

Em geral, recomenda-se que a mulher escolha a posição mais confortável para ela. Em algumas situações, pode ser necessário adotar uma posição específica para facilitar a descida ou rotação da cabeça do bebê.

O nascimento ocorre como resultado das contrações uterinas e dos esforços expulsivos da mãe.

Você pode optar por fazer força somente quando sentir vontade, (em alguns casos sob orientação), e ser orientada e estimulada sobre como e quando fazer força.

EPISIOTOMIA



A episiotomia é um corte realizado no períneo que pode ser indicado em algumas situações, como para evitar lacerações mais graves ou quando é necessário abreviar o nascimento do bebê.

Esse procedimento não é realizado de rotina, sendo utilizado apenas quando necessário.

Mesmo quando se busca preservar o períneo, graus variáveis de lacerações (usualmente 1º e 2º grau) podem ocorrer. Tanto a episiotomia quanto essas lacerações são suturadas logo após o parto. A cicatrização pode causar algum desconforto inicial, mas geralmente não provoca problemas a longo prazo.

Em algumas situações específicas pode ser necessário utilizar instrumentos como fórceps ou vácuo-extrator para auxiliar o nascimento do bebê.

