

GRAVIDEZ SAUDÁVEL E PARTO SEGURO SÃO DIREITOS DA MULHER

Rede Nacional Feminista de
Saúde e Direitos Reprodutivos

**Gravidez Saudável e Parto Seguro
São Direitos da Mulher**

Coordenação Geral do Projeto

Maria José de Oliveira Araújo
*Rede Nacional Feminista de Saúde
e Direitos Reprodutivos*

Autoras

Ana Paula Portella
*Psicóloga, pesquisadora e educadora
do SOS Corpo – Gênero e Cidadania, Recife/PE.*

Dayse Reis

Socióloga, educadora e coordenadora do Cais do Parto – Centro Ativo de Integração do Ser, Recife/PE.

Regina Aguiar

*Médica ginecologista e obstetra, professora da Faculdade de Medicina
da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte/MG.*

Simone Grilo Diniz

*Médica, mestra e doutoranda em Medicina Preventiva (FMUSP), fundadora e pesquisadora do Coletivo
Feminista Sexualidade e Saúde/SP.*

Colaboração

Área Técnica de Saúde da Mulher do Ministério da Saúde

Apoio

Ministério da Saúde

São Paulo, março de 2000

Apresentação

Toda mulher tem direito a uma gravidez saudável e a um parto seguro. Foi pensando nisso que a RedeSaúde, uma organização que luta pelos direitos das mulheres na área da saúde, preparou esta cartilha, que contém informações importantes sobre os direitos da mulher no período da gravidez, do parto e do pós-parto.

Embora a saúde seja um direito de todos, conforme diz a Constituição Federal, muitas vezes esse direito é desrespeitado e o acesso a atendimento é dificultado. Às vezes isso acontece porque as pessoas desconhecem seus direitos. Sabemos que, se a população tiver informações a respeito das leis, do funcionamento dos serviços e sobre os atos dos profissionais de saúde, isso poderá ajudá-la a exigir o tratamento digno a que todo cidadão tem direito.

Elaborada pela RedeSaúde, em parceria com a Área Técnica de Saúde da Mulher do Ministério da Saúde, esta cartilha foi feita especialmente para que você, usuária dos serviços de saúde, possa viver bem essa importante fase da sua vida. Além dos direitos das gestantes, a cartilha fala também sobre a importância da realização de um bom pré-natal, as vantagens do parto normal, os riscos da cesariana para a mulher e a criança, os direitos contidos na lei para a realização da ligadura de trompas e a importância da participação do pai durante todo o período que envolve a gestação.

Guarde esta cartilha com você durante toda a sua gravidez e o parto. Com ela, você vai poder acompanhar os diversos momentos desse período tão especial da sua vida e, assim, viver a sua maternidade com segurança, dignidade e conhecimento do que está acontecendo.

Rede Nacional Feminista de Saúde e
Direitos Reprodutivos

**Seus Direitos
Durante a Gravidez**

Quando você está grávida, tem direitos que devem ser respeitados para que sua gravidez seja saudável e seu parto seguro.

DIREITOS SOCIAIS

- Em várias instituições públicas e privadas existem guichês e caixas especiais ou prioridade nas filas para atendimento a gestantes. Procure informações no próprio estabelecimento.
- Não aceite agressões físicas ou morais por parte de estranhos, do seu companheiro ou de familiares. Caso isso aconteça, procure uma delegacia, preferencialmente a delegacia da mulher do seu município, para prestar queixa.

