

HOJA DE TRABAJO SOBRE
PREFERENCIAS PARA EL PARTO
BIRTH PREFERENCES WORKSHEET - SPANISH
PAGE 1 OF 3

Nombre: _____ Fecha de nacimiento: _____

Fecha probable de parto: _____

Deseamos que nuestras pacientes tengan una experiencia de parto segura, personal y significativa. Por favor, use esta hoja de trabajo para saber qué esperar y compartir sus preferencias para el proceso de parto y el nacimiento. Converse sobre sus deseos y preocupaciones con su profesional de atención prenatal. Si bien usted puede cambiar de idea en cualquier momento, no es posible satisfacer todas y cada una de las preferencias de manera segura o razonable. Recuerde traer una copia de esta hoja cuando acuda al hospital.

Nombre: _____ Acompañante(s): _____

Preferencias religiosas, culturales o espirituales que desearía incorporar a su experiencia de parto: _____

Alivio y tratamiento del dolor durante el trabajo de parto

1. Métodos de alivio:

- Acompañantes: familiares, amigos, asistentes de parto (*doulas*). Las asistentes de parto son ayudantes para el parto profesionales y/o voluntarias. Suele haber voluntarias capacitadas disponibles en el hospital.
- Técnicas de respiración u otro tipo de meditación, visualización y relajación.
- Controlar las luces de la habitación, el nivel de ruido, la música del hogar, la televisión.
- Movimiento y cambios de posición: tomar una ducha, sentarse sobre una pelota, caminar, descansar en una mecedora, bailar.
- Cambiar de posición para lograr alivio y mayor fuerza al pujar.
- Le aconsejamos que traiga con usted uno o dos elementos que la hagan sentir como en su casa durante el parto, como un reproductor de música que funcione con baterías, velas artificiales, aromaterapia, aceites esenciales, aparatos para masajes manuales, pelota para embarazadas, otro objeto que le resulte familiar para su comodidad o distracción, o que sirva como punto focal para la meditación.
- Beber líquidos es muy importante durante el parto. Suministramos líquidos a través de la vía intravenosa y líquidos claros tales como trozos de hielo, agua, té, caldo, gelatina, paletas heladas y jugo. Usted puede traer los líquidos claros de su preferencia. Por precaución ante situaciones de emergencia, solemos restringir el consumo de alimentos sólidos mientras se desarrolla el trabajo de parto.
- Tras su ingreso, tendrá una habitación privada, con baño, para el trabajo de parto y el nacimiento. Encontrará un sillón que, al abrirlo, se convierte en catre para un acompañante. No limitamos el número de visitas en su habitación aunque le aconsejamos que considere su necesidad de privacidad y descanso. Tal vez desee que diferentes personas estén presentes durante el trabajo de parto y el nacimiento. Sobre todo, sus enfermeras y prestadores necesitan libre acceso para brindarle la atención que necesita.
- Los acompañantes pueden traer sus propios alimentos, bebidas, una almohada y mantas. No disponemos de refrigerador.

2. Tratamiento del dolor:

- Apoyamos a las mujeres que desean un parto sin analgésicos y trabajamos con usted para ayudarla a controlar el dolor.
- Apoyamos a las mujeres que desean un parto lo menos doloroso posible brindándoles medicamentos analgésicos. Ofrecemos opiáceos de rápida acción a través de la vía intravenosa (medicamento analgésico por vía intravenosa) y anestesia epidural administrada a través de una vía colocada en la parte inferior de la espalda (zona lumbar) cuando así lo desee y sea seguro desde el punto de vista clínico.

HOJA DE TRABAJO SOBRE
PREFERENCIAS PARA EL PARTO
BIRTH PREFERENCES WORKSHEET - SPANISH
PAGE 2 OF 3

3. Preparación:

- Recomendamos clases de preparación para el parto y una visita al Departamento de Parto y Alumbramiento del CCRMC. Esta preparación puede ayudarle a saber qué esperar durante el trabajo de parto, el nacimiento y el puerperio. Los clases también pueden enseñar técnicas para controlar el dolor de parto. Aunque tenga pensado usar medicamentos analgésicos, las técnicas para controlar el dolor serán útiles antes de que comience a administrarse el analgésico. Las clases y las visitas se ofrecen en el Programa Healthy Start de CCRMC en español y en inglés. Llame al (925) 370-5495 para hacer una reserva.
- Se permiten fotografías fijas en Parto y Alumbramiento. No se permite la grabación del parto en video.

