



**Clínica**

Salvatore Meira

### **A ESTORIA DE DOIS PARTOS**

*by Robbie Davis-Floyd\*1 Copyright Robbie Davis-Floyd, com autorização.*

*Tradução de Adailton Salvatore Meira MD*

A quem vai ler este texto: escrevi estas histórias de parto há 17 anos atrás, aproximadamente 6 meses depois do nascimento do meu filho em 1984. Nunca publiquei-as em sua inteireza, embora muitas pessoas me perguntassem a respeito da minhas experiências de parto. Hesitei em publicar antes porque elas são fortes e algo pesadas para ler. Não me preocupei em atenuar palavras, ou amenizar a realidade – elas foram escritas para registrar minhas próprias experiências como elas aconteceram e talvez para compartilhar-las com outros, se o tempo parecesse correto. O momento é agora. Um livro sobre experiências de parto. Sei que alguns vão apreciar estas histórias e outros não, julgando que eu possa ter ido muito longe assumindo riscos, acreditando demais no meu segundo parto, que foi um parto normal, domiciliar, sendo que o primeiro parto foi uma cesárea (PNDC ou VBAC em inglês). Naquele tempo tínhamos pouquíssimas informações para fazer o que fizemos. Eu e minhas obstetrias consideramos a respeito dos riscos e julgamo-los aceitáveis, uma decisão baseada muito mais na nossa intuição do que na nossa conhecimento científico. Em meu caso particular, nossa confiança no meu corpo e minha habilidade de dar à luz foi bem fundada. E posso hoje, em 2002, basear nossas decisões no contexto de excelentes resultados de mais de 7000 partos domiciliares atendidos por obstetrias (parteiras), sendo que alguns destes foram PNDCs. A maioria dos médicos (e muitas obstetrias) encaram um PNDC Domiciliar como uma escolha irresponsável; por outro lado muitas obstetrias continuam a atender PNDC em casa, tomando decisões individualizadas baseadas nas características e condições físicas da grávida em questão, e sim, nas suas intuições.(ver Davis-floyd e Davis 1997).

Antes de decidir publicar minhas histórias de parto fiz uma revisão cuidadosa das últimas evidencias científicas, que demonstram risco crescente de ruptura uterina nos casos de PNDC – um risco que é muito menor quando o trabalho de parto não é induzido artificialmente (ver

www.maternitywise.org). Quando se analisa o risco de um PNDC em geral, comparando-o com a cesariana, é importante entender que a cesariana também tem riscos, incluindo infecções e outras complicações sérias. Tanto o Colégio Americano de Ginecologistas e Obstetras quanto cientistas reputados, como Bruce Flamm (2001) pensam que a solução é continuar a recomendar “deixar entrar em trabalho de parto” para as grávidas que querem um PNDC, mas somente em hospitais com possibilidade de fazer uma cirurgia de urgência 24 horas por dia, com anestesistas de plantão. O que está por trás desta recomendação é que, para ser permitido entrar em trabalho de parto nestas instituições, significa monitoração fetal contínua, e muitas outras intervenções em uma atmosfera de ansiedade e tensão. Ter um trabalho de parto em uma atmosfera como esta, onde os atendentes do parto tentem a reagir com excessos a qualquer flutuação ou variação do parto, é uma experiência muito diferente daquela de ter o trabalho de parto em casa como eu tive, cuidada por uma doula e 2 obstetras em uma atmosfera de confiança. Se eu tivesse tentado dar à luz no segundo parto em um hospital, seguramente eu não teria conseguido ter um parto normal, pois nenhum hospital toleraria um trabalho de parto de 3 dias para um PNDC (sem mencionar o curto período de distócia e desaceleração do BCF - batimento cardíaco fetal – no período expulsivo do meu parto). Eu acabaria ganhando uma outra cesariana. Para mim, pessoalmente, isto seria um desastre, mais especialmente porque minha intuição tinha me dito fortemente que eu deveria e seria capaz dar à luz na minha casa. Dar à luz no hospital, no meu caso em particular, teria sido ir contra meus instintos mais profundos e conhecimento interior.

Com esta controvérsia em mente, posso somente dizer que se eu ficasse grávida hoje em dia, seguiria minha intuição mais uma vez, e crer em mim e nas minhas parteiras como fiz outrora para tomar as decisões adequadas, quaisquer que fossem elas.

Desta maneira, ofereço estas estórias simplesmente como testemunho profundamente pessoal e individual. Espero que outros possam encontrar algum valor nestas experiências que trago aqui, e que reconta-las vai ajudar a manter aberto um espaço cultural para reafirmação das mulheres no profundo conhecimento interior que algumas vezes podemos ter acesso, se o escutarmos.

## PRIMEIRO PARTO

Dei à luz duas vezes: a primeira foi uma menina que nasceu de cesariana no hospital, a segunda nasceu um menino de um parto vaginal na minha casa. As duas experiências são tão diferentes como a luz da escuridão, mas a lição que aprendi foi a mesma: acreditar em mim mesma naquilo que eu sei

(grifo do autor). Na primeira vez eu não o fiz, na segunda sim, mas houveram momentos quando perdi esta confiança, e posso ver agora que cada um destes momentos, embora doloridos de passar por eles, foram um presente, um espelho lá para me mostrar que o que as parteiras dizem é verdade – existe um conhecimento interior dentro da gente, ele está lá, e tudo que temos que fazer é ficar em silêncio e escutar.

Em 1979 quando estava grávida da primeira vez, eu soube que seria uma menina. Eu soube com 100% de certeza. Comprei somente roupinhas de menina e decorei o quarto para menina, e escolhi o nome de Peyton Elizabeth, o nome de solteira de minha mãe mais o meu nome do meio. Quando fiquei grávida de novo, quatro anos mais tarde eu sabia que era um menino. Comprei somente roupas de menino, e concordei com meu marido que ele escolheria o nome do nenê, ele teve a sua experiência de “saber” algo também. No momento do parto ele estava sentado na cama, atrás de mim; as parteiras deram a criança para eu segurar; Robert pôs os braços em volta de mim e do bebê, olhou para ele e disse: Jason. Fiquei surpresa pois este nome não fazia parte da lista dos nomes possíveis e que tínhamos discutido antes. Ele disse que simplesmente o nome subiu do bebê para ele”, e sabia que estava adequado.

Nesta segunda experiência houveram outras coisas que eu soube, e que, diferente da primeira vez, eu tinha certeza que o menino ia pesar exatamente 4,5 kg, e pesou! Que meu trabalho de parto ia durar três dias (e durou), e que iria precisar de um apoio total do ambiente onde me encontrasse, incluindo uma banheira com água quente para me banhar (que precisei). Eu deveria ter aprendido a confiar no meu conhecimento interior desde a primeira experiência, é claro – houveram muitas dicas durante todo o processo.

No primeiro parto eu tinha 28 anos e tinha acabado de chegar de uma estadia de dois anos no México, onde aprendi que se você está indo para algum lugar, chegar lá é tão importante como estar (ou ser) lá. O pessoal com quem eu convivi em Cuernavaca não sacrificava o presente em função do futuro como sempre tinham me ensinado – eles viviam a vida o tempo todo. Preparação para sair, entrar no carro, curtir o caminho – todos estes eram eventos em si mesmos de intrínseco valor, para serem vividos e gozados e desfrutados. Ninguém me apressava da maneira que fui educada para ser rápida – e ficar tensa quando as coisas não estivessem fluindo rápidas o bastante, para perder meu humor quando os outros ao meu redor estivessem muito lentos, para chegar “na hora” mesmo se isto implicasse em grande esforço para mim. O mais maravilhoso de tudo era que quando chegávamos no destino parecia que era o tempo adequado para se chegar “lá”. Poderia ter imaginado que esta lição mexicana seria a melhor

preparação que eu poderia ter para o primeiro parto no hospital, mas eu não alcancei isto.

## **PARTO HOSPITALAR, PRIMEIRO DIA**

Entrei em trabalho de parto por volta das 10 da manhã, era um sábado, 15 de setembro de 1979, e me lembro que era um dia bonito, e tive um ataque inexplicável de arrumação. Saí cuidando da casa toda, para que tudo estivesse perfeito quando a gente voltasse para casa. Robert cronometrou as contrações -- eu gritava quando começava uma contração e depois esquecia de dizer quando terminava, e ele dizia: “você teve uma longa contração nos últimos sete minutos?” e eu caía em uma gargalhada. Não estava doendo muito, e estava realmente muito divertido. No final da tarde as contrações ocorriam cada 4-5 minutos, e resolvemos ir para o hospital porque queríamos garantir a sala especial de parto, onde valia “quem chegar primeiro, fica com ela”. Eu não tinha noção que indo para lá muito cedo isto iria me colocar em uma situação de luta contra o tempo, onde o mais importante era o “chegar ao final”. Ao chegar, fomos separados, enquanto eu era examinada e preparada, depois nos encontramos em um quarto muito bonito. Tirei a camisola do hospital e vesti a camiseta que havia levado, e comecei a telefonar para os amigos. Vieram vários e jogamos “scrabble” na sala de estar da suíte de parto.

