



Plan de nacimiento · Hospital de Mollet



Datos administrativos

Nombre y apellidos:.....

Edad:.....

Paridad:.....

Fecha probable de parto:.....

Introducción

El plan de parto es un documento en el que puedes expresar tus preferencias en los cuidados relacionados con el parto y postparto, con el objetivo de mejorar la asistencia recibida en el momento del nacimiento de tu hijo.

Este documento es una herramienta que ayudará a los profesionales sanitarios a conocer tus preferencias. Las necesidades pueden variar según la evolución del proceso y puede ser modificado en cualquier momento por ti misma y / o por el equipo que te atiende en función de las necesidades clínicas.

El principio básico de nuestro centro es ofrecer una atención al parto centrada en las necesidades de las mujeres y de su acompañante, con la posibilidad de decidir el máximo número de aspectos según sus preferencias, que vendrán dadas por las concepciones éticas, culturales, sociales y familiares.

Este documento se deberá entregar en el hospital en el momento del parto.

Preferencias de acompañante

Durante el trabajo de parto, podrás estar acompañada por una sola persona que tú habrás elegido. Se evitarán los cambios de acompañante para preservar tu intimidad y la de las otras mujeres que se encuentran ingresadas en el servicio.

Durante vuestro ingreso en sala de partos tendréis a vuestra matrona de referencia que será el vínculo de unión con el resto de profesionales del servicio.

En el caso de cesárea, el acompañante podrá estar presente cuando se trata de una cesárea programada.

Durante todo el proceso me gustaría estar acompañada por:

.....

Necesidades especiales por motivos de cultura y/o idioma

Tengo las siguientes necesidades o circunstancias que desearía se tuvieran en cuenta en el momento de mi parto:

.....
.....
.....

Contacta con nosotros

HOSPITAL DE MOLLET

Área de Atención a la Mujer · visites.acollida@fsm.cat · 93 563 61 00

ASSIR MOLLET · ATENCIÓN A LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ASSIR · 93 693 27 41 · Matrona de Guardia · 634667031



PLAN DE NACIMIENTO

Tus preferencias

Sobre el espacio físico de la sala de partos

En las salas de partos, la gestante podrá escoger o hacer uso de diferentes materiales o elementos para que pueda vivir la mejor experiencia posible de su parto.

TEN EN CUENTA QUE:

- La gestante que ingresa en trabajo de parto debe llevar **una vía venosa** por motivos de seguridad y por protocolo.
- Durante el trabajo de parto, **puede ser necesario administrar medicación** para regular las contracciones, evitar vómitos, tratar una posible hipotensión materna, etc. Todo dependerá de la evolución del parto y del criterio del profesional.

¿Qué puedes escoger?

-  **Tu música.** Trae la que prefieras escuchar
-  Regular la intensidad de la **luz** de la sala
-  **Tu bebida:** puedes traer agua, zumo sin pulpa o bebidas isotónicas.
-  **Aromaterapia:** puedes usar nuestros aceites esenciales o traer los propios.
-  Puedes hacer uso de nuestras **pelotas de parto, espejo, sacos de semillas, cuerdas de partos o utilizar la ducha y/o bañera.**

El periodo de dilatación

La etapa de dilatación se inicia cuando comienza el trabajo de parto hasta la fase de expulsivo o dilatación completa y su duración depende de factores como el número de partos anteriores, el ritmo de las contracciones o la forma de llevarlas. En esta etapa, las contracciones que han de ser rítmicas y regulares preparan el cuello del útero para la salida del recién nacido.

¿Qué posturas puedes adoptar durante la dilatación o el parto?

La movilización durante el proceso de parto favorece el desarrollo normal del mismo y ayuda a disminuir su duración, sentirte más cómoda y además, disminuye la probabilidad de acabar en un parto instrumentalizado.

- Acostada
- Cuadrúpeda (a cuatro patas)
- De pie
- De lado
- En cuclillas
- Sentada
- En la cama
- En el agua
- En la silla de partos
- De rodillas

Alivio del dolor durante el parto

El manejo del dolor durante el parto es muy variado. Nuestro hospital ofrece diferentes opciones para el alivio del dolor según las preferencias de la gestante. Actualmente en nuestro servicio no se ofrece la posibilidad de la Walking epidural por necesidades estructurales, aunque se pretende implantar en un futuro cercano.

- **Medidas farmacológicas:** analgesia epidural y/o anestesia local
- **Medidas no farmacológicas:** técnicas de relajación y respiración, masaje en la zona lumbosacra, uso de la pelota de partos, las cuerdas de partos, la inmersión en el agua para la dilatación y la fase de expulsivo, la aromaterapia, la musicoterapia, la aplicación de calor local con sacos de semillas, etc.
- **Terapias elegidas por la gestante:** el hospital ofrece la posibilidad de que la gestante traiga sus propias terapias de alivio del dolor como el Estimulación Eléctrica Transcutánea (TENS), la homeopatía y/o las flores de Bach, entre otros.

¿Qué es la monitorización fetal?

Durante el parto se debe controlar el estado del bebé.

En el control de un parto que evoluciona normalmente no es necesario estar conectada permanentemente a un monitor, lo que permite una mayor libertad de movimiento y una mayor comodidad.

Será necesario un control continuo si se opta por el uso de anestesia epidural o por criterio clínico.

El Hospital de Mollet ofrece la posibilidad de una monitorización continua e intermitente y ésta puede ser fija o inalámbrica. La decisión de escoger una u otra se tomará de manera conjunta con el profesional según la evolución del parto.



Durante el parto (periodo expulsivo)

El expulsivo es el periodo que abarca desde que el cuello del útero alcanza la dilatación completa, hasta la salida de la criatura.