¿Qué métodos de alivio y tratamiento del dolor está considerando? ¿Desea contar con una asistente de parto si hubiera alguna disponible? ¿Otras preferencias o pedidos? _____

Parto y nacimiento

4. Primeras etapas del trabajo de parto: En general, desde el punto de vista clínico, no es necesario permanecer en el hospital durante las primeras etapas del trabajo de parto. Suele ser más conveniente que usted pueda cambiar de posición, caminar, beber abundante agua, comer refrigerios livianos, y descansar durante ese período. Tal vez le pidan que regrese a su casa hasta que sea clínicamente adecuado ingresar al hospital. El momento apropiado para su ingreso al hospital depende de sus necesidades de atención. Las primeras etapas del trabajo de parto pueden durar minutos, horas o días, y aun tratarse de un parto normal y sano.
5. Monitores: El ritmo cardíaco del bebé y su patrón de contracciones serán monitoreados desde su ingreso durante el trabajo de parto hasta el nacimiento. Si fuera apropiado desde el punto de vista clínico, puede pedir que le desconecten los monitores para dar una caminata corta o tomar una ducha. En la mayoría de los casos, usamos monitores externos permanentes en su abdomen. Pueden colocarse monitores internos cuando resulte clínicamente necesario.
6. De manera rutinaria, colocamos vías intravenosas para todas las pacientes en trabajo de parto a fin de administrarles medicamentos, hidratación y para uso en caso de emergencia.
7. No realizamos enemas ni rasurados en la preparación para el parto.
8. Una vez que el cuello del útero esté completamente dilatado a 10 centímetros, usted comenzará a pujar para que el bebé salga. Esto supone empujar hacia abajo como si tuviera la necesidad de evacuar el intestino durante las contracciones hasta que nazca su bebé. Recibirá apoyo y asistencia de su equipo de atención para pujar. Es posible que se requieran varios intentos para aprender y el proceso puede requerir varios minutos u horas. Si lo desea, contamos con espejos para que pueda observar sus avances mientras puja.



Preferencias/comentarios: _____

Después del nacimiento del bebé

1. Después del nacimiento del bebé, el profesional en general lo colocará directamente sobre su abdomen, en contacto piel a piel. Si el bebé necesita asistencia médica adicional, se lo traslada a una mesa térmica en su habitación o a la unidad de neonatología.
2. No llevamos a cabo en forma rutinaria el corte inmediato del cordón umbilical, episiotomía, parto asistido con fórceps, con ventosa obstétrica (extracción por vacío) o por cesárea a menos que sea clínicamente necesario.

—Continued on Page 3—

HOJA DE TRABAJO SOBRE
PREFERENCIAS PARA EL PARTO
BIRTH PREFERENCES WORKSHEET - SPANISH
PAGE 3 OF 3

3. Fomentamos la lactancia materna con contacto piel a piel y la creación del lazo afectivo entre la madre y el bebé en la primera hora de vida. Ofrecemos consultores sobre lactancia materna y apoyo de enfermería para amamantar. Para casi todos los bebés y sus madres, la lactancia es mucho más saludable que la alimentación con leche artificial en polvo (fórmula). Si no tiene previsto amamantar a su bebé, por favor comuníquese a nuestro personal.
4. Permanecerá en su habitación de parto y nacimiento durante varias horas después del nacimiento. Luego, se trasladará a una habitación en el departamento de posparto en el mismo piso del hospital a una habitación compartida como máximo con otra paciente, con cortinas para su privacidad. Lamentablemente, no hay catres para acompañantes en las habitaciones de posparto. La mayoría de las mujeres permanecen en el hospital entre 1 y 3 días después de dar a luz.
5. Por razones de seguridad, se entregan pulseras de identificación coincidentes para el bebé, para su madre y para una persona más que usted designe. Nuestro personal le explicará este sistema de seguridad para bebés en mayor detalle.
6. De forma rutinaria, deseamos la placenta. Por favor, avise a nuestro personal si desea conservarla.

Preferencias/comentarios: _____

Si lo desea, elija alguna de las siguientes preferencias:

- Prefiero que esta persona corte el cordón umbilical del bebé, en lo posible: _____
- Prefiero que coloquen al bebé en la cuna térmica hasta que yo esté lista para sostenerlo.
- Prefiero demorar el baño y los procedimientos de rutina del recién nacido hasta después de la primera hora de vida.

Circunstancias médicas especiales en el parto y el nacimiento

9. Caminar y cambiar de posición pueden ser útiles en la evolución de su trabajo de parto. Es posible que necesite asistencia adicional para avanzar, como la rotura indolora de la bolsa de aguas (saco amniótico) o Pitocin. Pitocin es una versión sintética de la hormona oxitocina que produce el cuerpo para provocar las contracciones.
10. La inducción clínica del parto implica el uso de medicamentos para iniciar el trabajo de parto antes de que comience a hacerlo el propio cuerpo. Es posible que su profesional de la salud recomiende este procedimiento. Este tipo de parto suele ser más prolongado y puede durar varios días. Salvo por la duración más prolongada, tendrá una experiencia similar a la descrita anteriormente.
11. En caso de que se requiera un parto por cesárea, es muy probable que usted permanezca despierta con anestesia raquídea, como la epidural, que provoca adormecimiento del torso hacia abajo. Habitualmente su acompañante podrá acompañarla en el quirófano. En general, podrá sostener, o ayudarla a sostener, a su bebé tras el nacimiento. En emergencias poco frecuentes, es posible que necesite anestesia general y su acompañante tendrá que esperar afuera del quirófano.

Preferencias/comentarios: _____

*Cada nacimiento es una experiencia única y dinámica.
Hacemos nuestro mayor esfuerzo para cumplir con sus preferencias y nuestro
último objetivo es que usted y su bebé estén lo más saludables posible.*

