GAYA

ENFERMEIRAS OBSTETRAS

GUIA GRATUITO

Informação, direitos e escolhas no parto

Um guia com direitos e dicas práticas para te ajudar a se preparar — seja pelo SUS, com a equipe de plantão do hospital ou contratando uma equipe particular.

Parto pelo SUS **Equipe de plantão** **Equipe particular**

Gaya Enfermeiras Obstetras · Setembro de 2026

ANTES DE COMEÇAR

Por que esse guia existe

A gestação, assim como a vida, é feita de escolhas. E sabemos que cada família chega a esse momento com uma história, uma realidade, desejos e prioridades diferentes. Nem sempre temos controle de tudo, mas acreditamos que ter informação e poder decidir com consciência faz toda a diferença.

Por isso, criamos este guia para caminhar ao seu lado e ajudar você a conhecer as possibilidades, entender os caminhos disponíveis e fazer escolhas que estejam de acordo com aquilo que é importante para você e para a sua família.

Mais do que dizer onde ou como você deve parir, queremos que você se sinta segura para chegar a qualquer lugar de nascimento sabendo dos seus direitos, entendendo as possibilidades e tendo as perguntas certas para fazer.

Este guia não foi feito para convencer você a contratar a GAYA. Ele foi feito porque acreditamos que toda mulher merece acesso a informação de verdade, baseada em evidências científicas, na legislação e no respeito às suas escolhas.

A nossa esperança é que, ao percorrer estas páginas, você se sinta mais preparada, segura e confiante para viver essa experiência tão única.

Porque, no final, a escolha é sua e informação é uma das formas mais bonitas de cuidar.

Para facilitar sua jornada, dividimos este conteúdo em três caminhos possíveis.

O que você vai encontrar aqui

- **Parte 1** — Se você vai parir pelo SUS
- **Parte 2** — Se você vai parir com a equipe de plantão do hospital privado
- **Parte 3** — Se você quer contratar uma equipe particular
- **Bônus** — O que levar para a maternidade
- **Bônus** — O que não pode faltar no seu plano de parto

Boa leitura — e bom parto. 💛

Com carinho,
Equipe Gaya

PARTE 1

Se você vai parir pelo SUS

Você tem direitos garantidos por lei — muitos deles pouco conhecidos. Conhecê-los é o primeiro passo para exercê-los.

Seus direitos garantidos por lei

Acompanhante de livre escolha, 24h

Você tem direito a 1 acompanhante da sua escolha durante todo o pré-natal, trabalho de parto, parto e pós-parto imediato — pode ser qualquer pessoa, não precisa ter feito curso nem ter parentesco com você (Lei 11.108/2005 e Lei 13.257/2016).

Doula na sala de parto, sem custo extra

Desde abril de 2026, uma lei federal garante o direito à presença de uma doula durante o trabalho de parto — inclusive junto com o acompanhante, sem cobrança adicional (Lei 15.381/2026). Certifique-se de que sua doula tenha cadastro na maternidade em que você vai ter o seu bebê.

Conhecer a maternidade com antecedência

Você tem direito de saber, ainda na gestação, em qual maternidade vai ter o parto e onde será atendida em caso de intercorrência (Lei 11.634/2007). Peça na UBS a vinculação e a visita orientada — geralmente feita no 3º trimestre.

Ter um plano de parto

As Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal, do Ministério da Saúde, reconhecem seu direito de registrar suas preferências e participar das decisões sobre o seu parto, com base em evidências científicas.

Importante saber: uma lei mais recente (14.737/2023) prevê que, em centro cirúrgico, o acompanhante pode ser restrito a profissional de saúde em situações de segurança. Como a Lei 11.108/2005 é específica para parto e não faz essa ressalva, especialistas entendem que ela deve prevalecer também na cesariana — mas é um ponto ainda debatido juridicamente. Vale perguntar à maternidade a política dela com antecedência.

Por que ter uma doula importa

Ter apoio contínuo durante o parto — alguém só para cuidar de você — está entre os cuidados mais bem estudados na obstetrícia: revisões da Cochrane mostram esse tipo de apoio associado a partos mais curtos, menos necessidade de medicação para dor e mais satisfação da mulher com a experiência. A doula não substitui os outros membros da equipe, mas ela garante que você tenha apoio emocional e físico contínuo — e isso provavelmente impactará na sua assistência.

