

A photograph of a woman sitting on a patterned couch with two children. The woman is smiling and looking towards the camera. One child is sitting in front of her, holding a book. The other child is partially visible behind the first child. The background is a plain wall with a framed picture hanging on it. The overall tone is warm and intimate.

E QUEM CUIDA DA MULHER PRETA?

Um guia sobre racismo obstétrico e
saúde da mulher negra.

Mirian dos Santos

Esse livro é para você, mulher negra que pensa em engravidar, para você que já está grávida, ou você que já esteve grávida.

Aqui, você vai aprender o que é o racismo obstétrico e como se portar frente à essa forma de abuso.





Mas o que é isso de
“Racismo Obstétrico”?



Mana, acho que antes de
descobrir o que é isso, nós
precisamos saber o que é a
Violência Obstétrica!

Violência Obstétrica

É qualquer ato, comportamento ou omissão cometida por profissionais de saúde que desrespeita, humilha, discrimina ou negligencia as mulheres durante a gravidez, parto e pós-parto.

Exemplos comuns:

- Comentários humilhantes;
- Negligência: Falta de atenção ou cuidado necessário;
- Procedimentos sem consentimento: Não te manter informada sobre algo importante que foi realizado no seu corpo;
- Recusa de tratamento adequado: Negar analgesia ou qualquer intervenção necessária por motivos não justificados.



E você ainda pode desenvolver problemas físicos como lesões, dores desnecessárias, complicações de saúde...

Pode desencadear o surgimento de traumas, depressão pós-parto, ansiedade...

Fora a desconfiança no sistema de saúde!



Mulher, você tem direito a uma rede de apoio que inclui:

- Consentimento Informado;
- Tratamento Digno e Respeitoso;
- Presença de Acompanhante;
- Privacidade e Confidencialidade;
- Recusa de Procedimentos;
- Informação Adequada;
- Apoio Psicológico;

Se você for desrespeitada, negligenciada ou submetida a procedimentos sem seu consentimento durante a gravidez, parto ou pós-parto, isso é violência obstétrica.

Denuncie através dos Conselhos Regionais de Medicina, Defensorias Públicas, Secretarias de Saúde ou plataformas online específicas.

Você pode encontrar os números para denúncia na página 12.

Já o Racismo Obstétrico...

Racismo obstétrico é uma forma específica de violência obstétrica que ocorre quando mulheres negras, indígenas ou de outras etnias minoritárias são discriminadas ou recebem um atendimento inferior em razão de sua raça.

Isso significa que o tratamento que os médicos oferecem pode variar de acordo com preconceitos e estereótipos raciais, afetando negativamente a qualidade do atendimento.



Então, baseado em estereótipos raciais, a pessoa que está cuidando de você pode supor por exemplo que você não está sentindo dor, e por isso, não te dar analgésicos...

Você também pode ser submetida a uma cesárea desnecessária... Existem muitos exemplos.

Sendo assim, nós mulheres negras temos mais chances de sofrer violência obstétrica.



Então quer dizer que só por sermos negras somos mais sujeitas a sofrer Violência Obstétrica? Isso não é injusto?



Ser negra aumenta nossas chances de sofrer Violência Obstétrica, é isso que chamamos de Racismo Obstétrico! E sim, é muito injusto. Mas, se você souber dos seus direitos e se conscientizar sobre o assunto, você pode ajudar outras mulheres. Aliás, estamos juntas nessa luta!



Para se proteger, você pode:

- Ter um acompanhante: Um acompanhante de confiança presente durante o parto pode oferecer suporte emocional e assegurar que os seus desejos e direitos sejam respeitados.
- Sinta-se livre para questionar práticas e decisões médicas que pareçam inadequadas ou desrespeitosas.
- Participe de cursos e grupos de apoio pré-natal que abordem direitos e práticas humanizadas no parto.
- Nem sempre é possível escolher quem realizará seu parto, mas, se for possível escolher, opte por um obstetra confiável (pergunte sobre o médico para outras mulheres, ou para outros médicos/enfermeiros).

PRÉ-NATAL

- "Você não precisa de tanto acompanhamento, está tudo bem."
- "Isso é normal para mulheres como você, não precisa se preocupar."
- "Vocês sempre têm mais complicações na gravidez."
- "Está na sua genética ter problemas de saúde durante a gestação."
- "Seu tipo de cabelo/pele não facilita o exame."
- "Você deveria seguir mais as orientações, as mulheres da sua raça costumam ser mais negligentes."
- "Você realmente entende o que estamos explicando?"
- "Tem certeza de que está tomando a decisão certa? Essas coisas são complicadas."

PRÉ-NATAL

- Dificuldade maior para agendar consultas.
- Desconsideração ou minimização das preocupações relatadas pela gestante negra.
- Atribuição de sintomas a fatores raciais sem a devida investigação clínica.
- Não fornecer explicações adequadas sobre exames, procedimentos e cuidados necessários./ Uso de uma linguagem técnica sem garantir a compreensão da gestante.
- Pressuposições preconceituosas sobre a vida sexual, hábitos de vida ou condição socioeconômica da gestante.
- Comentários racistas ou insensíveis durante as consultas.
- Falta de monitoramento adequado de condições de risco, como hipertensão ou diabetes gestacional.
- Tratamento rude, condescendente ou hostil por parte dos profissionais de saúde.
- Não respeitar a dignidade e a privacidade da gestante durante os exames.
- Falta de acesso a cuidados especializados e a consultas com profissionais de saúde mais experientes.
- Falta de registro adequado das queixas e sintomas relatados pela gestante negra.