DIREITOS NO TRABALHO (Garantidos pelas leis trabalhistas – CLT)

- Sempre que você for às consultas de pré-natal ou fizer algum exame necessário ao acompanhamento de sua gravidez, solicite ao serviço de saúde uma DECLARAÇÃO DE COMPARECIMENTO. Apresentando esta declaração à sua chefia você terá sua falta justificada no trabalho.
- Você tem o direito de mudar de função ou setor no seu trabalho, caso o mesmo possa provocar problemas para a sua saúde ou a do bebê. Para isso, apresente à gerência um atestado médico comprovando que você precisa mudar de função.
- Enquanto estiver grávida, e até cinco meses após o parto, você tem estabilidade no emprego e não pode ser demitida, a não ser por “justa causa”, isto é, nos casos previstos pela legislação trabalhista (se cometer algum crime, como roubo ou homicídio, por exemplo).
- Você tem direito a uma licença-maternidade de 120 dias — recebendo salário integral e benefícios legais — a partir do oitavo mês de gestação.
- Até o bebê completar seis meses, você tem direito de ser dispensada do seu trabalho todos os dias, por dois períodos de trinta minutos, para amamentar.
- O seu companheiro tem direito a uma licença-paternidade de cinco dias, logo após o nascimento do bebê.

Conhecendo os seus direitos, você pode exigí-los e fazer com que sejam cumpridos. Mas, caso estes direitos não sejam respeitados, procure os sindicatos ou associações de sua categoria profissional, para encontrar uma solução. Se a sua categoria profissional não tiver sindicato ou associação, você pode buscar ajuda diretamente na Justiça do Trabalho ou no Ministério Público.

Nos SERVIÇOS DE SAÚDE você tem direito a:

- Ser atendida com respeito e dignidade pela equipe de saúde, sem discriminação de cor, raça, orientação sexual, religião, idade ou condição social.
- Aguardar o atendimento em lugares arejados e limpos, tendo à sua disposição água potável e sanitários limpos.

- Um serviço de saúde de qualidade deve atender a gestante chamando-a pelo seu próprio nome, criar alternativas para evitar longas esperas e procurar lhe dar prioridade nas filas. ISTO TAMBÉM É QUALIDADE DE ATENÇÃO À SAÚDE. ISTO TAMBÉM É RECONHECER OS DIREITOS DE CIDADANIA.

Lembre-se: Você paga impostos quando compra ou vende qualquer produto ou serviço. O dinheiro do seu imposto é utilizado nos serviços públicos. Por isto, você tem direito a atendimento gratuito e de boa qualidade nos hospitais públicos e nos hospitais conveniados ao Sistema Único de Saúde (SUS).

Descobrimo que Está Grávida... O Direito ao Pré-Natal

- Se você desconfia que está grávida, procure a unidade de saúde mais próxima para confirmar a gravidez e iniciar o seu acompanhamento de saúde.
- O pré-natal pode lhe assegurar uma gestação saudável e um parto seguro.
- Você tem direito a fazer pelo menos seis consultas durante toda a gravidez.
- Caso deseje ou precise, você pode solicitar ao serviço de saúde a presença de uma pessoa de sua confiança nas consultas do pré-natal.

ATENÇÃO!

Você tem direito ao CARTÃO DA GESTANTE

Esse cartão deve conter todas as anotações sobre seu estado de saúde, sobre o desenvolvimento de sua gestação e os resultados dos exames que você fez. Leve esse cartão a todas as consultas e verifique se ele está sendo preenchido. Não esqueça de apresentá-lo aos profissionais de saúde na hora do parto.

FIQUE DE OLHO

Em todas as consultas de pré-natal, a equipe de saúde deverá medir sua pressão arterial, verificar seu peso, medir sua barriga e escutar o coração do bebê.

EXAMES DO PRÉ-NATAL

Fique atenta e veja o que é considerado o mínimo de exames a serem feitos:

1. *Exames de Sangue:* para descobrir diabetes, sífilis e anemia e classificar o seu tipo de sangue.
2. *Exames de Urina:* podem descobrir infecções e presença de proteína na urina.

3. *Preventivo de Câncer de Colo do Útero (Papanicolau)*: esse exame informa sobre a existência de problemas que podem levar ao câncer de colo de útero, permitindo o tratamento imediato. Este exame deve ser realizado a cada três anos. Caso você não tenha feito neste período, deve fazer no pré-natal.