Por volta das 22 horas, não conseguia mais me concentrar para formar palavras e preferi caminhar nos corredores e curtir meu trabalho de parto. Eu parava quando chegava uma contração, e me apoiava na parede, usando-a para contrabalançar as forças e isto ajudava bastante. O pessoal se foi e fiquei caminhando. Mas as enfermeiras começaram a me dizer: “você vai se cansar muito desta maneira, é melhor ir se deitar”. Eu não me sentia cansada, então resolvi ir para o chuveiro em vez de ir me deitar, e me sentei no vaso sanitário. Foi muito bom sentir a água quente batendo no ombro e descendo pelas costas, e teria ficado lá por horas, se não fosse o Robert me tirar de lá, preocupado que aquele não era um banheiro privativo, mas sim de todas as suítes de parto. Fiquei triste e saí logo depois disto.

Voltei a caminhar, e as enfermeiras foram ainda mais insistentes, e por volta da meia noite cedi e fui para o leito. Elas me examinaram e balançaram a cabeça dizendo:

-- você está apenas com 4 centímetros de dilatação. Robert ficou de um lado me ajudando a respirar durante as contrações, e minha amiga Ariana que veio de Washington especialmente para me ajudar durante o parto, ficou do outro lado e massageou minhas costas por horas.

## PARTO DOMICILIAR, PRIMEIRO DIA

As contrações começaram por volta das 10 da manhã, exatamente como no primeiro parto, somente que desta vez isto se passava 4 anos e meio depois (18 de janeiro de 1984). Arrumei toda a casa como da primeira vez, e a seguir fui para a mercearia buscar comida para todo o pessoal que a gente estava esperando: duas parteiras, Cathy e Debbie, eleitas porque eram ex, e a seguir fui para a mercearia buscar comida para todo o pessoal que a gente estava esperando: duas parteiras, Cathy e Debbie, eleitas porque eram experientes; Rima Star, uma amiga muito querida que fazia renascimento, que estaria com a função de “direcionar as energias” – uma função crítica, pois o clima ia mudando; Peter Gonzalez, um fotógrafo que estava estudando para se tornar parteiro e adorava fotografar partos; e Phillip, um amigo íntimo que dizia que nunca iria ter filhos, e tinha pedido para estar presente no parto. Seu trabalho seria manter a banheira cheia e a água aquecida.

Fui na mercearia, entre tomates e legumes, fazendo cera, esperando que algo espetacular pudesse acontecer – algo como romper a bolsa na hora de pagar a conta. Mas para minha decepção ninguém notou que eu estava tendo contrações. Voltei para casa ao som de marteladas rítmicas – Robert e vários de seus amigos estavam escalando a parede da sala temporária que construíram em volta da banheira, que havíamos colocado no jardim da frente da casa, adiante da porta. Não podia crer no que meus olhos viam, no tempo que estive fazendo compras eles fizeram este “cabaninha” em volta da banheira no jardim. Fizeram uma estrutura de madeira e preencheram os buracos com duplas paredes de plástico, que depois foram tampadas com todos os tipos de panos, colchas, cobertores, incluindo algumas antigas feitas pela minha tataravó. É verdade, meu marido tinha construído um “útero” com uma banheira no centro, e seu trabalho criou um ambiente especial para mim. Embora fosse o final do inverno nos Estados Unidos – 19 graus Celsius fora de casa -- com todos aqueles cobertores como parede, o ambiente estava com um aquecimento, água aquecida, e permaneceu aquecido por três dias, como um verdadeiro útero. Descarreguei as compras (não esquecendo de colocar o champagne da vitória na geladeira) e mudei de roupa, colocando meu favorito paletó macio. Assistimos um maravilhoso por do sol juntos. No momento que ficou totalmente escuro, comecei a ficar brava porque Robert ainda estava fuçando no “útero”, e eu já estava precisando dele comigo durante as contrações. Ele deixou o resto para os outros do grupo, e caminhamos pela casa, e fiquei de cócoras de frente para a lareira enquanto ele massageava minhas costas, e saímos para fora da casa juntos por um bom período,

caminhamos, dançamos e olhamos as estrelas.

Por volta das 22 h, chegaram as parteiras que me examinaram, colocaram suas bagagens no quarto e foram dormir. Disseram:

Não tenha pressa! Isto vai levar muito tempo, você ainda nem entrou em trabalho de parto. Você só está com quatro cm de dilatação!

Aquilo me assustou, pois estava exatamente como da primeira vez. Então por volta da meia noite, buscando um pouco de consolo e reafirmação, entrei na banheira (que não estava pronta ainda) e fiquei lá, naquela água quente, com Rima massageando minhas costas por um longo tempo.

## **PARTO HOSPITALAR, SEGUNDO DIA: AS HORAS DIFICEIS**

Lembro-me claramente daquela sensação intensa e como se fosse um casulo enquanto Ariana massageava minhas costas durante as contrações e Robert ajudava-me com as respirações. O mundo inteiro se resumiu àquelas três pessoas ali presentes naquele diminuto quarto, como se estivéssemos dentro de um casulo. Foi realmente uma sensação especial. As contrações estavam fortes, e fomos fortes com elas também, e por horas permanecemos daquela maneira, enquanto o trabalho de parto progredia e tudo estava ótimo.

Mas a partir de um determinado ponto da noite, as enfermeiras passaram a controlar a dilatação do colo do útero de hora em hora, e isto doía muito além de romper o ambiente de casulo que havíamos criado, e levava mais ou menos vinte minutos para voltarmos à mesma sensação do ambiente perdida com os exames. Todas as vezes elas diziam: “você está somente com quatro centímetros,” e eu ficava tão deprimida com isto que algumas vezes cheguei a chorar.

Certo momento entrou um médico e disse, “vou lhe dar um medicamento chamado Dolantina para diminuir a dor e você poder se recuperar entre as contrações.” Eu não me sentia cansada, mas ele insistiu que o medicamento iria me ajudar. Eu não sabia que a Dolantina iria me deixar sonolenta entre as contrações, e que eu iria acordar da escuridão total cada quatro minutos e cair na rudeza de uma dor curta e cegante. Quando estava acordada eu sabia que a contração estava chegando – podia senti-la começar a subir, e tinha tempo para entrar no seu ritmo e respirar adequadamente durante a contração, particularmente no auge da mesma, mas quando este auge me acordava era algo terrível. Robert, por outro lado, era maravilhoso. Eu acordava e apertava suas mãos e olhava para ele, e ele entendia que estava doendo, então ele calmamente começava a cronometrar e eu respirava e Ariana começava a massagear as costas, e assim o fizemos por horas, exceto quando elas vinham fazer o toque vaginal.

A dor do toque era algo além do que eu podia suportar e não havia nada

mais que eu pudesse fazer a não ser gritar. O interessante era que quando eu gritava, havia sempre uma fagulha interior de consciência que me dizia, “eu estou em trabalho de parto, vou ter um bebê. Estão me examinando para ver a dilatação; isto incomoda muito. Estou gritando por que isto dói pra caramba, porque gritar ajuda a relaxar. Mas estou aqui e estou assistindo tudo; tudo está realmente perfeito”. Robert e Ariana não se incomodavam com meus gritos – parece que eles entendiam. O que não era o caso das enfermeiras, que entravam em cena e me criticavam porque estava gritando. De repente me vi gastando muita energia tentando não gritar para não incomoda-las, quando na verdade nem queria que estivessem presente no quarto.

## **PARTO DOMICILIAR, SEGUNDO DIA: AS HORAS DIFICEIS**

As parteiras acordavam de tempos em tempos, faziam turnos e se sentavam comigo, enquanto eu estava na banheira. Disseram-me, varias vezes, para não esperar muito daquilo pois eu ainda não estava realmente em trabalho de parto. Cathy disse, “Querida, sei que isto dói, e que você sente como se estivesse em trabalho de parto, mas estas contrações são do tipo que acontecem bem no início do trabalho de parto. Elas vão ter que durar muito mais que isto, muito mesmo, e vão ter que ficar mais próximas umas das outras quando você realmente estiver em trabalho de parto”.

