

Su Plan de Parto

(Esta sección es opcional)

NRM# _____

Nombre _____

ÁREA DE LA IMPRESIÓN

Instrucciones

Marque todas sus preferencias para dar a luz. Una vez que haya completado su plan de parto, tráigalo a su próxima cita prenatal, para que lo pueda comentar con su profesional médico. Su plan de parto será colocado en su carpeta médica, de modo que el doctor y el personal del hospital lo puedan revisar cuando la admitan a trabajo de parto y parto. **Por favor, tenga en cuenta que ciertas circunstancias que se presentan durante el trabajo de parto pueden limitar el número y el tipo de opciones que usted va a tener.** Su doctor o comadrona comentarán esto con usted durante el trabajo de parto.

MI DOCTOR, ENFERMERA ESPECIALIZADA O ENFERMERA PARTERA ES

Ambiente

- Me gustaría limitar el número de visitantes y de llamadas telefónicas mientras me encuentro en el trabajo de parto, desconectando mi teléfono y poniendo un aviso en la puerta.
- Me gustaría que las luces de la habitación estuvieran bajas.

Trabajo de parto

- Me gustaría estar fuera de la cama tanto como sea posible durante el trabajo de parto (como caminando o en una mecedora).
- Prefiero tener un monitoreo fetal intermitente.
- Si necesito tener una sonda intravenosa, preferiría que el extremo exterior de la sonda estuviera cerrado con una solución salina (con un tapón para la aguja intravenosa).
- Prefiero que la membrana amniótica (bolsa de aguas) se rompa naturalmente.
- Me gustaría conocer al proveedor de cuidados pediátricos de turno, si es posible.

Manejo del dolor

- Planeo usar opciones alternativas de alivio del dolor (tales como ejercicios respiratorios, visualización/relajación, masajes, duchas, cambios de posición). Pediré medicamento para el dolor si lo necesito.
- Me gustaría que me ofrezcan medicamento para el dolor si ven que parezco incómoda.
- Me gustaría recibir una inyección epidural tan pronto como fuera posible.

- Estoy pensando en recibir una inyección epidural o en usar medicamento para el dolor, pero decidiré cuando esté en el trabajo de parto mismo.

Parto

- Quisiera tener la opción de estar en otra posición además de estar acostada en mi espalda cuando dé a luz si es posible (tal como estar semisentada, de cuclillas, acostada de lado o en mis manos y rodillas).
- Quisiera tener un espejo disponible para observar el parto.
- Quisiera tocar la cabeza de mi bebé cuando empiece a salir para nacer.
- Me gustaría sostener a mi bebé piel contra piel inmediatamente después del parto.
- Preferiría que secaran al bebé antes de que me lo traigan.
- Quisiera que _____ cortara el cordón umbilical, de ser posible.

Postparto

- Me gustaría posponer los procedimientos para los recién nacidos (tales como el baño, medición, examen físico, medicamento para los ojos, inyección de vitamina K) durante la primera hora para tener una oportunidad de alimentarlo/a y empezar a crear un vínculo con él/ella.
- Quiero que todos los procedimientos que se le hagan a mi bebé y los medicamentos que se le den me sean explicados antes de que el personal los lleve a cabo.
- Quiero que bañen y avalúen al bebé en mi presencia.
- Si se tienen que llevar a mi bebé de mi lado para que reciba tratamiento médico, me gustaría que _____ acompañe a mi bebé.
- Estoy planeando darle el pecho a mi bebé.
- Me gustaría reunirme con un especialista que me pueda ayudar a aprender a amantar eficazmente.
- Quiero que se me consulte antes de que le den a mi bebé un biberón o un chupete.
- Si tengo un niño, quiero/no quiero (**haga un círculo alrededor de la opción que escoja**) que sea circuncidado en Kaiser Permanente.

Otros puntos _____

FIRMA DEL PACIENTE

FECHA

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.

© 2004, Kaiser Foundation Hospitals. All rights reserved. Developed by Regional Health Education, TPMG.

Healthy beginnings

INFORMACIÓN PRENATAL PARA MUJERES EN KAISER PERMANENTE

Su Plan de Parto

A medida que se acerca el día de su parto, puede que usted esté pensando en cómo será el trabajo de parto y cómo puede tener una buena experiencia. Una manera de comunicar sus preferencias al personal de trabajo de parto y parto que cuidará de usted, es por medio de un plan de parto.

Un plan de parto no es un contrato. Puede cambiar su plan en cualquier momento. Ya que no podemos saber de antemano cómo será el nacimiento de su bebé, no podemos garantizar que todas sus preferencias serán adecuadas para su trabajo de parto. Sin embargo, trabajaremos con usted para que el tipo de parto que usted tenga sea lo más cercano posible a lo que desea, manteniendo a la vez la seguridad de su bebé y la suya como nuestra prioridad más importante.

La filosofía de Kaiser Permanente

Es nuestra intención que cada mujer sea tratada con respeto, según su individualidad y sus preferencias personales. De acuerdo a esta filosofía, nosotros:

- apoyamos a las mujeres que deseen un parto sin medicamentos y que quieran tener a alguien presente durante el mismo, apoyando también esta decisión.
- apoyamos a las mujeres que prefieran tener un parto sin dolor en cuanto sea posible, usando para ello medicinas para el dolor o anestesia epidural en un momento conveniente durante el trabajo de parto.
- recomendamos enfáticamente tomar clases de preparación para el parto. Incluso para las mujeres que estén planeando usar medicamentos para el dolor, las clases de parto pueden ayudar

a desarrollar las destrezas necesarias para lidiar con el comienzo del trabajo de parto.

- apoyamos el movimiento durante el trabajo de parto, ya que a menudo ayuda a que el trabajo de parto adelante.
- no ordenamos de una manera rutinaria ni enemas, ni afeitar el pelo púbico, ni episiotomías.
- recomendamos que consulte con el hospital donde va a dar a luz para familiarizarse con las normas de trabajo de parto y parto para averiguar si ofrecen visitas guiadas a las secciones de trabajo de parto y parto.

Además de crear un plan de parto, hay unas pocas cosas más que usted puede hacer para sentirse más en casa cuando se encuentre en el trabajo de parto. Éstas incluyen traer lo siguiente:

- fotos, flores u objetos familiares que la puedan hacer sentir mejor, tales como una manta o almohada especial, o algo que pueda servirle como punto de atención cuando respira durante las contracciones. La habitación de trabajo de parto es su habitación; ¡haga que sea acogedora!
- música y un reproductor de CDs o de cintas de audio que use pilas.
- un enfriador con comida y líquidos para su ayudante de parto. También puede traer líquidos transparentes para usted. Puede que su bebida favorita no se encuentre disponible en el hospital.

Sobre todo, Kaiser Permanente tiene un compromiso para asegurar que todas las mamás, bebés y familias tengan una experiencia de parto saludable y segura.

