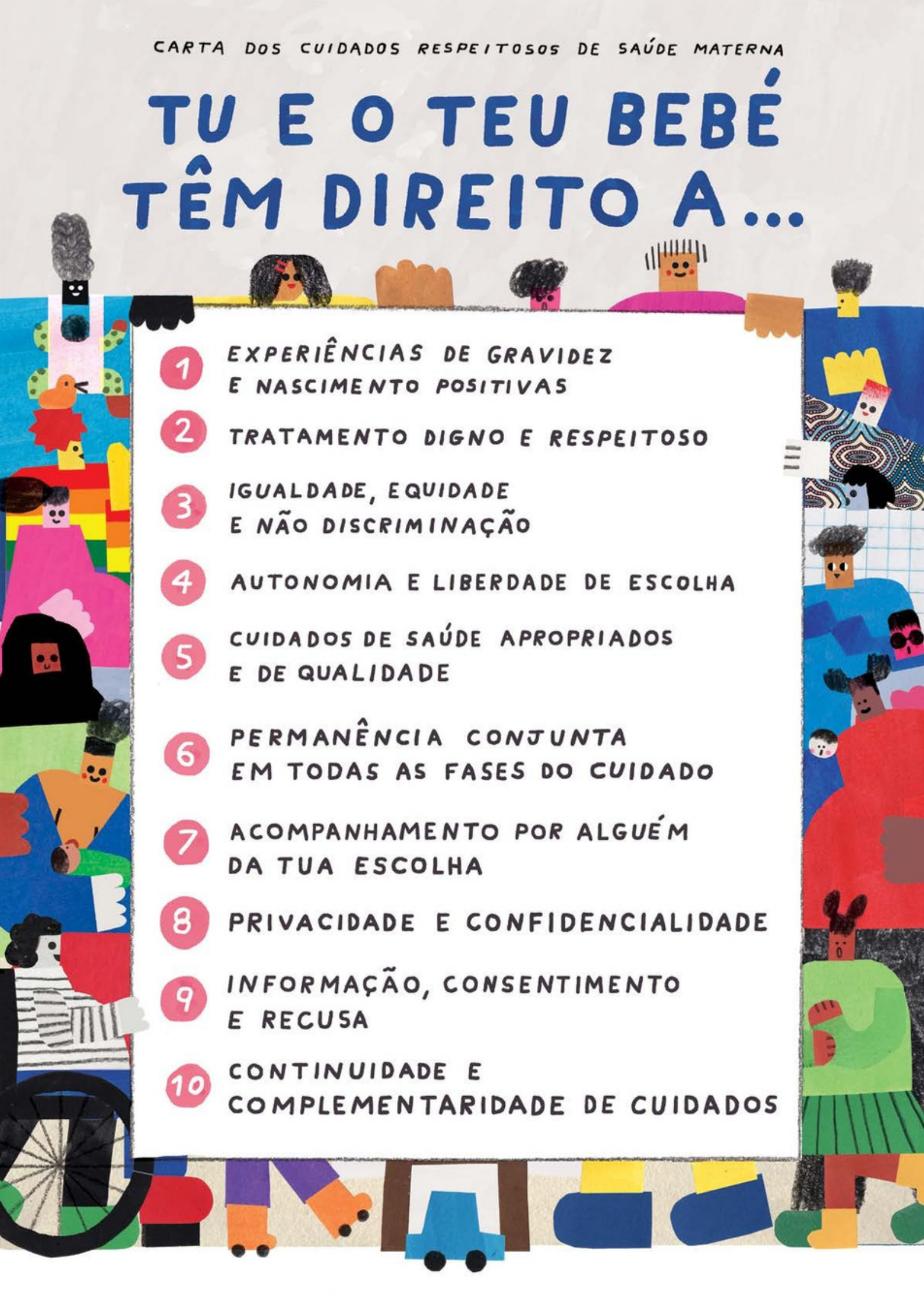


# TU E O TEU BEBÉ TÊM DIREITO A...

- 
- 1 EXPERIÊNCIAS DE GRAVIDEZ E NASCIMENTO POSITIVAS
  - 2 TRATAMENTO DIGNO E RESPEITOSO
  - 3 IGUALDADE, EQUIDADE E NÃO DISCRIMINAÇÃO
  - 4 AUTONOMIA E LIBERDADE DE ESCOLHA
  - 5 CUIDADOS DE SAÚDE APROPRIADOS E DE QUALIDADE
  - 6 PERMANÊNCIA CONJUNTA EM TODAS AS FASES DO CUIDADO
  - 7 ACOMPANHAMENTO POR ALGUÉM DA TUA ESCOLHA
  - 8 PRIVACIDADE E CONFIDENCIALIDADE
  - 9 INFORMAÇÃO, CONSENTIMENTO E RECUSA
  - 10 CONTINUIDADE E COMPLEMENTARIDADE DE CUIDADOS