Na verdade eu não acreditei nelas, pois as contrações que estava experimentando eram exatamente como aquelas que tive da primeira vez, e as enfermeiras nunca disseram nada a respeito de serem “contrações iniciais”. Foi somente no terceiro dia que pude entender a diferença. Por volta das 3 da madrugada todo mundo estava sonolento, menos eu. Tinha me secado e me joguei em uma cama e me aninhei com Robert. Ele dava uns cochilos mas fiquei desperta e respirava de modo adequado durante as contrações por toda a noite. Por volta das 7 da manhã Phillip veio e me disse que a banheira estava cheia e com água quente. Levou horas para encher, pois não tínhamos instalado nenhum sistema externo de encher banheira (tínhamos conseguido achar uma banheira usada por 300 dólares, mas o sistema de encher era muito caro). Phillip e Robert tiveram que enche-la com uma mangueira acoplada a uma aquecedor de água, que tinha um fluxo limitado. Phillip, então, heroicamente aumentou a quantidade de água quente por hora, esquentando água em panelonas no fogão e carregava e jogava na bacia que estava dentro do “útero.” Ele pilotou aquele fogão por três dias; este trabalho foi um ingrediente essencial para que meu parto progredisse.

Fiquei muito emocionada quando a tão almejada banheira ficou pronta. Eu sempre tinha me senti muito bem dentro da água, flutuando, ou me

derretendo em baixo de um bom chuveiro bem quente, e sempre senti muita paz ao olhar para a água, em lagos, rios, oceanos ou mesmo em piscinas. Nadei durante minhas duas gestações – a piscina era o único lugar onde não sentia o peso da gravidez, e me sentia totalmente segura naquele ambiente. Levantei-me deslizando da cama, sem acordar Robert, e, no meio de uma contração, afundei no calor celestial azul e convidativo daquela banheira cheia de água quente, me senti como Eva no Paraíso. A água que me rodeava e a que estava dentro de mim pareciam uma só.

## **PARTO HOSPITALAR, SEGUNDO DIA 7:00 ÀS 10:00 H**

O dia estava amanhecendo, as enfermeira veio até o quarto onde eu estava e me tocou novamente e disse-me desta vez que eu estava apenas com dois centímetros. A noite inteira elas me diziam que eu estava com quatro. Fiquei bastante desanimada, é lógico, pois pareceu que estava andando para trás. Neste momento meu obstetra sugeriu que fizéssemos um bloqueio paracervical pois “isto pode relaxar o colo do útero e ajudar a dilatar.” Pensei comigo mesma, bem, obviamente meu colo do útero precisa de toda ajuda que puder ser oferecida, então lhe disse para ir adiante e fazer.

Por uma hora não senti dor nenhuma. Me senti feliz e em paz. Meu bebê iria nascer! O sol mandava seus primeiros raios pela janela, e mergulhei nos seus raios dourados – uma carícia cósmica. Robert e Ariana tiraram um cochilo, eu pentei meus cabelos e me aconcheguei em Robert para repousar um pouco.

O bloqueio para-cervical passou de uma hora para outra, e lá estava eu de volta ao trabalho de parto. Aquele retorno foi muito difícil, mas retomamos o pique e lá fomos nós de novo. A diferença era que agora as enfermeiras avaliavam a dilatação cada meia hora, pois estavam preocupadas que eu estava no hospital “por tanto tempo.” Eu só estava lá há 15 horas, e hoje sei que isto não é muito tempo para um trabalho de parto, e elas continuavam a repetir que era muito tempo para estar “somente com quatro centímetros.”

Diana, uma amiga que era enfermeira no hospital, veio ver como as coisas estavam andando. Ela falou bem baixinho no meu ouvido para eu imaginar, visualizar meu colo do útero abrindo, e me concentrar nisto. Mas naquela época eu nunca havia ouvido falar de visualização, e não entendi direito o que ela estava tentando me falar. A única coisa que entendi era que havia um problema e este problema era que eu tinha “apenas quatro centímetros,” e que estava definitivamente além das minhas forças fazer alguma coisa para mudar isto.

## **SEGUNDO PARTO, SEGUNDO DIA, 7:00 ÀS 10:00 H**

As parteiras pediram para eu sair da banheira para ver a dilatação depois que elas acordaram. Eu estava “apenas com quatro centímetros.” Sabendo que eu tinha ainda um longo caminho a percorrer antes de entrar na fase ativa do trabalho de parto, pediram para avisá-las quando as contrações boas chegassem, e foram embora para suas casas cuidar de seus filhos. A confiança que elas passaram de que estava tudo bem foi esclarecedora, tive um in-sight – ajudou-me a deixar de lado o pensamento que eu estava em trabalho de parto e concentrei em relaxar e respirar. Voltei para a banheira, fiquei lá boa parte da manhã com contrações intermitentes que agora entendo que eram contrações do início do trabalho de parto, e pude vivenciar tudo com menos tensão e estresse.

## **PARTO HOSPITALAR, SEGUNDO DIA: 10:00 - 15:00 H**

Por volta das 10 horas meu obstetra voltou e disse, “acho que vou colocar um soro com um medicamento, a ocitocina, que vai ajudar a dilatar seu colo do útero.” Bem, não tinha ouvido coisas boas a respeito da ocitocina, mas não sabia que poderia ser usada para “ajudar o colo a dilatar” e estava claro para mim que algo tinha que ser feito para ajudar meu colo do útero a dilatar, pois ele não conseguia dilatar por si próprio.

Não se pode administrar ocitocina na veia em um quarto onde se fica durante o trabalho de parto, então fui levada para as duas grandes portas da sala de parto. Foi como caminhar na direção das portas do inferno. Havia um verde horrível e barulhos por todo lado, mulheres gritando e enfermeiras correndo para todos os lados. Colocaram-me em uma maca estreita num quartinho, e amarraram o cinto em volta da barriga para o monitoramento cardíaco fetal. Pegaram uma veia e começou a infusão de ocitocina. As contrações estavam doloridas até aquele momento, mas nada se compara com o que senti depois do soro, quando elas dobraram de tamanho no monitor – elas vinham apertando, apertando, apertando, e então paravam por um pouco e pensei que ia ter um frescor, mas reiniciavam sem ter acabado totalmente. Então tinha 50 segundos de descanso, e vinha outro logo a seguir.

De uma maneira surpreendente conseguimos, eu Robert e Ariana, criar aquela atmosfera de “casulo” novamente. Uma enfermeira muito simpática entrou e disse, “inspire e expire lentamente.” Mergulhamos naquelas respirações, tipo aquelas do curso de Lamaze, de preparação para o parto sem dor, inspirando e expirando bem lentamente, e foi surpreendente. Apesar daquela saleta hedionda, que alguém estava removendo o leito ao lado do meu com diversos ruídos e incômodos, apesar das pessoas que

entravam e saíam, checando os papéis e as máquinas, conseguimos fazer uma “casulo.” Quando eu me movia o monitor ficava louco, então eu fiquei parada, deitada de lado, e Ariana massageou minhas costas e Robert respirou comigo.

Nunca conseguimos manter esta situação por muito tempo. Continuavam a fazer toque cada meia hora, então alguém entrou na saleta com algo bem comprido nas mãos e rompeu minha bolsa. Ele disse que isto ia fazer meu trabalho de parto andar mais rápido. E não tinha condições naquele momento de não deixar ele fazer isto. Eu já não sabia mais o que era certo e errado. Este foi um dos piores momentos de toda a experiência. Foi como se toda minha esperança e sonhos tivessem ido água abaixo junto com o líquido amniótico, lentamente escorrendo, e caíram no balde e desapareceram com o lixo e as gases molhadas.

A próxima coisa que me aconteceu foi que um médico residente pediu para eu abrir as pernas para colocar um eletrodo acoplado ao couro cabeludo do meu bebê. Eu e Robert gritamos com ele a uma só voz que não queríamos o monitor interno, ele olhou-nos com cara de ofendido e saiu.

Por acaso meu obstetra ligou da igreja e disse que ia ter que fazer uma cesárea pois eu “ainda estava com quatro centímetros,” e ele estaria no hospital em uma hora para fazer a cirurgia. Naquele momento aquilo soou como uma grande idéia. Ao menos, pensamos, isto vai tirar a gente deste inferno. Ficou muito claro que eu nunca teria dilatação, e sair daquela situação era, então, o que mais a gente desejava. Fizemos um outro bloqueio para-cervical, e esperamos a chegada do médico. Ele levou duas horas para chegar. O bloqueio passou depois de uma hora, e não podiam fazer um terceiro, pois seria perigoso, então tive mais uma hora de contrações esperando a chegada do obstetra, e isto foi ruim, pois não havia nenhuma razão para tentar mais a dilatação, então a dor se tornou terrível, pois eu sabia que não ia servir para nada.