Por que um acompanhante bem informado importa

Ter alguém ao seu lado é ótimo — mas ter alguém que conhece suas preferências e seus direitos faz toda a diferença nos momentos mais intensos. Converse antes com quem você escolher: mostre seu plano de parto, explique o que é importante pra você e combine como gostaria que essa pessoa agisse se você precisar de apoio para se comunicar com a equipe durante o trabalho de parto.

Como se preparar

- No pré-natal, pergunte qual é a maternidade de referência do seu risco gestacional.
- Peça a visita orientada à maternidade.
- Escreva seu plano de parto e leve uma cópia impressa na mala.
- Escolha com antecedência quem será seu acompanhante — e sua doula, se for o caso.
- Guarde o cartão da gestante e os exames do pré-natal na mala da maternidade.

Se seus direitos não forem respeitados

- **Disque Saúde 136** — Ouvidoria-Geral do SUS, atendimento 24h.
- **Ouvidoria do SUS online** — em gov.br/saude.
- **Defensoria Pública** do seu estado — orientação jurídica gratuita.
- **Disque 100** (violações de direitos humanos) e **Disque 180** (Central de Atendimento à Mulher).

PARTE 2

Se você vai parir com a equipe de plantão do hospital privado

Mesmo sem uma equipe contratada por fora, você tem direitos — e pode (e deve) fazer perguntas antes do grande dia.

Seus direitos aqui também valem

- O direito ao acompanhante vale para hospitais particulares também (Lei 14.737/2023).
- Se você tem plano de saúde, pode solicitar formalmente à operadora a **taxa de cesariana** do seu médico e do hospital — ela tem até 15 dias para responder (RN ANS 368/2015).
- A operadora deve fornecer o Cartão da Gestante e a Carta de Informação à Gestante, e o médico deve preencher o partograma durante o trabalho de parto.
- Se for indicada cesariana, você tem direito a assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, com os riscos e as indicações explicados.
- Hospitais e planos devem ter enfermeira obstétrica credenciada disponível, quando houver na região (RN ANS 398/2016).

Perguntas para fazer com antecedência

- Qual é a sua taxa de cesariana?
- O hospital participa do Projeto Parto Adequado ou tem política de estímulo ao parto normal?
- Existe banho quente, bola, banqueta e liberdade de movimento no centro obstétrico?
- Há enfermeira obstétrica de plantão?
- Qual a política do hospital para o acompanhante em caso de cesariana?

Mesmo sem equipe contratada, você pode...

- Levar seu plano de parto por escrito e entregá-lo na admissão.
- Pedir para conversar com quem estiver de plantão assim que chegar, apresentando suas preferências com calma.
- Usar as Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal (Ministério da Saúde) como referência técnica, se precisar negociar autonomia durante o trabalho de parto.

PARTE 3

Se você quer contratar uma equipe particular

Doula e enfermeira obstétrica não são a mesma coisa: elas exercem funções diferentes durante a assistência ao parto, e o ideal é que você conte com as duas.

O que verificar antes de contratar

Enfermeira obstétrica

- Peça o número de registro no COREN **com título de especialista em Enfermagem Obstétrica**, não apenas o registro geral de enfermagem. Dá para consultar a situação no site do COREN do seu estado.
- Pergunte sobre a formação (residência ou pós-graduação reconhecida) e quantos partos ela já acompanhou.
- Pergunte se ela tem cursos de atualização em obstetrícia, como Spinning Babies e reanimação neonatal.

Doula

- Peça o certificado do curso de doulagem (mínimo 120h, conforme a nova lei).
- Como ainda não existe um conselho fiscalizador para doulas, busque referências de outras famílias que já acompanhou.

Sinais de alerta

- Doula que promete fazer toque, ausculta ou aplicar medicação — isso não é permitido por lei.
- Enfermeira obstétrica sem registro de especialista verificável no COREN.

Combine tudo por contrato

Isso não é regulado por lei — por isso, tudo deve ficar combinado e por escrito:

- A partir de quantas semanas a equipe fica de plantão.
- O que está incluso: pré-natal, parto e pós-parto.
- Em que momento essa profissional estará com você — durante o trabalho de parto e também no pós-parto.
- Valores, formas de pagamento e política de cancelamento.

INDICAÇÕES

Doulas que indicamos

Não fazem parte da equipe GAYA, mas são doulas que conhecemos e confiamos. Vale conhecer o trabalho de cada uma e ver quem combina mais com você.