## 1 EXPERIÊNCIAS DE GRAVIDEZ E NASCIMENTO POSITIVAS

Uma experiência de gravidez e nascimento positiva é algo subjetivo. Estar no centro dos cuidados e saber que os teus direitos e os do teu bebé são respeitados é o fator que mais contribui para uma experiência de saúde reprodutiva positiva.



## 2 TRATAMENTO DIGNO E RESPEITOSO

Desde o nascimento, temos direito a dignidade e respeito. O tratamento digno e respeitoso na forma como te tocam e falam, a ti e ao teu bebé, é um direito humano universal em qualquer circunstância.





### 3 IGUALDADE, EQUIDADE E NÃO DISCRIMINAÇÃO

Tu e o teu bebé têm direito a cuidados de saúde. Ninguém vos pode discriminar por qualquer atributo físico, económico, cultural, social ou intelectual. Os cuidados devem ser individualizados e a comunicação adaptada, garantindo o acesso efetivo à informação.



### 4 AUTONOMIA E LIBERDADE DE ESCOLHA



A tua autonomia deve ser reconhecida e respeitada em todos os momentos, assim como o teu bem-estar emocional. No parto, devem ser respeitadas as tuas preferências, nomeadamente quanto à escolha de posição e de método de alívio da dor.

5

## CUIDADOS DE SAÚDE APROPRIADOS E DE QUALIDADE

Tu e o teu bebé têm direito a receber cuidados seguros e de qualidade. Os cuidados devem ser adequados à fisiologia normal da gravidez e do nascimento, integrando também a pré-conceção, a procriação medicamente assistida ou a interrupção da gravidez.



