

Produzido em agosto de 2024
Data da revisão: agosto de 2027

As suas escolhas na gravidez

Material de fácil leitura.

Este material está
disponível em diversos
idiomas. Peça mais
informações à sua parteira.

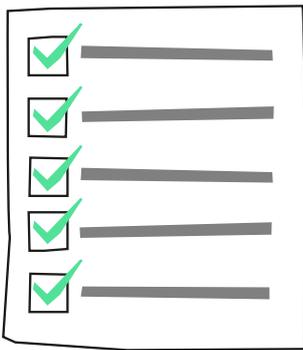


Sussex
Local Maternity &
Neonatal System

As suas escolhas na gravidez



Pode decidir o que acontece quando estiver grávida e quando der à luz.



O planeamento do parto pode ajudá-la a preparar-se para dar à luz.

Isto pode incluir:

- Como quer dar à luz
- Onde quer dar à luz
- Quando quer dar à luz
- Que medidas quer tomar para lidar com a dor
- Quem quer que a acompanhe quando der à luz

As suas escolhas na gravidez



A sua parteira irá ler atentamente o seu planeamento de parto convosco.

Isto irá ajudar-vos a compreender o que precisam de saber.



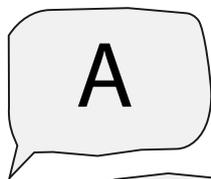
Se quiser um acompanhante para quando der à luz, esta pessoa pode precisar de conselhos.

Peça ao acompanhante para clicar no link abaixo. Se não tiver acesso à Internet, peça à sua parteira para imprimir uma cópia.

Pode escolher quem quer que a acompanhe quando der à luz.

sussexlmns.org/partners-and-families/tips-for-your-birth-partner

As suas escolhas na gravidez



Se não fala inglês, tem o direito de solicitar uma pessoa que a ajude a entender o que está a acontecer.

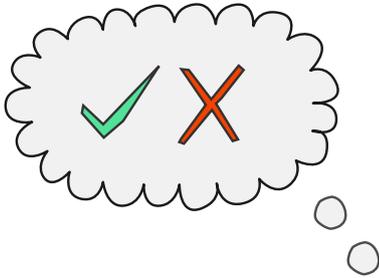
Pode solicitar um intérprete quando ligar para o hospital para avisar que está em trabalho de parto.



Pode precisar de ajuda para dar à luz.

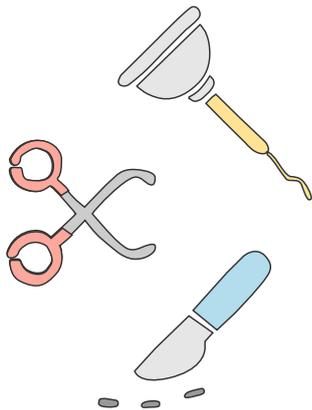
A sua parteira falará consigo sobre como o bebé vai nascer.

As suas escolhas na gravidez



A sua parteira pedirá a sua concordância antes do parto. Isto inclui:

- Parto assistido
- Indução do parto
- Aumentar as contrações.

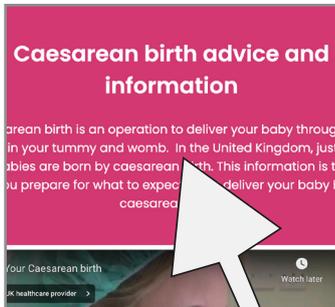


Existem três tipos de partos assistidos. Estes podem ajudar o seu bebé a nascer.

Estes incluem:

- Parto com fórceps
- Parto com ventosa
- Cesariana

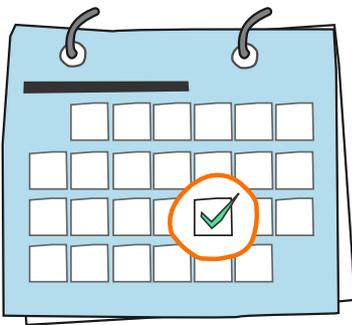
As suas escolhas na gravidez



Pode ouvir dizer que uma cesariana é chamada de parto cesárea (C-section). Clique no link abaixo para saber mais.

Se não tiver acesso à Internet, peça à sua parteira para imprimir uma cópia.