Ele chegou e levaram minha maca para o hall, e ainda me lembro do vento no rosto e as impressões de tudo passando de cabeça para baixo. O médico que ia fazer a peridural não deixou Robert ficar na sala enquanto ele estava fazendo a anestesia, e sem o Robert eu simplesmente não pude segurar a barra, e foi algo realmente penoso para nós dois, Robert teve que assistir através da janelinha da porta. E quando a anestesia fez efeito, fiquei atordoada. Depois de 29 horas de um envolvimento quase total com meu corpo, de um momento para outro só podia sentir meu rosto! Senti alguma coisa parecida como uma cabeça em cima de um tronco de madeira e a profunda desesperança de não ser capaz de mover meus artelhos deram-me um duro senso de empatia com os paraplégicos.

O próximo choque veio quando o anestesista amarrou meus braços. Tirei

minhas mãos destas bandagens extremamente degradantes (ainda conseguia mover os braços), e pedi, muito educadamente, por favor, não tente fazer isto novamente, e ele concordou. Outro grande choque foi a colocação dos campos cirúrgicos estéreis como uma cortina em frente ao meu rosto, e além de não sentir meu corpo eu também não podia mais ver o meu corpo. Implorei ao obstetra para me deixar assistir – queria que ele abrisse um pouco a cortininha que me obstruía – ele acho que nem me escutou direito. Esta recusa me fez sentir ainda menor, irrelevante e sem nenhuma saída – sentimentos que permaneceram comigo muito tempo depois do parto.

Aproveitei o ensejo para contar o que fiz a este respeito quatro anos mais tarde, na preparação para o segundo parto. Fiz um trabalho com uma psicoterapeuta que era especializado em visualização, tentando curar o que fosse possível daquele primeiro parto para que não caísse no mesmo padrão no segundo. Ela me conduziu através de uma visualização curativa na qual eu revivia a operação cesariana, mas da maneira que eu gostaria que tivesse sido feita. Nesta situação, a cortina verde desceu, e eu pude conversar com o médico e ver todo meu corpo. Retomei toda minha confiança em mim mesma e convenci o obstetra a deixar de lado todas as convicções médicas desenvolvidas durante toda sua vida como médico, e permitir que meu rosto estivesse dentro do campo cirúrgico, usando uma máscara, como todas as outras pessoas naquela sala cirúrgica.

Ainda visualizando pude segurar a mão do Robert, e assistir o nascimento da minha filha com fascinação – ao menos, pelo pouco que pude ver dificultado pela montanha que o útero fazia. Até este ponto eu não tinha tomado consciência que não daria para ver a experiência, pois a barriga iria bloquear parte da visão, até que eu pude realmente visualizar a experiência do jeito que eu gostaria. Vi o médico tirar Peyton de dentro de mim, toda coberta com aquela gordura chamada vérnix e sangue. Ele a passou para mim, exatamente da maneira que eu queria que fosse feita naquela cirurgia e pude desfrutar deste encontro. É incrível, mas a memória daquela visualização é tão real para mim quanto à memória da cirurgia de verdade. Sinto como se tivesse vivenciado ambas, e me sinto curada daquela frustração que persistiu por tanto tempo. Parece, depois de tudo, que, de uma maneira fundamentalmente importante, a gente pode reescrever o passado a fim de curá-lo.

Voltando àquele procedimento, outra decepção foi que eu queria segurar minha filha antes que eles limpassem o vérnix da sua pele, mas assim mesmo eles a banharam antes de me trazê-la. Como eu tinha minhas mãos liberadas da prisão, pude segurá-la exatamente colada no meu pescoço, por fora do campo cirúrgico. Eu a senti instantaneamente. Ela parecia

exatamente como um macaquinho marrom, e achei que ela era a mais linda pessoa que eu tinha visto na minha vida. Meu senso de familiaridade com ela foi instantâneo e completo, então não importou muito que não pude tê-la comigo por muito tempo. Eu soube que ela era minha.

A operação cesariana, por si, parece alguém pisando na sua barriga com uma botina, e puxando a pele como se fosse o cadarço. Estava frio na sala, e a cama de cirurgia também estava fria, e o frio penetrava minhas entranhas abertas até que senti frio em todo meu ser – um frio solitário, como se estivesse flutuando nua em um iceberg. Minha boca estava seca como areia do deserto, e pedi para me dar um pouquinho de água, chupar uma gaze molhada, e o anestesista simplesmente balançou sua cabeça. Foi assim que me senti durante a cirurgia – pisoteada como um assoalho, amarrada como um cadarço, frio como o pólo norte, seca como um deserto, e tão longe da minha experiência como se estivesse em outro planeta.

### **PARTO DOMICILIAR, SEGUNDO DIA: 10:00 A 15:00 H**

Passei horas no aquecimento da banheira tendo contrações naquele dia – cheguei até a almoçar dentro da água. Peter preparou um enorme sanduíche com brotos e outros ingredientes nutritivos, e um espesso milkshake de frutas misturadas com um destes pós protéicos, que restauram nosso equilíbrio eletrolítico e mantém o nível de glicose no sangue quando se está gastando bastante energia. Robert tinha construído uma pequena mesa anexa à banheira para colocação deste tipo de coisas, então não precisava sair da banheira nem pra comer. Foi muito bom poder se alimentar durante o trabalho de parto, ainda me lembro do gosto delicioso do que comi.

Depois do almoço as contrações foram ficando mais distantes uma das outras. Por volta das 2 horas cessaram totalmente. Eu estava totalmente consciente que este foi o momento durante o primeiro parto que estávamos esperando a chegada do obstetra voltando da igreja para fazer a cesariana. Eu estava revivendo o primeiro parto. Sai da banheira, me vesti e comecei a tremer de medo, pois não sabia o que iria acontecer depois disto ou como lidar com isto. Pedi à Rima que fizesse algo para eu me sentir melhor. Eu confiava nela totalmente – sentia que ela tinha esta possibilidade de me tirar deste medo paralisante que iria acabar me levando para o hospital e me faria ganhar uma outra cesariana. Então Rima e Zak, uma massagista que também era uma amiga, começaram um ritual para mim.

Rima acendeu uma vela alta no chão, e todos nós fizemos um círculo em torno dele, e seguindo o direcionamento de Rima, começamos a falar sobre nossos medos, um a um, e depois jogávamos isto no fogo para simbolicamente nos libertarmos dele. Todos que estavam no parto

participaram disto, e o fato delas estarem tão desinibidas e naturais sobre o que estava acontecendo ajudou-me a não me sentir como uma tola arremessando coisas que não podia ver sobre a chama de uma vela fina. O ritual foi muito catártico, especialmente para mim, pois um dos meus medos era de não conseguir me comunicar com Robert, que ele pensasse que eu estava sendo ridícula durante o parto e não concordasse comigo. Mas quando ele entrou no ritual como todos os outros, e falou dos seus próprios medos, senti um novo fluxo de abertura entre nós, e depois do ritual caminhei na sua direção chorando, e ele realmente se abriu para mim e me abraçou por um longo tempo, ficamos os dois ali parados, na sala de nossa casa, no meio daquele círculo mágico.

Depois daquilo, de um momento para outro tomei consciência que a hora que a cesariana foi realizada quatro anos atrás já tinha ficado para trás havia muito tempo, e eu tinha finalmente entrado em um terreno totalmente inexplorado. Estava livre! O padrão do que aconteceu no passado não tinha mais poder para determinar o que iria acontecer na minha experiência quatro anos depois! Senti um alívio incrível.

Deitei-me para descansar um pouco, e Zak fez uma maravilhosa e relaxante massagem de corpo inteiro, durante a qual as contrações recomeçaram, inicialmente a cada dez minutos. Permaneceram nesta frequência durante a noite inteira, e isto me deixou dormir por umas quatro ou cinco horas.

## **PARTO HOSPITALAR: DEPOIS DO CHOQUE**

Depois da cesariana me senti muito estranha. Quando estava interagindo com minha filha eu estava totalmente feliz, estava emocionada com ela. Mas todo o resto do tempo eu me sentia muito triste, como se o mundo fosse cinza. E não podia entender porque. Tempos depois eu pude entender o porque, mas naquele momento eu não podia me sentir de outra maneira. Passei o filme do parto na minha mente várias vezes, contando as horas e tentando entender o que tinha acontecido. Não conseguia formar algo que tivesse sentido. Tinha uma amiga que entrou em trabalho de parto no dia subsequente ao meu, e ela ficou em trabalho de parto por 36 horas, e acabou tendo um parto vaginal perfeito e maravilhoso. Comparei nossas experiências milhares de vezes, passo a passo, e simplesmente não pude entender. O obstetra disse que a cesariana foi o resultado de uma “distócia de progressão” e uma “DCP” (desproporção céfalo-pélvica, uma condição onde o bebe é muito grande para passar pela pelve da mãe). Mas o bebê dela era maior que o meu, e sou maior que ela, e ela teve contrações mais tempo que eu tive. Estas duvidas me perturbaram e quando Peyton fez 10 meses, finalmente eu admiti para mim mesma que me senti humilhada pela

maneira como meu parto aconteceu, a maneira como me tornei mãe, e que teria que achar um modo de curar aquele sentimento de vítima. Comecei a procurar respostas, e as encontrei na literatura sobre parto alternativo. Quando finalmente entendi que tinha sido “atropelada pelo sistema,” fiquei muito brava, e por um bom tempo fiquei culpando os médicos e os hospitais. Mas sou um antropologista, e a minha palavra favorita é “por que?” Então não fiquei satisfeita em parar aqui. Comecei a entrevistar outras mulheres para uma dissertação sobre os aspectos antropológicos do parto nos Estados Unidos. Inicialmente tudo que pude ouvir foram experiências semelhantes às que eu tinha tido, mesmo quando aquilo não era o que a outra mulher estava dizendo-me. Mas finalmente tomei consciência que na minha reação ao parto que tive no hospital, eu era exceção, e não a regra. Descobri, para surpresa minha, que enquanto algumas das mulheres que estava entrevistando realmente se sentiam machucadas e desempoderadas pelo condução obstétrica de seus partos, a maioria delas estava na verdade aceitando e gostaram dos seus partos tecnocráticos.