PARTO

- "Você está exagerando na dor, mulheres da sua raça aguentam mais."
- "Pare de gritar, você consegue suportar isso."
- "Não temos tempo para dar tanta atenção a você agora."
- "Espere um pouco mais, sua situação não é prioridade."
- "Mulheres negras têm partos mais complicados, então é melhor você se preparar."
- "Seu corpo não é adequado para um parto normal, vamos fazer uma cesárea."
- "Você realmente sabe o que está pedindo?"
- "Vamos fazer o que achamos melhor, não o que você quer."
- "Pare de fazer drama, você não é a primeira mulher a dar à luz."
- "Você precisa ser mais forte, mulheres como você não deveriam se queixar tanto."

PARTO

- Não oferecer ou atrasar a administração de analgésicos, sob a suposição de que mulheres negras têm maior resistência à dor.
- Tomar decisões médicas sem consultar a paciente ou sua família.
- Fazer comentários desrespeitosos ou preconceituosos durante o trabalho de parto.
- Uso de estereótipos raciais na comunicação com a paciente.
- Não monitorar adequadamente os sinais vitais da mãe e do bebê.
- Atrasar intervenções necessárias, como a cesariana de emergência, levando a complicações graves.
- Realização de exames vaginais frequentes e desnecessários sem o devido respeito à privacidade.
- Não fornecer ambiente acolhedor e respeitoso durante o parto.
- Minimizar a gravidade das complicações com base em preconceitos.
- Não levar a sério os relatos de sintomas ou complicações apresentados pela gestante.
- Subestimar os sinais de alerta que indicam sofrimento fetal ou materno.
- Não oferecer ou desencorajar o uso de técnicas de parto humanizado, como o parto na água ou posições alternativas de parto.
- Falta de apoio emocional e psicológico durante o trabalho de parto.

PÓS-PARTO

- "Você deve estar acostumada a lidar com essas situações difíceis."
- "Você está pedindo muita ajuda, outras mães na sua posição não fazem isso."
- "É melhor não exagerar nas suas queixas, isso não é um grande problema."
- "Você deve estar exagerando, outras mulheres conseguem lidar sozinhas."
- "É comum que mães como você se sintam assim, mas é só uma fase."
- "Você está apenas sendo dramática, a recuperação pós-parto é difícil para todos."
- "Mulheres da sua raça têm uma maneira diferente de lidar com a dor, você precisa se acostumar."

PÓS-PARTO

- Não administrar ou atrasar a administração de medicamentos para alívio da dor.
- Minimizar queixas de dor ou desconforto, assumindo que a mulher negra pode suportar mais dor.
- Não fornecer informações completas sobre cuidados pós-parto, amamentação e sinais de alerta.
- Desconsiderar ou minimizar as queixas de sintomas pós-parto, como febre, dor intensa ou sinais de infecção.
- Atrasar ou negar exames e tratamentos necessários.
- Fazer comentários desrespeitosos ou preconceituosos sobre a capacidade da mãe de cuidar do bebê.
- Falta de monitoramento adequado do recém-nascido, especialmente se o bebê apresentar sinais de problemas de saúde.
- Falta de respeito pela privacidade durante o período de recuperação.
- Não fornecer apoio emocional e psicológico adequado durante o período de recuperação pós-parto.
- Ignorar sinais de depressão pós-parto ou outros problemas de saúde mental.



Lembrando que essas frases podem ser ditas de diversas maneiras, é importante notar que, durante o parto, pode ser difícil perceber tudo que ocorre ao seu redor. Por isso, tente sempre ter um acompanhante de confiança presente durante a gestação e o parto. Se não for possível, mantenha-se sempre bem informada e não hesite em fazer muitas perguntas ao profissional que estiver atendendo você. Sua saúde e bem-estar são prioridade, e você tem o direito de receber um atendimento respeitoso e adequado.



É um direito nosso ter um parto sem agressões, memorável, e você merece isso! Se você se identificou com o que foi descrito, cuide-se! Além de denunciar, procure terapia ou alguém que possa te ouvir de forma compreensiva. Aqui estão alguns canais de denúncia para te ajudar:

Associação de Mulheres Negras do Paraná (AMNP)

- Telefone: (41) 3321-3101
- Site: amnp.org.br
- Associação que promove os direitos e a igualdade para mulheres negras no Paraná, oferecendo suporte e orientação.

Coletivo de Mulheres Negras do Paraná (CMNP)

- Telefone: (41) 99832-3224
- Site: coletivomulheresnegraspr.org.br
- Grupo que atua na defesa dos direitos das mulheres negras e na luta contra a discriminação racial em diversos âmbitos, incluindo o obstétrico.

Centro de Referência de Mulheres de Curitiba

- Telefone: (41) 3321-7500
- Site: crmc.org.br
- Descrição: Oferece apoio e orientação para mulheres em situação de violência e discriminação, incluindo serviços especializados para vítimas de racismo.

Instituto de Direitos Humanos do Paraná (IDH-PR)

- Telefone: (41) 3224-6986
- Site: idhpr.org.br
- Descrição: Instituto que atua na defesa dos direitos humanos, incluindo a proteção contra práticas discriminatórias no atendimento médico.

Referências:

Organização Mundial da Saúde (OMS) - WHO
Recommendations on Intrapartum Care for a Positive
Childbirth Experience (2018).

Ministério da Saúde (Brasil) - Política Nacional de Atenção
Obstétrica e Neonatal (2012).

Defensoria Pública do Estado de São Paulo - Cartilha sobre
Violência Obstétrica (2015).

Fiocruz - Humanização no Parto (2017).

Observatório de Saúde da População Negra - Relatório
Anual de Desigualdades Raciais no Brasil (2020).

Revista de Saúde Pública - Artigo sobre Racismo Obstétrico
(2019).