Rafa Gianini
@doula.rafa.gianini

Luana Portugal
@fisio.luanaportugal

Samy Mesquita
@samydoula

Nathyelle Barros
@doulanathyellebarros

Kali Ferreira
@kaliferreiracuritiba

Vicky Veiga
@doulavickvega

Vitória
@doula.vitoria

Vivian Pasini
@doulavivianpasini

BÔNUS

O que levar para a maternidade

A internação costuma durar cerca de 48 horas — pense em levar o suficiente para 2 dias, sem exagerar na mala.

Para te ajudar durante o trabalho de parto e o parto

Um pente

Sim, um pente comum! Segurá-lo com firmeza na mão ou passá-lo pelo couro cabeludo durante as contrações é uma técnica simples de alívio da dor, por estimulação de pontos de pressão.

Garrafinha de água com canudo

Para se manter hidratada sem precisar se sentar ou levantar a cabeça.

Presilha ou elástico de cabelo

Para prender o cabelo e ficar mais confortável.

Um aroma que você goste

Um óleo essencial, um perfume ou até o cheiro de um sabonete que te acalme pode ajudar a criar uma sensação de segurança no ambiente.

Uma luz portátil amarela

Luzes brancas e fortes do hospital podem atrapalhar o ambiente necessário para o parto fluir. Uma luz amarela e suave ajuda a deixar o quarto mais aconchegante.

BÔNUS

O que não pode faltar no seu plano de parto

Quatro boas práticas com base em evidência científica que vale a pena registrar por escrito — e conversar com a maternidade com antecedência.

Contato pele a pele

Bebês saudáveis têm direito ao contato pele a pele com a mãe logo após o nascimento, de forma contínua e por pelo menos a primeira hora — antes de qualquer procedimento de rotina que possa esperar, como pesar e medir.

Amamentação em livre demanda

O bebê deve mamar sempre que quiser, sem horários fixos nem intervalos determinados — e sem complementos de fórmula, água ou chá, a não ser que haja indicação médica clara.

Banho do bebê após 24 horas

O primeiro banho deve ser adiado por pelo menos 24 horas (recomendação da OMS). Isso preserva o vérnix caseoso, que protege a pele e ajuda o bebê a regular temperatura e glicemia, além de não interromper o contato pele a pele e a amamentação.

Liberdade de movimento e alimentação

Você tem o direito de se movimentar livremente durante o trabalho de parto, escolher a posição que for mais confortável e usar recursos como bola, banqueta e chuveiro. Também não há necessidade de jejum: comer e beber líquidos leves conforme a vontade é seguro e recomendado em partos de baixo risco.

Seja qual for o seu caminho

O mais importante é que você chegue lá informada, com seus direitos na mão e a liberdade de fazer perguntas. Você não precisa contratar a Gaya para merecer um parto respeitoso. Mas se um dia quiser conversar com a gente, estamos aqui.

ESTAMOS COM VOCÊS!

GAYA

ENFERMEIRAS
OBSTETRAS

REFERÊNCIAS

Fontes deste guia

Todas as informações legais citadas neste guia têm como base leis, portarias e resoluções oficiais. Consulte sempre a legislação mais atual — leis podem ser alteradas.

Direitos no SUS

Lei nº 11.108/2005 · Lei nº 13.257/2016 · Lei nº 14.737/2023 · Lei nº 11.634/2007 · Lei nº 15.381/2026 (planalto.gov.br) · Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal — Ministério da Saúde (gov.br/saude)

Saúde suplementar (planos de saúde)

Resolução Normativa ANS nº 368/2015 · Resolução Normativa ANS nº 398/2016 · Projeto Parto Adequado — ANS (ans.gov.br)

Enfermagem obstétrica e doulagem

Lei nº 7.498/1986 · Decreto nº 94.406/1987 · Resolução COFEN nº 516/2016 (cofen.gov.br) · Lei nº 15.381/2026 — regulamentação da profissão de doula (planalto.gov.br)

Boas práticas de parto e cuidados com o recém-nascido

Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal — Ministério da Saúde (gov.br/saude) · Atenção à Saúde do Recém-Nascido — Ministério da Saúde (gov.br/saude) · Recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre contato pele a pele, amamentação em livre demanda e cuidados imediatos ao recém-nascido, incluindo o banho tardio (who.int)

Canais de denúncia e orientação

Disque Saúde 136 e Ouvidoria-Geral do SUS (gov.br/saude) · Disque 100 · Disque 180 · Defensoria Pública do seu estado