TIPOS DE PARTOS

- **Partos vaginales**, que pueden ser partos normales (sin instrumentos) o instrumentales (con fórceps, ventosa o espátulas).
- **Parto por cesárea**: consiste en una intervención quirúrgica donde se realiza una incisión en la pared abdominal de la madre y otra en el útero para extraer al bebé.
- En nuestro hospital, se realiza la **episiotomía** para favorecer la salida de la cabeza del bebé solamente cuando es imprescindible.

Preferencias sobre la Placenta

1. Preferencias sobre el Alumbramiento de la placenta

El alumbramiento de la placenta tiene lugar una vez el bebé ha nacido y puede tardar hasta una hora. La evidencia científica recomienda la administración de oxitocina en este periodo para acelerar la salida de la placenta ya que reduce el riesgo de hemorragia postparto. Aun así, si lo prefieres, se esperará al alumbramiento espontáneo dejando que la placenta salga sola sin realizar ninguna maniobra ni utilizar ninguna medicación.

- Prefiero un alumbramiento con oxitocina
- Prefiero el alumbramiento espontáneo
- No tengo preferencias al respecto

2. Preferencias sobre la recepción de la placenta

Ofrecemos la posibilidad de entregar la placenta, siempre y cuando se cumplan con los requisitos establecidos y se haya firmado el consentimiento informado.

- Me gustaría llevarme la placenta si se cumplen los criterios y asumo la responsabilidad de la misma
- No quiero llevarme la placenta

Cuáles son tus preferencias respecto al tipo de parto?

Me gustaría tener un...

- Parto natural (sin anestesia)
- Parto en el agua
- Parto con anestesia epidural

Otras preferencias durante el parto

- Me gustaría mirar en un espejo la salida del bebé.
- En caso de parto natural y tener que suturar un desgarro, me gustaría que me pusieran anestesia local.
- Me gustaría escoger cómo y cuándo empujar según lo que sea más cómodo para mi.

Preferencias sobre el Cordón Umbilical

1. Corte del cordón umbilical

- Si pudiese, me gustaría que mi acompañante o yo misma, cortásemos el cordón o colocásemos la pinza umbilical

2. Donación de sangre de cordón

Consiste en donar la sangre que se encuentra en el interior del cordón umbilical. Esta contiene una gran cantidad de células que pueden ser usadas para trasplantes.

En caso de donación, se realiza un pinzamiento a los dos minutos del nacimiento del bebé para optimizar la recogida de sangre de cordón.

Me gustaría...

- Esperar a que el cordón deje de latir para pinzar y cortar (no se podrá hacer donación)
- Hacer donación de sangre del cordón



Una vez que el bebé ya ha nacido... preferencias sobre su cuidado

Es un momento único, íntimo y especial, en el que se debe procurar que el primer contacto del bebé sea con la madre a través de la piel, la mirada, el olfato, el sonido y favoreciendo así el reflejo de succión.

Una vez finalizado el parto, permaneceréis el tiempo necesario en la Sala de Partos antes del traslado a la habitación individual (varía entre una y dos horas según la situación clínica de la mamá y del bebé). Se recomienda que **su acompañante esté a tu lado durante este tiempo** y prestar la mayor atención posible al recién nacido ya que se trata de un momento único, especial e irreplicable. En todo este tiempo, la mamá **permanecerá piel con piel con el bebé** a no ser que se tenga que separar al bebé por indicación médica para un control más estricto.

Preferencias Piel con Piel

Me gustaría que..

- Me pusieran el bebé piel con piel inmediatamente.
- Si no se pudiese, me gustaría que lo hiciese mi acompañante.

Preferencias sobre la lactancia

Desde Atención a la Salud Sexual y Reproductiva (ASSIR) y el Hospital de Mollet apoyamos y animamos a las madres a que den el pecho a sus hijos ya que según la evidencia científica existente es lo más beneficioso para el bebé y para la madre. Asimismo se respeta la decisión personal del tipo de alimentación elegida para su bebé.

- Quiero dar el pecho lo antes posible.
- No quiero dar el pecho.
- No quiero que le den ningún tipo de alimento a mi bebé sin consultarme previamente.

Preferencias sobre la Vitamina K

El objetivo de la administración de vitamina K es reducir el riesgo de hemorragias del recién nacido. Se recomienda que sea inyectada por vía intramuscular en una dosis única, ya que tiene una eficacia más alta.

Si no aceptas la opción de la vía intramuscular, se puede optar por la vía oral, pero hay que tener en cuenta que serán necesarias más dosis a administrar y durante al menos tres semanas.

- Acepto la administración intramuscular de la Vitamina K (dosis única, eficacia alta).
- Sé que la eficacia de la Vitamina K vía oral es menor, pero así lo prefiero.

Tu estancia en la maternidad

El tiempo de estancia en la planta de maternidad dependerá del tipo de parto. Si ha sido un parto normal, 48 horas, o una cesárea, 72 horas. Existe la posibilidad de optar por un Alta Precoz (a partir de las 24 horas postparto), siempre que su estado de salud y el de tu hijo sean idóneos para poder recuperaros en casa y continuar con seguimiento en el ASSIR de forma precoz. Se le contactará de forma telefónica desde el ASSIR para concertar una visita programada en su domicilio.

- Me gustaría que la estancia en el hospital fuese lo más breve posible (alta precoz 24 horas) y seguir el control en el ASSIR.

Atención a la Salud Sexual y Reproductiva (ASSIR) y el servicio del Área de Atención a la Mujer del Hospital de Mollet os agradece la confianza depositada en nuestro centro y esperamos que viváis el nacimiento de vuestro hijo/a como una experiencia segura, tranquila y plenamente gratificante.