6

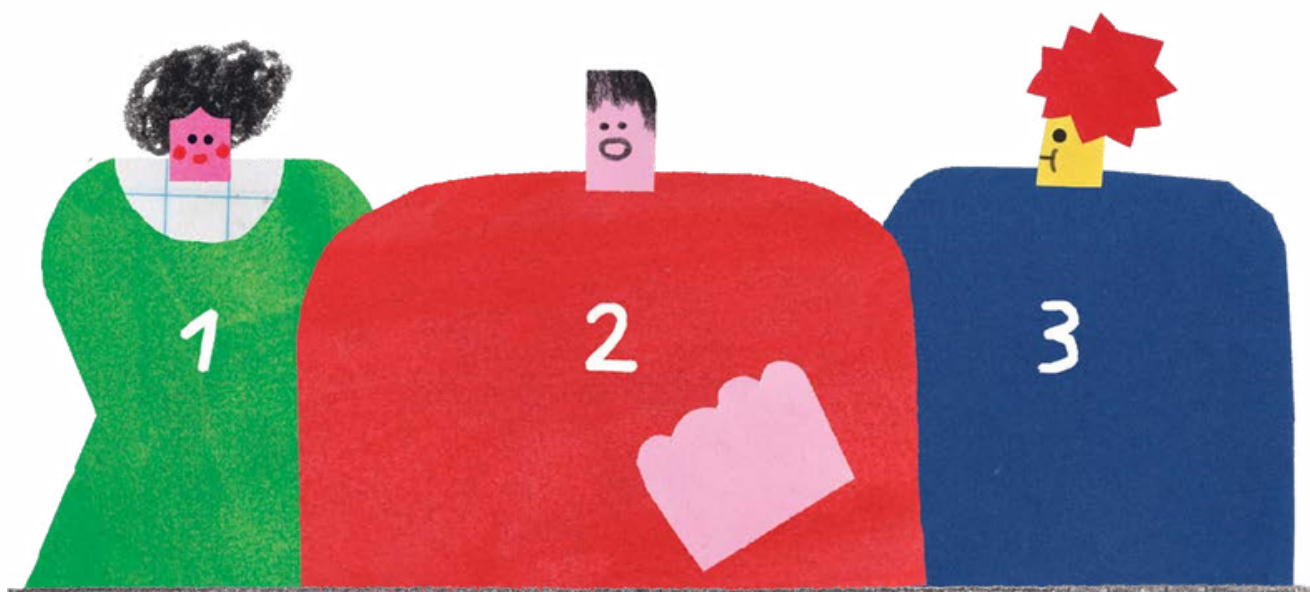
## PERMANÊNCIA CONJUNTA EM TODAS AS FASES DO CUIDADO

Tu e o teu bebé têm o direito de permanecer sempre juntos e de fazer contacto pele-a-pele, promovendo o início espontâneo da amamentação. Isto é válido também no caso de recém-nascidos considerados de baixo peso ou com necessidade de cuidados adicionais.



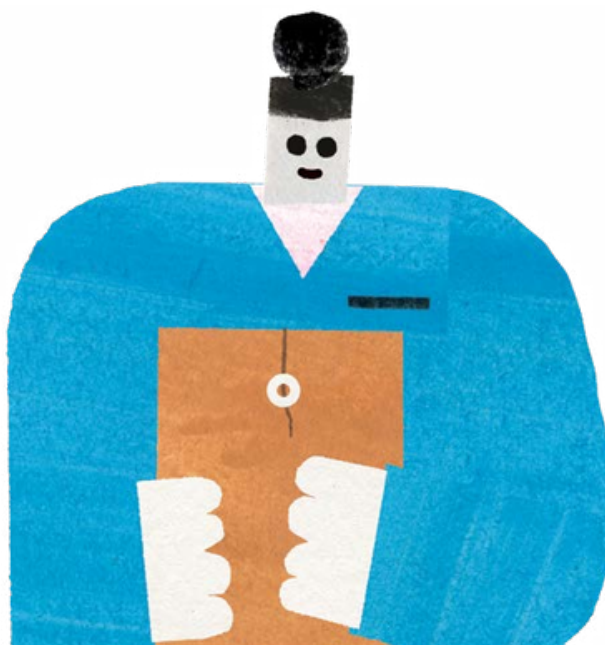
## 7 ACOMPANHAMENTO POR ALGUÉM DA TUA ESCOLHA

Tens direito a ser acompanhada, seja numa consulta, exame ou durante o internamento. É reconhecido ao pai, à outra mãe ou a quem escolheres como pessoa de referência, o direito de acompanhar a assistência à gravidez, ao parto e ao recém-nascido.



## 8 PRIVACIDADE E CONFIDENCIALIDADE

Tu e o teu bebé têm direito à privacidade e à confidencialidade. Ninguém pode partilhar as tuas informações pessoais ou clínicas sem o teu consentimento expresso. A tua privacidade e a do teu bebé devem ser protegidas e a vossa intimidade preservada.