Na época que fiquei grávida de novo, quatro anos depois, tinha trabalhado com minha raiva. Tinha deixado de lado a atitude de culpar os médicos e hospitais e entendi que existia um modo americano de dar à luz por um consenso nacional sobre nossa relação com a natureza e nossos corpos no qual todos nós participamos. Cheguei a entender e aceitar minha própria responsabilidade por meu parto tecnocrático: 28 anos de desconexão minha em relação ao meu corpo não iria resultar em nada diferente do que acabou resultando. Um parto que deixe a mãe mais confiante e segura é o resultado e também o catalisador de uma abordagem de vida mais “empoderadora”. Mudar o meu modo de parir significaria mudar profundamente meu estilo de vida. E nunca soube isto com certeza, até que de fato meu segundo filho tivesse nascido, que eu poderia fazer isto.

### **PARTO DOMICILIAR, TERCEIRO DIA.**

Fui acordada por uma contração no amanhecer do dia. Sentia-me tremendamente revigorada e muito grata por um sono tão maravilhoso. As contrações continuavam a vir cada 10 minutos, então tomei um bom café da manhã e voltei para a banheira, que Phillip tinha conseguido manter quente para mim por toda a noite. Logo depois as contrações aumentaram de intensidade. Ao meio-dia elas vinham a cada três minutos, e eu estava realmente muito estressada. As parteiras voltaram, abriram suas valises de parteira, me examinaram e disseram com grande alegria que eu estava agora com cinco centímetros! Fiquei furiosa. O toque vaginal fora pior que as contrações, e não podia acreditar que uma manhã inteira de contrações

tinha rendido somente um mísero centímetro de progresso. Mas as parteiras foram enfáticas, disseram: “agora você está realmente em trabalho de parto!”.

Por volta do meio da tarde eu estava arqueando minhas costas na banheira durante as contrações, agarrada nos braços do Robert e forçando contra os lados da banheira com meus pés. Esta era a única maneira que conseguia suportar as dores sem perder o controle. Durante as contrações parecia que alguém estava perfurando meu ventre com uma faca, e virava a faca lá dentro, enquanto outra pessoa enfiava uma longa espada nas minhas costas e a empurrava. A dor estava tão intensa que prometi que nunca mais iria severamente condenar uma parturiente que pedisse anestesia. Estou dizendo esta verdade aqui, pois muitas vezes a dor do parto é minimizada como um “desconforto”, que confunde muitas mães que ficam surpresas e chocadas quando sentem muitas dores nos seus partos. Para muitas mulheres o parto não dói, mas para outras ele é muito doloroso, e acho que é melhor esperar sentir dor e estar psicologicamente e emocionalmente preparada para isto que ficar chocada ou assustada pela dor que chega. É bom lembrar que estava tendo contrações para parir um bebe de cerca de 4500 gramas, e sempre fui fraca em relação a dores. Quando cada contração terminava, como sempre acontece, ficava tremendamente orgulhosa de mim mesma por ter respirado e vocalizado durante a mesma. Entendi que tinha que me empenhar para aceitar as experiências como elas vinham. A grande maioria de nós nos Estados Unidos está acostumada com algum grau de controle sobre nossas sensações físicas, então achei de muito valor vivenciar na sua totalidade uma realidade física sem tal controle – mas pude certamente entender porque muitas mulheres não desejavam este tipo de experiência. Houve muitos momentos naquele parto quando, caso alguém tivesse me oferecido socorro – uma maneira rápida de sair do meu corpo, eu teria aceitado isto. Encontrei-me repetidas vezes visualizando uma janela no céu. Continuei pensando, “se eu pudesse somente atravessar aquela janela eu estaria no Taiti”. No final das contas fiquei muito feliz comigo mesma de não ter entrado por este caminho de ter o alívio da dor como uma opção. Minha auto-estima, coragem pessoal e confiança em mim mesma cresceram enormemente como resultado de minha experiência de trabalho de parto e parto.

No meio de toda aquela dor tive uma dificuldade com minhas parteiras. Quando entrei na fase ativa do trabalho de parto, Phillip tinha saído para buscar a Peyton (já com quatro anos e meio) da sua aula de ginástica – ela não queria perder o parto por nada. Depois que ela chegou ficou bastante tempo sentada em um banquinho na frente da banheira comendo batatas fritas e assistindo o trabalho de parto. Muitas vezes ela nos ajudou a cantar

durante as contrações. Eu e Robert cantamos por horas, e estava realmente impressionada pelo quanto da dor que podia ser canalizada por mim para fora por um poderoso som do tipo “haaaaaaaaam”. Mas em uma contração particularmente dolorida, aguda, demorada, eu decidi tentar um grito experimentar para ver se isto funcionava melhor no tocante a aliviar a dor. Quando gritei, Peyton tampou seus ouvidos com as mãos e saiu correndo do “útero” chorando. A seguir Debbie entrou e me deu uma bronca por ter gritado e assustado minha filha. Não pude acreditar nisto. Eu e Peyton passamos horas discutindo sobre as coisas estranhas que eu poderia fazer durante o parto, os sons esquisitos que poderia fazer. Eu pensava que ela não estranharia o grito, e de qualquer maneira, o grito não tinha funcionado tão bem quanto cantar e não tinha intenção de gritar novamente. Ma ali estava Debbie, acabando com os poucos curtos minutos de descanso que tinha entre estas incrivelmente longas e perturbantes contrações. Comecei a chorar, e lhe disse que estava farta de sua negatividade (esta era a quarta coisa negativa que ela me dizia desde o início do parto) e eu somente queria que ela fosse positiva para o resto do parto. Ela saiu do quarto apressadamente, e Cathy entrou e começou a dar aulas sobre como compreender Debbie. Fiquei surpresa. Foi como se alguém tivesse colocado uma tampa na banheira. Lá estavam as duas mulheres das quais eu precisava receber mais apoio, elas estavam bravas e discutindo comigo. Fiquei tão passada que minhas contrações pararam. Não podia correr o risco de perdê-las, então supliquei o perdão de Cathy. Ela saiu pela tangente sobre quem ela poderia chamar para substituir Debbie. Mais uma vez, eu não podia acreditar no que estava acontecendo. Tive que dizer à ela: “não, eu não quero substituir Debbie, só quero que ela seja positiva e compreensiva, que não grite comigo”. Senti-me como uma criança de três anos desculpando-se com sua mãe. Parteiras são, geralmente, mulheres muito fortes. Sabia que, mais tarde, seria difícil esquecer este incidente, mas no momento, o parto tinha que prosseguir.

É extremamente incomum parteiras e mães terem problemas entre si durante um parto domiciliar, então eu quase deixei de lado todos estes incidentes chatos. Mas eu os incluí, depois de tudo, ambos como uma afirmação das valiosas lições que elas me ensinaram, e a evitar a armadilha de “embelezar” minha estória de parto para publicação. Acredito que muitas mulheres tenham a expectativa fora da realidade de que ficar em casa para dar a luz vai garantir que tudo irá sair perfeito. Bárbara Katz Rothman diz: “não existe um parto perfeito”. E, como eu disse no começo de minha estória, cada um destes momentos foi um presente. No livro “Birthing Normally” (1984), minha amiga Gayle Peterson diz: “da mesma maneira como uma mulher vive, ela dará à luz”. Levei muito tempo para

aceitar isso, mas, finalmente, pude ver que elas estavam apenas espelhando minhas dúvidas e sentimentos próprios de inadequação – elas estavam me mostrando a criança pequena e dependente que ainda vivia em mim. Foi importante para aquela criança se manifestar no meio da minha maior tentativa de se tornar uma adulta forte e responsável por si mesma, pois não se pode curar algo que não se conhece; mascarar isto com uma aparência de força verdadeira apenas faz você se sentir mais fraco, no final. Ter o parto em casa pode libertar você somente das restrições e neuroses das instituições médicas, mas não de suas próprias! Seus partos podem refletir coisas que você nunca gostaria que viessem à tona em suas reflexões – mas então, uma vez que as vê com a clareza e nitidez que a intensidade da experiência do parto pode proporcionar, vai poder trabalhá-las. Não seria este o maior presente que uma experiência pode trazer?

