



Guia de acolhimento da Maternidade



HOSPITAL DA LUZ
LISBOA



Índice

- 03** BEM-VINDOS À MATERNIDADE
DO HOSPITAL DA LUZ LISBOA
- 06** URGÊNCIA DE OBSTETRÍCIA
ATENDIMENTO MÉDICO PERMANENTE
- 06** BLOCO DE PARTOS
- 07** PLANEAR O PARTO
- 09** NO DIA DO PARTO
- 12** DEPOIS DO PARTO
- 14** CONTACTOS



Bem-vindos à Maternidade do Hospital da Luz Lisboa

Na Maternidade do Hospital da Luz Lisboa,
as futuras mães encontram os cuidados de saúde
de que necessitam para si e para os seus filhos
durante a vigilância da gravidez, a preparação
para o nascimento, o parto e cuidados neonatais
e a recuperação pós-parto.



Para oferecer um serviço que responda a todas as necessidades e exigências das mulheres que a procuram, esta Maternidade conta com:

- Um corpo clínico de obstetras, neonatologistas e anesthesiologistas de competência e experiência reconhecidas.
- Um corpo de enfermagem especializado em cuidados à grávida e ao recém-nascido.
- Um centro de alto risco obstétrico e uma unidade de diagnóstico pré-natal.
- Um serviço de urgência obstétrica disponível 24 horas por dia, 365 dias.
- Uma unidade de cuidados intensivos disponível 24 horas por dia, 365 dias.
- Um bloco de partos dotado dos recursos tecnológicos mais modernos.
- Uma unidade de cuidados especiais neonatais disponível 24 horas por dia, 365 dias.
- Um sistema de segurança para recém-nascidos.
- Estruturas físicas e serviços hoteleiros de qualidade superior.

No Hospital da Luz Lisboa, a Maternidade está integrada no Hospital da Mulher, estrutura que numa filosofia de abordagem global conta com todos os recursos necessários para seguir e avaliar a saúde da mulher de uma forma multidisciplinar e complementar, em todas as vertentes e em todas as etapas da vida.



Urgência de obstetrícia

Atendimento médico permanente

A urgência de obstetrícia funciona 24 horas por dia, 365 dias por ano. Localiza-se no piso 1, junto ao bloco de partos, com acesso público por escadas rolantes ou através dos elevadores do núcleo B a partir de todos os pisos (incluindo os de estacionamento). Nos dias úteis, entre as 8h00 e as 23h00, a admissão das grávidas à urgência de obstetrícia é feita diretamente na recepção do Serviço de Ginecologia-Obstetrícia, no piso 1; entre as 23h00 e as 8h00, aos fins de semana e feriados é feita na recepção do Atendimento Médico Permanente, no piso 0, sendo depois a grávida encaminhada para a urgência de obstetrícia.



Bloco de partos

O bloco de partos possui oito salas de dilatação, duas salas de parto, uma sala de cesarianas e uma sala de recobro. As salas de dilatação são espaços amplos, equipados para vigilância da mãe e do feto e que proporcionam a calma e conforto necessários nesta fase.



Planear o parto

Curso de preparação para o nascimento

Este curso é composto por oito sessões, de periodicidade semanal, a partir das 28-30 semanas de gravidez, realizadas às quartas-feiras, entre as 17h30 e as 19h00 e entre as 19h00 e as 20h30, no ginásio das Casas da Cidade Residências Sénior Lisboa (edifício contíguo ao Hospital da Luz Lisboa).

O curso é organizado para grupos compostos por duas a oito grávidas e seus acompanhantes e aborda temas relacionados com a gravidez, o parto e o puerpério, nomeadamente:

- O início da gravidez e o desenvolvimento fetal durante a gravidez.
- A alimentação e outros aspetos da vida quotidiana na gravidez.
- Os sinais de alerta.
- A admissão à maternidade. Enxoval da mãe e do bebé.
- O trabalho de parto e o parto. Analgesia e anestesia epidural.
- Receção do bebé na sala de partos. Saúde do bebé.
- Aleitamento natural e aleitamento artificial. Resolução de problemas.
- Cuidados de higiene e conforto do bebé.
- A respiração e a postura durante a gravidez e no parto.
- Exercícios para alívio de desconfortos e de contrações.
- Exercícios de fortalecimento do períneo.
- Exercícios de relaxamento.
- Visita à maternidade do Hospital da Luz Lisboa.

Pode ser programado um curso composto apenas por quatro sessões, de periodicidade semanal, destinado a grávidas que se inscrevem tardiamente ou que não têm disponibilidade para realizar o curso com a duração normal prevista. Neste caso, são abordados os temas considerados de maior relevo (parto, analgesia epidural, amamentação e cuidados ao recém-nascido) e o horário é determinado quando da programação do curso.

As inscrições para o curso de preparação para o nascimento podem ser feitas na receção do Serviço de Ginecologia-Obstetrícia no piso 1, através do telefone 217 104 400, ext. 14094 ou 14119 ou através do endereço eletrónico preparacao.nascimento.lisboa@hospitaldaluz.pt

Após o início do curso, o valor pago pela totalidade das sessões não é reembolsável em caso de desistência ou falta por qualquer razão.