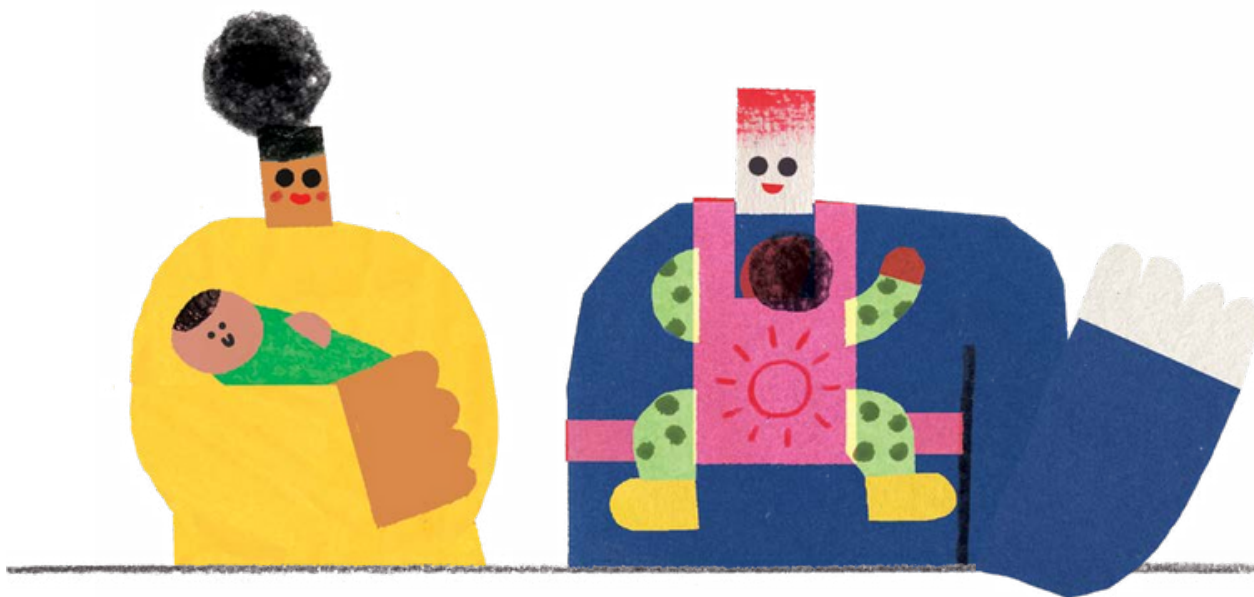




9

## INFORMAÇÃO, CONSENTIMENTO E RECUSA

Tens direito a ser informada sobre os cuidados que te prestam a ti e ao teu bebé, assim como a consentir ou recusar qualquer intervenção, numa comunicação livre de coação.



10

## CONTINUIDADE E COMPLEMENTARIDADE DE CUIDADOS

Tu e o teu bebé têm direito a cuidados de saúde, desde a pré-conceção ao nascimento. É recomendado que sejam assistidos sempre pelas mesmas pessoas, para que te sintas segura e apoiada. Caso não seja possível, as equipas devem articular-se para assegurar a complementaridade dos cuidados.



Os direitos descritos são igualmente aplicáveis, com as necessárias adaptações, ao pai, à outra mãe ou a qualquer pessoa que se encontre na qualidade de acompanhante, assim como ao recém-nascido.

---

Estes direitos adquirem particular relevância:

- a.** Na presença de nado morto ou em situações de interrupção da gravidez;
  - b.** No caso de pessoas nos extremos da idade reprodutiva;
  - c.** Na situação de mãe, nascituro ou criança com deficiência;
  - d.** Nos casos de vítimas de violência doméstica, de abuso sexual, de práticas nefastas ou de tráfico de seres humanos;
  - e.** Nas situações de pessoas com rendimentos abaixo do limiar da pobreza ou com baixos níveis de literacia;
  - f.** Na situação de pessoas migrantes e refugiadas.
- 

**O que fazer caso os vossos direitos não sejam respeitados?**

Quando os direitos de qualquer um, mãe, acompanhante ou bebé são violados, recomenda-se pedir acesso ao processo clínico na instituição onde se foi assistido, mediante preenchimento da minuta. Caso se entenda necessário, pode fazer-se queixa para as seguintes entidades: a Entidade Reguladora da Saúde, para a(s) entidade(s) competentes do próprio hospital, para a Ordem que regule a profissão da pessoa que praticou essa violação, e procurar-se aconselhamento jurídico caso se pretenda avançar com a via judicial. Pode ainda pedir-se a assistência e intervenção do Provedor da Saúde e do Provedor do Utente. Não hesites procurar acompanhamento psicológico se dele precisares.

Usa a tua rede de apoio, grupos de apoio específicos, e recorre à APDMGP para mais informações através do e-mail [geral@associacaogravidezeparto.pt](mailto:geral@associacaogravidezeparto.pt).

**FONTES:** Lei 110/2019, Organização Mundial da Saúde, White Ribbon Alliance, Convenção sobre os Direitos da Criança, a Convenção sobre a Eliminação de todas as formas de Discriminação contra as Mulheres, os Pactos Internacionais sobre Direitos Civis e Políticos e sobre Direitos Económicos, Sociais e Culturais, Carta Africana dos Direitos Humanos e dos Povos, a Convenção Americana sobre Direitos Humanos e a Convenção Europeia sobre Direitos Humanos e Biomedicina.

Promoção :



Financiamento :



Parceria:





[www.associacaogravidezeparto.pt](http://www.associacaogravidezeparto.pt)