Teste anti-HIV (para identificar o vírus da AIDS): Caso você queira, você pode fazer esse exame durante o pré-natal. Ele é uma proteção para a mulher e para a criança. Uma mulher portadora do HIV pode começar o tratamento durante a gravidez, evitando que o vírus passe para o bebê durante a gestação e o parto.

Seus Direitos no Parto

Você sabia que o parto normal é o mais seguro para a grande maioria das mulheres?

FIQUE ATENTA:

O parto é considerado uma urgência e o seu atendimento não pode ser recusado em nenhum hospital, maternidade ou casa de parto. Se a unidade de saúde não puder atendê-la naquele momento, os profissionais de saúde devem examinar você antes de encaminhá-la para outro local. Você só poderá ser transferida se houver tempo suficiente para isso e depois de terem sido confirmadas a existência de vaga e a garantia de atendimento no outro estabelecimento de saúde.

Durante a INTERNAÇÃO e NO TRABALHO DE PARTO, você também tem direitos:

- De ser escutada em suas queixas e reclamações e ter as suas dúvidas esclarecidas.
- De expressar os seus sentimentos e suas reações livremente. Não se envergonhe nem se intimide se você tiver vontade de chorar, gritar ou rir. Essas são reações normais, que podem ocorrer durante o trabalho de parto com todas as mulheres. Nenhum profissional de saúde pode recriminar você por isso.
- As roupas utilizadas durante o trabalho de parto devem ser confortáveis e estar de acordo com o seu tamanho. Devem ser de tecidos e modelos que não exponham o seu corpo, causando-lhe constrangimento.
- Caso você queira contar com a presença de acompanhante no momento do parto, como o pai da criança, parente ou pessoa amiga, solicite isto ao serviço que está atendendo você. De preferência, acerte isso antes do parto.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES PARA O SEU BEM-ESTAR:

- Nem sempre é necessária a realização da lavagem intestinal e da raspagem de pêlos antes do parto. Converse sobre isso com quem está atendendo você.
- Muitas vezes, durante o trabalho de parto, você poderá receber alimentos líquidos (sucos, sopas, caldos). A equipe de saúde lhe dirá se você precisa ficar em jejum em situações especiais.
- O soro com medicamentos para apressar o parto só deve ser utilizado em situações especiais. Se este for o seu caso, solicite à equipe de saúde que lhe explique as razões de uso do soro.

Você tem o direito de ter um parto normal e de ser atendida por uma equipe preparada e atenciosa. Na grande maioria dos casos, o parto normal é a maneira mais segura e saudável de ter filhos e deve ser estimulado através de uma assistência humanizada, gentil, segura e de boa qualidade, para você e seus acompanhantes.

PARTO SEM DOR

Cada mulher e cada parto são diferentes. A dor no parto costuma ser uma dor forte, mas muitas mulheres acham que é uma dor suportável e preferem não ter anestesia. Se você sentir necessidade, peça anestesia no caso de um parto normal, inclusive nos hospitais públicos ou conveniados ao SUS.

DICAS PARA ALIVIAR A DOR:

- Estar na companhia de quem você gosta e confia.
- Banhos de água morna: podem ser de chuveiro, com a água caindo em cima da barriga e das costas.
- Caminhar durante o trabalho de parto pode facilitar a descida do bebê. Faça isto se for confortável para você.

Quando O BEBÊ ESTÁ NASCENDO:

- Às vezes, o médico faz um corte na vagina, a chamada episiotomia, que pretende evitar o rompimento da pele, mas nem sempre ela é necessária.

Se você precisar de uma CESÁREA:

- Em alguns casos, a cesárea pode ser necessária para proteger você e o bebê; mas você tem o direito de ser informada dos motivos para fazer esta cirurgia.
- Se o seu primeiro parto foi cesariana, é possível que você possa ter agora um parto normal. Lembre-se: o parto normal, geralmente, é mais seguro para a mãe e para o bebê.