[labourpains.org/caesarean-birth/
caesarean-birth-advice-and-information](http://labourpains.org/caesarean-birth/caesarean-birth-advice-and-information)



A indução é quando a equipa clínica ajuda a mãe a iniciar o trabalho de parto.

Pode optar por esta opção se o bebé estiver atrasado ou se a gravidez for perigosa para si ou para o bebé.

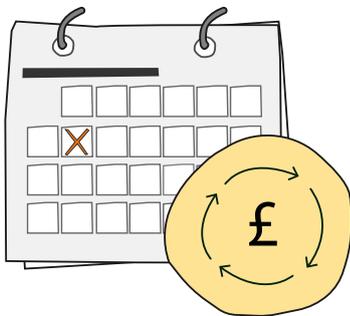
As suas escolhas na gravidez



Clique no link abaixo para saber mais sobre indução do parto.

Se não tiver acesso à Internet, peça à sua parteira para imprimir uma cópia.

sussexlmns.org/labour-and-birth/inducing-labour



É possível que tenha de pagar pela assistência à maternidade se:

- Residir no Reino Unido há pouco tempo
- Planear ficar no Reino Unido por pouco tempo.

Não precisa de pagar quando recebe assistência médica. É possível definir um plano de pagamento.

Continua a ter direito à assistência quando precisar, mesmo que não possa pagar antecipadamente.

As suas escolhas na gravidez



Entre em contacto com a Maternity Action para obter orientações sobre como pagar pela assistência à maternidade.

Ligue para o telefone gratuito 0808 800 0041 e deixe uma mensagem de voz.



E-mail

maternitycareaccess@maternityaction.org.uk

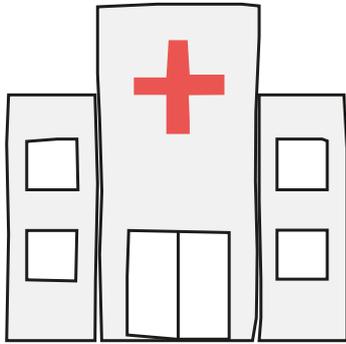


Clique no link abaixo para saber mais sobre como pagar pela assistência de saúde.

Se não tiver acesso à Internet, peça à sua parteira para imprimir as informações para si.

maternityaction.org.uk/advice/dealing-with-debts-owed-to-the-nhs-for-maternity-care

As suas escolhas na gravidez



Pode solicitar ajuda e assistência ligando para um dos números abaixo. Pergunte à sua parteira se não tiver a certeza para que número ligar.

- Conquest Hospital, St Leonards
0300 131 4500
- Eastbourne District General Hospital
0300 131 4500
- Royal Sussex County Hospital, Brighton
01273 696955
- Princess Royal Hospital, Haywards Heath
01444 441881
- St Richard's Hospital, Chichester
01243 788122
- Worthing Hospital
01903 205111
- East Surrey Hospital
01737 768511

As suas escolhas na gravidez

Para mais informações de apoio para se preparar para o parto e para os primeiros dias com o bebé, consulte:

Prepare a sua mala para o trabalho de parto NHS UK

[nhs.uk/pregnancy/labour-and-birth/preparing-for-the-birth/pack-your-bag-for-labour](https://www.nhs.uk/pregnancy/labour-and-birth/preparing-for-the-birth/pack-your-bag-for-labour)

Amamentação - Sussex LMNS

sussexlmns.org/after-the-birth/breastfeeding

Depois do nascimento | O que acontece depois do nascimento do bebé?

sussexlmns.org/after-the-birth

Dicas para novos pais

sussexlmns.org/partners-and-families/tips-for-new-parents

Publicações da Lullaby Trust – The Lullaby Trust

lullabytrust.org.uk/professionals/publications

Registo de nascimento de Sussex

sussexlmns.org/partners-and-families/registering-the-birth

Informações sobre gravidez – Tommy's

tommys.org/pregnancy-information

Linha de apoio das parteiras para mulheres negras e miscigenadas de descendência negra – Tommy's

tommys.org/pregnancy-information/about-tommys-pregnancy-information/video-call-service

Se não tiver acesso à Internet, pode pedir à sua parteira que imprima as informações dos links acima.