O que trazer para a maternidade

Para maior comodidade, a mala da mãe e a mala do bebé devem ser separadas.

Para a Mãe:

- Documento de identificação civil; cartão de beneficiário de sistema de saúde ou seguro de saúde (quando aplicável).
- Boletim de saúde da grávida e resultados de exames de diagnóstico que tenha realizado durante a gravidez.
- Camisas de noite (quatro unidades e preferencialmente abertas a frente), roupão e chinelos de quarto.
- Discos e soutiens de amamentação.
- Cuecas (preferencialmente descartáveis) e cinta pós-parto (se indicada pelo obstetra).
- Objetos de higiene pessoal, incluindo pensos higiénicos.

Para o Bebé:

- O vestuário do bebé deve ser em algodão, lã ou linho (dependendo da estação do ano), macio, sem elásticos e fácil de vestir e lavar. Entre as peças de vestuário do bebé incluem-se, por exemplo, camisola interior ou body, collants ou calças com pé, babygrow ou cueiro, casaco, meias ou botas, e gorro.
- Deverá trazer pelo menos duas mudas completas para cada dia, para um período médio de permanência de dois dias para os partos normais e de três dias para as cesarianas. Distribua o vestuário do bebé por sacos, identificados com o dia e muda a que se destinam (ex.: 1º dia - 1ª muda, 1º dia - 2ª muda), contendo cada um as peças necessárias para uma muda completa.
- Objetos de higiene pessoal, incluindo lima descartável e fraldas.



No dia do parto

Admissão

No dia do parto, para admissão ao bloco de partos, as grávidas devem dirigir-se:

- Nos dias úteis, entre as 8h00 e as 23h00: à receção do Serviço de Ginecologia-Obstetrícia, no piso 1.
- Nos dias úteis, entre as 23h00 e as 8h00, aos fins de semana e feriados: à receção do Atendimento Médico Permanente, no piso 0.

No caso de partos programados, o Hospital da Luz Lisboa já terá conhecimento do parto, cujo agendamento é pedido previamente pelo médico obstetra.

Na admissão ao bloco de partos, a grávida deve ter consigo:

- Documento de identificação civil.
- Cartão de beneficiário de sistema de saúde ou seguro de saúde (quando aplicável).
- Termo de responsabilidade da seguradora (quando aplicável).
- Cheque ou outro meio de pagamento do adiantamento por serviços hospitalares.
- Boletim de saúde da grávida e resultados de exames de diagnóstico que tenha realizado durante a gravidez.
- Carta do médico obstetra (quando aplicável).
- Consentimento informado – as grávidas seguidas no Hospital da Luz Lisboa podem trazer o consentimento informado para o parto já assinado. Nos outros casos, este documento é facultado na admissão.

No bloco de partos

Após a admissão administrativa, a grávida é acompanhada até à sala de dilatação; deve levar consigo apenas a primeira roupa para o bebé e o kit para recolha de células estaminais do cordão umbilical (caso tenha optado por fazê-la).

Se a grávida assim o desejar e não houver contraindicações, poderá deambular no quarto ou utilizar uma bola de *fitness* para relaxamento.

Durante a sua permanência na sala de dilatação, a grávida fica sob vigilância de enfermeiros especialistas em saúde materna e obstétrica. Os fetos são monitorizados durante o trabalho de parto, com o propósito de detetar atempadamente quaisquer sinais de sofrimento fetal.

A analgesia durante o trabalho de parto é disponibilizada pelos médicos anestesiólogistas na sala de partos; no entanto, a sua utilização é uma opção da grávida. Se esta for a sua opção, o médico anestesiólogista dar-lhe-á todas as explicações antes da realização do procedimento.

Todos os recém-nascidos são observados depois do parto por um Pediatra – Neonatologista.

Depois do parto, a mãe e o recém-nascido permanecem no bloco de partos sob vigilância até reunirem as condições necessárias para serem transferidos para o internamento. Ainda no bloco de partos, é oferecida à mãe uma refeição ligeira.

O Hospital da Luz Lisboa promove o aleitamento materno, que representa a melhor forma de satisfazer as exigências nutricionais e afetivas do recém-nascido.

Todos os profissionais estão treinados para promoverem o aleitamento materno sempre que possível e desejado; por isso, sempre que a mãe decida amamentar, o bebé é colocado ao peito o mais precocemente possível.

Regras aplicáveis aos acompanhantes das grávidas no bloco de partos

No bloco de partos (sala de dilatação, sala de parto, sala de cesariana, recobro, outras salas/divisões do serviço) a grávida pode ter um acompanhante à sua escolha. No entanto, por decisão dos profissionais de saúde, tendo em conta a segurança e bem-estar da grávida, pode não ser permitida a presença do acompanhante.

As salas de parto foram concebidas arquitetonicamente para que a presença do acompanhante, sempre que cumpra as regras de circulação, não interfira na atividade dos profissionais de saúde.