A cesárea é mais arriscada que um parto normal. Para a mulher, existe um risco maior de infecção e problemas com a anestesia. O bebê pode ter problemas respiratórios ou nascer antes do tempo certo. Por isso, ela só deve ser realizada quando for para o bem da sua saúde ou do bebê.

DEPOIS DO PARTO, você tem direito a:

- Ter a criança ao seu lado, em alojamento conjunto, e amamentar. Vocês só precisam ficar separados se algum dos dois tiver algum problema.
- Receber orientações sobre a amamentação e suas vantagens, para você e para a criança.
- No momento da alta você deve sair com orientações sobre quando e onde deverá fazer a consulta de pós-parto e do controle do bebê.

INFORMAÇÕES E ACONSELHAMENTO

- Durante as consultas de pré-natal a equipe de saúde deve dar orientações sobre gravidez, parto, pós-parto e cuidados com o bebê. Você também poderá obter informações sobre sexualidade, nutrição e cuidados com a saúde no período da gestação e preparação para amamentação.
- Cada vez que a equipe indicar para você um exame, tratamento ou cirurgia, ou quando lhe derem algum remédio, você tem o direito de ser informada sobre os motivos dessa conduta, com palavras simples, para que você possa entender o que foi explicado.
- Quando você tiver algum problema de saúde que possa ser tratado de mais de uma maneira, você tem o direito de ser informada sobre as diferentes opções de tratamento.
- Aproveite as consultas de pré-natal para esclarecer todas as suas dúvidas sobre gravidez, parto e pós-parto. Informe-se também sobre doenças sexualmente transmissíveis, AIDS e métodos para evitar gravidez. Lembre-se: quanto mais você souber sobre seu corpo, sua sexualidade, sobre formas de preservar sua saúde, melhor para você. Isto também é ser feliz!
- Em algumas cidades, além das maternidades tradicionais existem outros locais de atendimento ao parto. Procure conhecer os recursos disponíveis na sua comunidade para fazer a melhor escolha para você e seu bebê.

O QUE FAZER CASO VOCÊ NÃO SEJA BEM ATENDIDA EM QUALQUER MOMENTO DA SUA GRAVIDEZ OU PARTO:

Você pode procurar a gerência do serviço de saúde que atendeu você e informar sobre a sua insatisfação. Você tem o direito de ser atendida com respeito e dignidade. Todo cidadão deve contribuir para a melhoria do atendimento à saúde em nosso país.

Outros Direitos

LIGADURA DE TROMPAS

- A ligadura de trompas é uma forma definitiva de evitar uma gravidez e exige uma cirurgia para a sua realização. Ela só deve ser feita se você tiver certeza de que não quer mais engravidar.
- O período da gravidez e parto não é o melhor momento para decidir sobre a ligadura de trompas, porque você estará muito envolvida pelas emoções da chegada do bebê.
- A nova lei sobre planejamento familiar permite a realização da ligadura em mulheres com mais de 25 anos ou com mais de dois filhos. Mas a ligadura não poderá ser feita logo depois do parto ou da cesárea, a não ser que você tenha algum problema grave de saúde ou tenha feito várias cesarianas.

Fazer uma cesariana para realizar ligadura de trompas é contra a lei e é um risco desnecessário à sua saúde. Não caia nessa!

- Antes de decidir pela ligadura de trompas, você tem o direito de ser informada sobre todos os outros métodos para evitar uma gravidez. Pense bem antes de decidir. Ligadura é para sempre!

Se você decidir ligar as trompas, saiba que a ligadura pode ser feita GRATUITAMENTE nos hospitais públicos e conveniados ao SUS.

Não aceite nenhum tipo de cobrança para a realização da ligadura de trompas. Assim como o planejamento familiar, o pré-natal e o parto, este é um direito seu!