De volta à minha estória, com desespero, olhei para Rima e disse: “Rima! Você está encarregada das energias aqui! Faça algo para mudar esta situação!” E ela fez. Começou a cantar de uma maneira bonita e com um tom suave. Robert, Cathy e Peyton (que tinha se recuperado rapidamente) começaram a cantar com ela, e depois Debbie voltou atrás e entrou no mesmo tom, e depois Phillip e Peter. Fizeram uma roda em torno da banheira, segurando as mãos uns dos outros e cantando. As contrações recomeçaram com sincronia, mais forte que nunca, e cantei minha dor e alegria na restauração de nossa preciosa harmonia, e o “útero” soou e ressoou como uma Catedral.

Depois de uma hora, ou algo parecido, tive que sair da banheira para ir ao toalete. Quando terminei, percebi que os lençóis da cama tinham sido trocados pelos meus favoritos, assim como pelo mais bonito edredom que tinha, para receber a mim e meu bebê. Isto pareceu muito convidativo! Mergulhei sobre tudo isto no meio de uma contração, e de repente, tudo mudou. Sem nenhum plano pré-concebido, simplesmente desisti e me rendi à excessiva força das contrações. Até aquele momento, tinha estado lutando para manter-me separada da dor, mas de um momento para o outro deixei de fazer tal esforço, e disse para a dor: “Leve-me, sou sua”. Então um milagre aconteceu. Senti que eu, corpo e alma, me tornei a dor, e mais uma vez não havia mais separação entre mim e a dor, não havia mais dor! Fiquei lá deitada na cama, relaxada ao máximo, respirando suavemente, em paz total. Pude ouvir as parteiras sussurrarem “Ótimo, isto é realmente ótimo”. Esta foi para mim uma das mais importantes lições de vida do parto – a importância de se render, de se entregar completamente. Como Elizabeth Noble coloca isto, “resistência à dor é a dor”. Quanto mais eu lutava para me livrar da dor, para me separar dela, mais dor eu tinha. Quando deixei de lutar contra e me deixei levar com a dor, não tive mais dores.

Só pude manter aquele estado alterado enquanto ninguém dividiu minha atenção, pois perdi aquela sensação quando começaram a falar comigo. (Se eu fosse ter outro parto, iria procurar aquele estado, aquela sensação para todo o trabalho de parto, agora que sei que realmente ela existe. Mas para mim, dada minha historia pregressa de tentativa de controle, é realmente um milagre que a atingi por todo aquele tempo!) Sem ter noção que estava em transição, sentindo somente que a cada contração eu iria seguramente voar pelo teto, ou saltar pela janela, eu estava realmente surpresa que a casa simplesmente não explodisse como o resultado desta tremenda força dentro de mim. Agachei-me na cama com terror e pânico e, ofegante, sussurrei para Robert que não iria conseguir, achava que iria morrer. Suas mãos fortes seguraram meus ombros com firmeza, e sua voz calma disse com segurança, “Olhe para mim”. Fitei meus olhos nele como uma luz em um nevoeiro de agonia e medo, e seus olhos com um marrom dourado líquido emanaram força, paz e amor para mim. Eu estava mesmerizada, literalmente GOUNDED à cama pela vara luminosa de um marido, surpreso que em vez de saltar pela janela eu estava simplesmente de joelhos na cama, balançando suavemente de uma lado para o outro, respirando na garganta, arfando no seu ritmo, jogando para fora mais dor que seria possível qualquer outro ser humano poderia receber, e sentindo absolutamente extasiada pela maneira que o canto da sua boca estava se movendo e dizendo “acho que você é um incrível sorriso” quando ele murmurava palavras suaves de amor e reafirmação.

De repente ouvi Rima, que tinha estado massageando minhas costa exclamar: “Nossa!” e senti ela se levantando. A bolsa das águas, intacta até aquele momento, tinha se rompido e assustou tanto a Rima como minha melhor culpa. De verdade, tinha água em todo lugar neste parto! Rima parecia não se importar, as parteiras riam. Que diferença do hospital, onde todo líquido que saía do meu corpo eram recebidos com muita preocupação e manear de cabeça e imediatamente limpos, fazendo-me sentir a cada vez um pouco suja, um pouco culpada, e um pouco mais fora de controle das circunstâncias. Esta era minha culpa, e senti que isto foi em função do susto que me deu. Não iria deixar ninguém leva-la embora – estava sustentando meus joelhos na melhor e mais confortável posição.

Logo (por volta das 18:30h) as parteiras pediram para me avaliarem de novo. Não podia crer no que ouvia. Disseram, “Robbie! Você está com dez centímetros! Já está na hora de fazer força de expulsão! Onde você quer que o bebê nasça? Pisquei em grande confusão. “Bebê? Oh, na banheira, Dentro da água quente”. Não me lembro de ter chegado até lá – a próxima coisa que me soube, Robert, com um short de banho, sentado apoiado no assento adaptado dentro da banheira, enquanto eu, sem roupa nenhuma me

encaixei nos seus joelhos e procurei encontrar uma boa posição para fazer força.

Agora tenho que dizer uma coisa a vocês que é muito pessoal, mas vou incluir isto aqui porque foi maravilhoso, e se você souber que eu fiz isto, talvez isto lhe dê autorização que você precisa para quebrar algumas regras sociais e ter este prazer também. Não me importando para o fato da nossa banheira estar com muitas pessoas em volta dela, virei para trás e sussurrei no ouvido do Robert, “por favor, massageie meu clitóris!” A energia que estava sentindo era intensa, e acompanhando a intensa dor das contrações havia uma igualmente intenso desejo sexual. No hospital ele nem ousaria entrar no chuveiro comigo, mas ali, na sua própria casa ele transcendeu sua vergonha e aceitou ao meu pedido. Muito rapidamente, tive um incrível orgasmo! Foi uma ilha de êxtase no meio de um oceano de dor. Se eu pudesse fazer isto novamente, iria fazer amor durante grande parto do trabalho de parto. Desde o parto de Jason, tenho lido certo número de incríveis histórias de parto de casais que fizeram e gostaram disto. Além do mais, o que é um orgasmo se não uma contração do útero? Fazer amor durante o parto com estímulo do mamilo ou do clitóris aumenta a secreção natural da ocitocina, pode ser intensamente prazeroso, conecta o casal mais profundamente, e além do mais é muito gostoso!

Queria tentar várias posições, mas Cathy pediu para eu encontrar uma posição para ter o parto e permanecer nela para que ela pudesse auscultar o batimento do coração do bebê. Então escolhi ficar de cócoras, na banheira, entre as pernas do Robert, e fiz força durante as contrações enquanto todos cantavam, mas não pus meu coração e alma nisto por que fazer força dói mais que a contração por si só, e estava decepcionada porque pensava que iria doer menos. Depois de 20 minutos fazendo força, Cathy (que tinha acabado de ler um livro clássico de ensino de obstetrícia do Williams) ficou muito nervosa porque os batimentos do coração estavam desacelerando, e pude ouvi-la resmungando, falando para ela mesma, alguma coisa como ir para hospital se a frequência do coração caísse ainda mais. Olhei para ela através da névoa da dor e da energia que empurrar um bebê para fora requeria, e meu corpo inteiro repentinamente se encheu da absoluta certeza que meu filho estava bem. Eu sabia que não havia perigo. Enclinei o corpo para frente e abri minha boca para comunicar a maravilha e a certeza deste saber para minha obstetriz, mas outra contração me atropelou, e fiquei incapaz de falar. Então Cathy, ainda nervosa, pediu-me para sair da banheira e fazer força no banheiro. Ela sentia que o bebê estava travado nas espinhas ilíacas e estava preocupada que a oferta de oxigênio para a criança pudesse estar comprometida. Concordei. Mais tarde perguntei a Cathy se teria feito alguma diferença para sua percepção de perigo se eu tivesse

conseguido dizer sobre o meu saber. Ela disse “Oh, sim, absolutamente! Eu aprendi a crer nas mulheres que estão parindo com esta conexão com o bebê e seus corpos. Se você tivesse me dito isto, eu teria relaxado e acreditado em você”.

