



**Uma estudante de medicina da à luz de cócoras**  
([maurapad@hotmail.com.br](mailto:maurapad@hotmail.com.br)).

”Minha filha, Julia, nasceu dia 16/09/2000, após 40 semanas de gestação, um pouco conturbadas no início, pois ela nos pegou desprevenidos, porém muito felizes depois. Engravidei aos 20 anos, do meu namorado e atual companheiro, enquanto cursava o 3º ano de medicina. Não foi uma gravidez planejada, porém foi aceita já na suspeita de gravidez, por nós, pais, e pelos avós assim que contamos. Após um período de confrontos, discussões e muita conversa, que foi nas primeiras semanas e que eu chamei de período conturbado, tudo passou a se acertar e a gravidez passou a ser motivo de muita alegria, embora também de muitas dúvidas e apreensões, para todos, incluindo amigos e outros familiares. Todos foram muito compreensíveis e carinhosos, o que nos ajudou muito. Fomos morar junto e a partir de então passamos a curtir bastante a gravidez: alimentação, exercícios, consultas, ver a fita do ultrassom, observar os movimentos do nenê, etc.

Já no fim da gravidez veio nova apreensão: o parto. Ser aluna de medicina nessas horas nem sempre é muito bom. Ficamos mais preocupado com a possibilidade de ocorrer as coisas mais graves, aquelas que já ouvimos falar e muitas vezes vemos, na maioria das vezes raras, mas que nos marcam, como acontecia comigo durante as aulas de genética, as quais me ensinavam sobre as malformações congênitas, as doenças cromossômicas, etc, nada muito agradável de se conhecer quando se está esperando um filho. Apesar de não ter tido aulas de obstetrícia

naquela época, ainda assim eu escutava casos contados por professores, alunos mais velhos e outros, que acabam criando fantasias, desagradáveis, em nossa mente. Bom como eu estava dizendo, decidir sobre o parto não foi muito difícil. Queria o mais natural possível, talvez até mesmo para escapar do ambiente hospitalar em que estava habituada. Decidimos pelo parto de cócoras.

Procurei ler não só sobre este parto, mas também sobre outros, e acabei me tranquilizando um pouco, e ficando mais confiante quanto à escolha.

Começaram as contrações, liguei para o médico que me acompanhava e que me orientou alguns exercícios para as contrações (como ficar de cócoras), até o momento em que fomos para o hospital. Fui bem recebida pelo residente que me deixou a vontade durante as contrações para me movimentar ou adotar a posição mais confortável naqueles momentos de dor, algumas dessas posições vistas no livro Parto Ativo, além de permitir a companhia de meu companheiro, o que me ajudou a manter a tranquilidade. Percebi isto mais claramente quando fui levada à outra sala sobre os cuidados de uma mulher (enfermeira?), que me restringiu ao leito, dificultando o meu lidar com a dor. Fui salva pela chegada do médico, que novamente me deu liberdade de expressão. Acho que este é um momento muito importante do trabalho de parto e que pode influenciar nele como um todo. Deixar a paciente à vontade para andar, ficar de cócoras, de joelho sobre o abdome, ou deitada, se ela preferir, é essencial para que tudo corra tranquilo ou que pelo menos a paciente se sinta mais tranquila.

A analgesia no momento certo também foi um alívio e outro ponto que me tranquilizou, em uma hora tão difícil. Ao reduzir as dores ela permite uma maior concentração naquilo que está fazendo, no momento, que é tão mágico que deveria ser experimentado por todos (aos homens aconselho estarem presentes nesta hora também, não só apoiando a mulher, mas

participando, curtindo). O nascer da criança tão esperada e tão amada é um momento indescritível de grande alegria, muito prazeroso, e, portanto devemos estar nos sentindo bem para ver e sentir o nascimento, e não só querendo que ocorra logo para terminarem as dores. Segura-la no colo, senti-la, é fantástico. Espero realizar isto novamente, futuramente. Após 1 ano e 7 meses, esta é idéia que fica: um momento maravilhoso, que não deve ser desmanchado pelas angústias e anseios de outras pessoas, e outras experiências. É um momento para ser vivido. O que fica após todo este tempo não é a dor (que existe, que é forte, que é desagradável) ou as dificuldades que possamos ter enfrentado durante a gestação ou o próprio parto, mas sim a leveza do momento (pode acreditar), a alegria de conhecer/ver/sentir o filho. Inesquecível! Hoje, passando pelo estágio de ginecologia obstetrícia, vejo colegas desistindo de ter filhos ou querendo cesárea para não sentir tantas dores, mas o que sempre digo é que o que fica como lembrança não são as coisas desagradáveis (que duram apenas algumas horas), mas sim a magia do momento, que é sensacional (além de um filho, que é a maior fonte de alegria para qualquer pai). Mas só posso dizer isto porque fui bem assistida e preparada durante a gestação e na hora do parto, porque me permitiram certa liberdade, fui orientada e tive minhas duvidas sanadas. É muito comum ter mulheres já na sala de pré-parto com duvidas e angustias que deveriam ter sido resolvidas durante o pré-natal, que atrapalham a vivencia do parto pela mulher, que as fazem sofrer sem saber exatamente com o que (sofrem pelo desconhecimento), e nesta hora que antecede o parto (na sala de pré-parto), devemos então minimizar estes efeitos e tentar explicar o máximo sobre o que poderá acontecer e acalmar a paciente. Considero estes momentos um dos mais importantes durante toda a gestação, pois está perto do fim, mas este ainda não chegou. As atenções nesta hora devem ser dobradas, incluindo não só o físico/biológico, mas também o psicológico,

é uma última chance de tentar um parto mais tranquilo e conseqüentemente mais gostoso.

Obs: mais uma vez, agradeço por tudo, hoje mais do que nunca (por estar passando no setor de obstetrícia de minha faculdade), tenho que agradecer pela assistência e pelo parto tranquilo, que me proporcionaram uma vivência maravilhosa e inesquecível.

Um abraço, Maura.”

## **SEGUNDA Gestação da Maura**

Cinco anos depois ela engravidou novamente e tudo planejado. Prevendo parto para o final da residência, que acabou fazendo em pediatria. Durante a gestação desenvolveu um aumento de pressão, que chamamos de Toxemia da Gravidez ou Doença Hipertensiva específica da Gestação, com um tratamento baseado em homeopatia, dieta sem sal, acupuntura, e repouso (meio difícil no meio dos plantões). No final sua pressão chegou a 140x100, mas o parto encaminhou para ser normal também.

Preferiu um parto sem analgesia desta vez, e foi ótimo, pois foi um parto rápido, mais ainda que primeiro, e pode sentir tudo que a passagem do bebê proporciona no canal do parto.

Segundo ela recomenda este parto também.