SE VOCÊ ESTIVER ABORTANDO, LEMBRE-SE:

- Você tem o direito de ser atendida imediatamente e de maneira respeitosa, sem recriminações ou críticas.
- Durante o atendimento, você deve ser esclarecida sobre todos os tratamentos propostos.
- Você tem o direito de receber anestesia para tratamento do aborto.
- Você tem o direito de ser informada sobre onde buscar ajuda nos casos de complicações pós-aborto.

ATENÇÃO!

Caso a gravidez coloque a sua vida em risco ou se você foi estuprada e engravidou:

- Nos casos de estupro, você tem direito a atendimento especial e pode solicitar a interrupção da gravidez, sem precisar de autorização de juiz. É recomendável que você faça o “Boletim de Ocorrência” na delegacia, logo após ter sofrido o abuso sexual.
- Nestes casos, procure a unidade ou a Secretaria de Saúde de seu município para que lhe indiquem os hospitais que realizam este tipo de atendimento.
- Nos casos de risco de vida para você, a equipe de saúde deverá informá-la de forma simples e clara sobre os riscos e, caso você concorde, poderá ser solicitada a interrupção da gravidez.
- Nestas situações você tem o direito de realizar o aborto gratuitamente, de forma segura e com um atendimento respeitoso e digno.

O PAI TAMBÉM TEM DIREITOS NOS SERVIÇOS DE SAÚDE

- De participar do pré-natal. Isto pode ser muito importante para você, para ele e para o bebê.
- De ter suas dúvidas esclarecidas sobre a gravidez, sobre o relacionamento com a mulher e sobre os cuidados com o bebê. Ele não é apenas o seu acompanhante, mas é também o pai da criança que vai nascer. Participar é fundamental!
- De ser informado sobre como a gravidez está evoluindo e sobre qualquer problema que possa aparecer.
- Na época do parto, de ser reconhecido como PAI e não como “visita” nos serviços de saúde.
- De ter acesso facilitado para acompanhar você e o bebê a qualquer hora do dia.
- É importante que o pai vá com você na consulta pós-parto, para receber as informações e orientações sobre contracepção e prevenção de doenças transmitidas em relação sexual e AIDS.

A participação do pai durante a gravidez, parto e pós-parto é um direito que deve ser exercido.

Contatos Úteis para Mais Informações

- **DISQUE-SAÚDE**
0800-611997

- **Conselhos Municipais e Estaduais de Saúde**
Na maioria dos municípios brasileiros funcionam os Conselhos Municipais de Saúde, aos quais você poderá recorrer para fazer uma denúncia.

- **Comitê de Prevenção da Mortalidade Materna**
Procure informações nas Secretarias de Saúde do seu município ou estado. Os Comitês existem em várias localidades, para averiguar causas de mortes decorrentes da gravidez e parto.

- **Conselho Nacional dos Direitos da Mulher**
Edifício Sede do Ministério da Justiça, 3º andar, sala 308 – Esplanada dos Ministérios – CEP 70064-900 – Brasília/DF
Fones: (61) 218-3150 / 224-3105 – Fax: (61) 226-9526
Para se informar sobre onde funciona o Conselho Municipal ou Estadual dos Direitos da Mulher, procure as Secretarias de Justiça de sua localidade.

- **Conselho Regional de Medicina, Enfermagem, Psicologia e Serviço Social**

Esses Conselhos são responsáveis pela fiscalização das práticas profissionais. Se necessário, procure os endereços na Secretaria de Saúde de seu estado.

- **REHUNA – Rede de Humanização do Nascimento**

Rua São Felix, 70 – Campo Grande – CEP 52031-060 – Recife/PE – Fonefax: (81) 427-9100

E-mail: curumim@elogica.com.br

- **Rede Nacional Feminista de Saúde e Direitos Reprodutivos**

Rua Bartolomeu Zunega, 44 – Pinheiros – CEP 05426-020 – São Paulo/SP – Fone: (11) 813-9767

– Fax: (11) 813-8578

E-mail: redesaude@uol.com.br

Procure mais informações na sua localidade.