Mas não me arrependo da experiência de ter saído da banheira, mesmo sabendo que tinha planejado dar à luz dentro da água, por que a segunda mais importante lição do parto me aconteceu no caminho do banheiro. As paredes do hall, e toda aquela gente correndo comigo, descendo para o banheiro, de repente me senti longe, e estava completamente sozinha dentro de um universo que eu havia criado. E tomei consciência que desta vez não haveria resgate. Não havia janelas no céu para me levar para o Taiti. Não havia cavaleiros com armaduras reluzentes para me resgatar do dragão da dor. Ninguém e nada poderia fazer isto por mim. A situação estava total e completamente dependendo de mim mesma. Eu tinha programado tudo isto então isto iria chegar para este momento existencial de percepção que eu tinha que realizar isto. A única maneira de sair era passar através dela mesma, e eu tinha que fazer isto.

E então estava eu, finalmente e pela primeira vez, verdadeiramente pronta para dar à luz. Meu compromisso de chegar até o fim estava quase se cumprindo. Fiquei toda arrepiada com a percepção que o que estava acontecendo era isto! Aqui, agora, eu neste lugar, sentindo esta dor – não, melhor, fazendo esta dor. Eu estava ativamente fazendo a dor para mim mesma agora – sem mais desculpas. Estava com as costas apoiadas contra o toailete, com meus pés apropriadamente apoiados sobre multicoloridos cestos mexicanos – a lição mexicana! Aqui agora é tudo que existe. Coloquei toda minha alma, coração e cada músculo do meu corpo para fazer força e fazer o bebê passar o limite das espinhas isquiáticas – o “ultimo limite”, como as parteiras o chamam. A dor era inacreditável! Mas era temperada pela minha recém-descoberta determinação. Estava para fazer aquela missão, não importava o quanto isto ia doer. Havia um tremendo alívio nesta determinação.

Houve alívio também na minha descoberta subsequente, de longa duração, de como fazer força de parto. Estava forçando os músculos errados, e finalmente descobri que se eu fizesse a força partindo do meu diafragma, que poderia na verdade avaliar o melhor ângulo para fazer força de onde e para onde. Depois disto, minhas forças ficaram muito mais efetivas. Ainda me lembro da sensação no meu diafragma da descoberta de um poderoso músculo que nunca tinha sido conscientemente utilizado daquela maneira antes. Acho que se eu fosse ter outro parto, eu saberia exatamente como empurrar o bebê para fora. Acho que é como andar de bicicleta – uma vez que seu corpo aprende o padrão, você nunca mais esquece.

Depois de vinte minutos fazendo força de parir no banheiro, as parteiras disseram que o bebe tinha passado o “ultimo limite”, e os batimentos do coração tinham se normalizado. Aceitei ficar no banheiro tão útil no momento, mas não estava nada feliz com isto. Então fiquei muito aliviada de sair daquela posição horrível.

É estranho – mesmo que meu plano oficial era ter um parto dentro d’água, eu sabia desde o início que isto não iria acontecer. Sabia que precisaria da água durante o trabalho de parto, mas minha cama tem sempre sido meu “porto seguro”. Então quando me levantei do banheiro, instintivamente me dirigi para a cama. Robert colocou os travesseiros primeiro, com suas costas para a parede, e me sentei no meio de suas pernas, semi-inclinada, levemente inclinada para trás apoiada nele. (em espanhol espalda significa “costas”, então respaldar (suportar) literalmente significa “colocar as costas sobre”. Eu sei, por que vivemos este tipo de apoio ou suporte!). Levou ainda cerca de cinqüenta minutos para conseguir empurrar meu filho para fora. Aqui está o meu melhor esforço para contar como foi meu parto. (em itálicos) Dor. Triturante, cegante, intensidade absorvente. Somente dor, e fazer força de parto dentro da dor. Somente dor, e empurrar o bebe para fora. Estive fazendo força de parto por uma eternidade agora. Não há pensamento nem mesmo esperança que esta vai ser a última – é somente o que é, uma onda de mergulhador. No meio da minha absorção, vejo a lição, outra lição deste parto. Entendi isto. Captei a mensagem. Quando se está no meio do túnel entre a França e a Inglaterra, você não pode deixar de pensar o quão longe da praia você está, “isto é impossível. Nunca mais poderei nadar esta distancia”. É por isto que os nadadores de maratona não contam a distância. Eles entram em uma dimensão onde o tempo não conta, onde a única coisa que se conta é a braçada. Uma braçada, e mais uma braçada, e outra braçada. Estou neste mundo onde o tempo não conta. Saio da realidade e fico imaginando quando o bebe já tiver nascido. Só existe aquela contração, e esta força de expulsão, e esta pausa, e outra contração, e esta força, e...

Então a voz da obstetriz, compelindo minha consciência a ir adiante do seu enterro para as profundidades da sensação. Submirjo, repentinamente consciente que estou aqui, que ainda existe um Eu que pode ser chamado adiante da sua absorção primordial. A voz diz: “Olhe! Olhe no espelho”. Aturdida, levanto a cabeça, forçando para conseguir enxergar por sobre a barriga. O que vejo me deixa chocada na mais total consciência de tudo. Loira, cabelos loiros claros, desarrumados e milagrosamente emoldurados pelos anéis escuros encaracolados na beirada da minha vagina distendida. Fiquei totalmente pasma.

Tinha algo mais além da dor, esta agonia torturante, que moe os ossos em

uma sensação crua. Uma outra coisa. Uma criança. Um não-eu. Meus pelos pubianos são escuros. Mas no espelho vejo cabelos loiros emoldurados na minha vagina. Oh sim, é isto que estou fazendo. Estou dando à luz a um bebê. Tem um bebe saindo de mim. Minhas forças de expulsão estão dando certo! Minha dor não é a toa, é para alguma coisa! Inspirei o mais fundo que podia, e fiz força novamente, e fiquei olhando enquanto o oval de cabelos loiros crescia. Está funcionando. Eu estou conseguindo. Posso fazer isto; sou eu mesma, sou Eu, fazendo isto, dando à luz.

Caí para trás, exausta, e descansei até que a próxima contração me arrochasse com seu aperto espinhoso, e eu galvanizasse cada fibra do meu corpo e EMPURRASSE. Eu sei o que estou fazendo agora, e porque também. Por um momento, perdida no deserto da dor, tinha me esquecido. Uma pontada repentina queimante se intrometeu na profunda dor que quase já tinha me acostumado com ela, e, tomada totalmente por surpresa, gritei. (Peyton, mirando despreziosamente com seus olhos de pássaro no alto de um banquinho nos pés da cama, levou as mãos às orelhas por um instante, e depois tirou-as novamente, aliviada de ver que eu voltava aos meus murmúrios e gritinhos guturais.) e então a Voz disse: “Busque algo, leve suas mãos para baixo”. E eu obedeci, levei minhas mãos na direção da minha vagina e elas encontraram uma cabeça, quente, molhada, enorme. Nunca me esquecerei daquela sensação. Gloriando no milagre dois-em-um, acariciando a cabeça do meu pequeno nas minhas mãos.

Fiquei feliz e em paz, mas as parteiras estavam preocupadas. Algo sobre distócia de ombro. Quando elas vão deixar de lado estas coisas, perguntei a mim mesma. Eu sei que tudo está bem. Mas podia sentir a ansiedade delas, e entendi, então, cheia de vontade, abandonei minha curtição e fiz força de expulsão novamente, por elas, sem esperar a próxima contração. Se não colocar o bebê para fora logo, elas vão me fazer virar de posição, colocando-me de joelhos, de quatro, e posso sentir que meu corpo está rebelde de qualquer mudança de posição. Então galvanizei novamente – uma respiração, com um foco interior no meu diafragma, uma avaliação precisa do nível de pressão necessária, e a participação total de cada célula do meu corpo, e...

Tentei mas não consegui descrever a sensação aliviante e o relaxamento que tive quando o bebê saiu repentinamente de mim – em filme tudo que temos deste instante é o azuláceo do seu corpo. Mergulhei para trás, nos braços de Robert, levando comigo a impressão do meu bebê que estava deitando na cama, dormindo! Também depois de tudo, e em profunda paz. Eu sabia o bebê. Eu sabia que ele estava bem – somente estava tomando seu tempo para vir aos termos com esta mudança repentina de dimensões.

Mas as parteiras estavam preocupadas com um pouco de mecônio que saiu

com ele, então elas acordaram-no pois tentaram aspirar algum mecônio que porventura estivesse na sua boca ou pulmões. (Cathy continuava dizendo que na sua experiência, bebês que nasciam de parto domiciliar nunca aspiravam mecônio, mas estava preocupada de qualquer modo, e chamou a pediatra para vir avaliar o bebê. A doutora veio e disse que ele estava perfeitamente saudável – uma confirmação médica do que já sabia.) Não quis pegar o Jason no meu colo de imediato. Só queria fixá-lo, deixar dois ou três minutos para se acostumar com o incrível alívio de não ter mais dores, para vir a integralizar o súbito desta transição que arremessou ambos em uma diferente dimensão da vida. (eu sou assim, levo uns minutos para me acostumar com mudanças bruscas.)