Para conforto e segurança das mães e dos recém-nascidos, aplicam-se as seguintes regras aos acompanhantes das grávidas no bloco de partos:

- O acompanhante é escolhido pela grávida e não é permitida a troca de acompanhante.
- O acompanhante tem de cumprir todas as instruções que lhe forem transmitidas pelos membros da equipa do bloco de partos.
- As entradas e saídas do acompanhante no bloco de partos estão sujeitas a controlo; o acompanhante só pode circular nas zonas autorizadas, que estão assinaladas ou são indicadas como tal pelos membros da equipa do bloco de partos.
- Antes de sair da sala onde se encontre, o acompanhante da grávida deve chamar um elemento da equipa do serviço para que o acompanhe.
- No bloco de partos podem ser feitos registos de imagem em fotografia mas não em vídeo.
- Sempre que durante a sua presença no bloco de partos, um acompanhante necessitar da intervenção de profissionais de saúde, o Hospital da Luz Lisboa assume a responsabilidade da prestação dos cuidados necessários. No entanto, o pagamento das despesas associadas a esses cuidados é da responsabilidade do acompanhante.



Depois do parto

Internamento e alta

As mães são internadas em quartos individuais com casa de banho privativa. No internamento, os recém-nascidos permanecem junto das mães, com exceção de casos pontuais que exijam internamento na Unidade de Cuidados Especiais Neonatais. Desde que não exista qualquer contraindicação médica, é permitido ao pai, ou, na ausência deste, a um substituto escolhido pela mãe, acompanhá-la e ao recém-nascido durante o internamento.

Na maternidade, as visitas podem ser recebidas entre as 11h00 e as 22h00, sendo a sua gestão da responsabilidade dos clientes.

Em média, o período de internamento tem uma duração de dois dias para partos normais e de três dias para cesarianas.

Registo do recém-nascido

As crianças nascidas no Hospital da Luz Lisboa podem ser registadas no espaço "Nascer Cidadão" deste hospital, deixando assim de ser necessária a deslocação à conservatória do Registo Civil para fazer o assento de nascimento. O registo da criança é gratuito e é entregue aos pais o comprovativo da sua realização. O serviço Nascer Cidadão no Hospital da Luz Lisboa funciona de segunda a sexta-feira entre as 9h00 e as 12h30 e as 13h30 e as 19h30, e aos sábados entre as 10h00 e as 13h00.

Programa de recuperação pós-parto

O Hospital da Luz Lisboa organiza um programa de recuperação pós-parto destinado a puérperas. Pode ser iniciado seis semanas após um parto vaginal (eutócico, ventosa ou fórceps) ou oito semanas após uma cesariana e inclui doze sessões.

As sessões do programa de recuperação pós-parto decorrem às segundas e às quartas-feiras, entre as 16h30 e as 17h30, no ginásio das Casas da Cidade Residências Sénior Lisboa (edifício contíguo ao do Hospital da Luz Lisboa).

As inscrições para o programa de recuperação pós-parto podem ser feitas na receção do Departamento de Ginecologia-Obstetrícia no piso 1 ou através do telefone 217 104 400, ext. 14094 ou 14119.

Consulta de Apoio à Mãe e ao Recém-Nascido

A Consulta de Apoio à Mãe e ao Recém-Nascido é realizada pela equipa de enfermagem da Maternidade.

Esta consulta tem como finalidade esclarecer dúvidas e apoiar os pais em problemas que surjam após o parto e até cerca de um mês de idade dos bebés. Podem recorrer a esta consulta os pais dos bebés nascidos na Maternidade do Hospital da Luz Lisboa ou noutras unidades de saúde.

A Consulta de Apoio à Mãe e ao Recém-Nascido é realizada às segundas e quartas-feiras, entre as 16h00 e as 18h00, no piso 4 HA (piso do internamento da Maternidade), mediante marcação prévia.

Marcações:

- Telefone 217 104 400
- Presencialmente nas instalações do Hospital





Contactos

Telefones:

Geral – 217 104 400

Urgência de Obstetrícia – 217 104 464/5

Consulta de Obstetrícia – 217 104 462

e-mail:

geral.lisboa@hospitaldaluz.pt

maternidade.lisboa@hospitaldaluz.pt

preparacao.nascimento.lisboa@hospitaldaluz.pt

hospitaldaluz.pt/lisboa



Estamos disponíveis para vos acompanhar e esclarecer as vossas dúvidas.

Em **hospitaldaluz.pt/lisboa** podem encontrar informações mais detalhadas sobre os assuntos abordados neste documento, bem como sobre outros temas e sobre os serviços e recursos da Maternidade do Hospital da Luz Lisboa.



Hospital da Luz Lisboa • hospitaldaluz.pt/lisboa
Avenida Lusíada, 100 • 1500-650 Lisboa • Portugal
T. +351 217 104 400 • F. +351 217 104 409 • E. geral.lisboa@hospitaldaluz.pt

ÁGUEDA | AMADORA | AMARANTE | AVEIRO | ÉVORA | GUIMARÃES | LISBOA | OEIRAS | OIÃ
PORTO | PÓVOA DE VARZIM | SETÚBAL | VILA NOVA DE CERVEIRA | VILA NOVA DE GAIA

LUZ SAÚDE