Mas as parteiras acharam que eu devia pegá-lo no colo, então elas me fizeram tentar dar da mamar nesta posição, ninguém tentou mexer nele nem virá-lo de posição. Muito barulho! Fiz o que disseram mas senti uma incrível frustração, que foi difícil de integrar com a incrível gratidão que estava sentindo em relação a elas por suas evidentes e essenciais habilidades de ajudar a parir. Não pude ter um senso do que Jason precisava com tudo o que estava acontecendo. Depois de cerca de meia hora Jason estava chorando, e as parteiras sentiram que precisávamos ficar sozinhos. Então peguei o Jason no colo, olhei para ele e em silêncio perguntei o que ele precisava. Instantaneamente tive a sensação que ele precisava entrar na água. Pedi a Peter Gonzalez, nosso fotógrafo calado e centrado, para encher a banheira do bebê com água quente e colocá-la na cama. Assim que Robert e eu pusemos Jason na água, ele se espreguiçou, esticando seu corpinho no máximo que podia, abriu os olhos e olhou para todos nós, colocou meu dedo na sua boca e mamou nele vigorosamente, e então repentinamente relaxou na água, toda sua tensão se tinha ido. Ele tem sido uma criança muito suave desde então, difícil de se enervar e fácil para relaxar.

## **PARTO EM CASA: DEPOIS DO BRILHO**

Jason mamou muito pouco até que o leite desceu três dias mais tarde. Peyton o segurou no colo e o ninou tanto quanto eu durante aqueles preciosos dias de recém-nascido. Uma vez, no segundo dia, os dois desapareceram. Procurei por toda a casa, e quando ia entrar no quarto da Peyton, pude ver através da porta entreaberta que ela segurava o nenê na cama, debaixo da sua camisola, e estava parindo-o! Não ousei interferir na maneira criativa que ela concebeu de se conectar ao novo irmão, pois entendi que em parte isto ajudaria a curá-la do seu nascimento por cesariana. Nos últimos meses da gravidez do Jason, muitas vezes Peyton subia na cama e se escondia embaixo da minha camisola e pedia para eu

estica-la em volta da sua cabeça enquanto ela fazia força contrária e fazia-se nascer a si mesma. Através da minha participação da APPAH (Associação para Psicologia e Saúde Pré e Perinatal) ([visite www.birthpsychology.org](http://www.birthpsychology.org)), entrei em contato com a informação que nascer de parto cesáreo depois de um longo trabalho de parto poderia deixar o “imprint” na criança que ela não conseguiria terminar algo por si mesma, e teria que ser salva, ajudada. Intuitivamente entendi aquele parto que ela fazia de si mesma debaixo da minha camisola era a maneira que Peyton tinha de tentar se curar daquela impressão que o parto tinha deixado – um processo que ela estava completando parindo Jason através de sua própria camisola. Lentamente saí dali. Sabia que podia confiar nela. Eu sabia que ela sabia. Duas semanas antes do parto, quando Jason estava quase uma semana além da data provável (não acredito muito nestas padronizações de tempo para gestações e partos), alguém por acaso perguntou a Peyton: “quando o nenê vai nascer?” Sem hesitar ela respondeu: “Sexta-feira às oito da noite!” A próxima sexta-feira passou, nada aconteceu, e esquecemos da sua previsão. Mas na sexta-feira seguinte, de noite, depois de três dias de trabalho de parto, Jason veio à luz exatamente às 19:59.

Quer escutar mais um milagre? Quatro semanas antes do parto Jason estava em uma apresentação posterior (com o dorso da cabeça em direção das minhas costas, em vez de estar “olhando” para trás). Eu sabia que ele iria virar em breve caso ele fosse virar, e passei a encorajar a virada pois as apresentações posteriores determinam partos mais difíceis. Então pedi para Rima (que escreveu um livro maravilhoso chamado “The Healing Power of Birth (1986)” para me guiar em uma visualização para ver se conseguíamos descobrir porque ele não tinha virado. Depois de algumas respirações suaves, ela conduziu minha consciência para baixo, para o útero. Recebi um nítido senso de sofrimento do bebê em relação ao cordão umbilical. Vi que sua cabeça estava encaixada na minha bacia. O cordão ia da placenta até a parte de trás do seu pescoço, passava no seu ombro esquerdo para seu umbigo. Eu soube (intuí) então que ele estava com medo que se virasse para uma posição anterior, que o cordão poderia apertar sua garganta e sufoca-lo, então ele não poderia mais virar a cabeça para o cordão não enrolar mais ainda.

Não sabia o que fazer até que Rima teve a idéia que ele poderia segurar o cordão com a mão e simplesmente puxa-lo para baixo, tirando-o do seu ombro depois que ele virasse. Mandei esta sugestão para ele, e imediatamente me senti inundada com a sensação de aceitação e alívio que ele mandava para mim. Pouco depois disto ele virou, e quando ele tinha nascido, uma semana depois, como todas as testemunhas do seu nascimento puderam certificar, ele veio literalmente segurando o cordão

umbilical com ambas as mãos, exatamente embaixo do ombro esquerdo. (É claro que eu não tinha uma prova empírica que Jason tinha uma dificuldade com cordão na sua nuca que ele resolveu por si mesmo; estou simplesmente contando minha experiência.)

Não quero deixar que vocês fiquem pensando, bem, isto é um milagre, e tudo bem para ela, mas eu nunca pensei que poderia fazer uma coisa como esta antes. Minha amiga Harriet Hartigan dá palestras sobre parto chamando as mulheres a redescobrir o senso da capacidade de acreditar nelas mesmas, senso este que em algum lugar perdemos para a dependência da tecnologia. Creio que não importa se um dia tivemos este senso e o perdemos, ou se nunca o tivemos. O importante é que podemos tê-lo.

Para mim dar à luz em minha própria casa requereu uma mudança completa nas crenças, partindo da dependência do conhecimento dos outros até a dependência do meu próprio saber, do meu conhecimento, da separação e desprendimento do meu corpo até a integração completa com ele mesmo, da posição de delegar aos outros responsabilidade sobre minha vida para a aceitação da responsabilidade plena sobre mim mesma. Esta mudança é um processo que não estava completo antes do parto e não está completo agora, pois estas coisas que venho aprendendo são os alvos de muitos milhares que embarcam no caminho de crescimento e aprendizado espiritual. Para mim, ambos os partos foram passos ao longo deste caminho. O primeiro parto, que me deu minha miraculosa filha, mostrou-me a direção que eu precisava tomar, e o segundo com seus muitos milagres mostrou-me acima de toda dúvida que tais atitudes iluminadas como acreditar em mim mesma, aceitar-me a mim mesma, e responsabilidade sobre mim mesma realmente são possíveis para todos nós. Para mulheres, para homens, para crianças – para seres humanos. Se minha história abre uma porta para você começar a acreditar em você mesmo, então ficarei feliz pela maneira como foi contada.

## Referencias

- Chamberlain, David  
1990 *Babies Remember Birth*. New York: Ballantine Books.
- English, Jane  
1985 *Different Doorway: Adventures of a Cesarean Born*. Mt. Shasta CA: Earth Heart Publishing.
- Davis-Floyd, Robbie and Elizabeth Davis  
1997 "Intuition as Authoritative Knowledge in Midwifery and Home Birth." In *Childbirth and Authoritative Knowledge: Cross-Cultural Perspectives*, eds. Robbie Davis-Floyd and Carolyn Sargent, pp. 315-349. Berkeley: University of California Press.
- Faber, Adele and Elaine Mazlish  
1980 *How To Talk So Kids Will Listen and Listen So Kids Will Talk*. New York: Avon Books.
- Flamm, Bruce  
2001 "Vaginal Birth after Cesarean and the New England Journal of Medicine: A Strange Controversy." *Birth* 28(4):276-279.
- Johnson Kenneth C. and Betty Anne Daviss.  
2001 "Results of the CPM Statistics Project 2000: A Prospective Study of Births by Certified Professional Midwives In North America" (abstract). American Public Health Association Annual Meeting. Atlanta, October, 2001.
- Noble, Elizabeth 1983 *Childbirth with Insight*. Boston: Houghton-Mifflin.
- Peterson, Gayle 1984 *Birthing Normally: A Personal Growth Approach to Childbirth*. Berkeley, CA: Mindbody Press.
- Star, Rima 1986 *The Healing Power of Birth*. Austin, Texas: Star Publishing.