



En relación al alumbramiento (salida de la placenta):

- Esperaremos el tiempo recomendado para el alumbramiento fisiológico.
- Acepto la realización de alumbramiento dirigido con oxitocina si fuera necesario en mi caso.
- No tengo preferencias.

Postparto inmediato

En los cuidados habituales del recién nacido está indicada la administración de vitamina K habitualmente vía IM (mayor absorción en dosis única)

- Doy mi consentimiento a la administración IM
- Prefiero vit K oral y me comprometo a repetir dosis (semana y mes de vida de forma ambulatoria en consulta de enfermería)
- No doy consentimiento administración vit K

Se recomienda también la profilaxis ocular con pomada antibiótica para evitar la oftalmia neonatal que se aplica a las 3-4 horas de vida.

En cuanto a la profilaxis ocular:

- Entiendo y acepto el uso de dicha pomada.
- No doy consentimiento para administrar la pomada.

Durante el postparto inmediato estaréis un tiempo en la misma sala de dilatación antes de bajar a la unidad de maternidad.

Lactancia

Respecto a la lactancia:

- Me gustaría realizar lactancia materna a demanda.
- Me gustaría iniciar la lactancia materna en la misma sala de partos.
- Quiero realizar lactancia artificial.
- Quiero realizar lactancia mixta.
- Quiero que no se le administre ningún tipo de alimento a mi bebé sin que se me consulte previamente.



Hospital del Mar

- No quiero que se le ofrezca chupete al bebé sin que se me consulte previamente. Evitar el uso de tetinas y/o pezoneras para evitar la confusión tetina/pezón
- Me gustaría poder contar con la ayuda de una matrona o asesora en lactancia materna para poder resolver mis dudas o dificultades

Alta hospitalaria

Tras un parto vaginal o una cesárea sin complicaciones, te ofrecemos tres opciones para la vuelta a casa:

- Programa de corta estancia, que permite el alta en torno a las 24 horas tras el parto.
- Alta convencional, alrededor de las 48 horas tras el parto.
- Alta tras cesárea, entre las 48 y las 72 horas tras la intervención.

Otras necesidades

Las necesidades y expectativas alrededor del nacimiento de nuestros hijos/as vienen muy influenciadas por nuestras características individuales y nuestra cultura de origen. Puede que tengáis alguna petición específica o necesidad, en este caso, comentadlo con el equipo obstétrico

¿Quieres añadir algo más?

SUGERENCIAS:

.....

.....

.....

.....

.....



Hoja informativa Hospital del Mar

Hoja informativa



Plan de Parto

Este documento es la herramienta para que expreséis vuestras preferencias y necesidades en relación con el nacimiento de vuestro hijo. Compartir tus expectativas con los profesionales del equipo es fundamental para lograr que tu proceso de parto sea una experiencia positiva y poder ofrecerte cuidados de la máxima calidad.

Atención general durante el parto

La asistencia durante todo el proceso de dilatación, parto y postparto inmediato tendrá lugar en una de las salas donde se mantendrá un ambiente íntimo y acogedor.

Preferencias relacionadas con el espacio físico:

- Escuchar música
- Aromaterapia (aportaré aceites esenciales)
- Luz tenue
- Oscuridad

Durante el proceso de parto me gustaría estar

- Con un acompañante: _____
- Sin acompañante

En caso de cesárea me gustaría estar

- Con un acompañante: _____
- Sin acompañante

He pensado en utilizar el siguiente material de soporte:

- Bañera de partos.
- Ducha durante la dilatación.
- Pelota.
- Calor local (bolsa de agua caliente, cojines, cojines de semillas para calentar (que aportaré).
- Espejo.
- Silla de partos o Combi track.
- Fulares.
- Otros:

Procuraremos que dispongas de libertad de movimientos en todo momento y la posibilidad de adoptar la posición que encuentres más cómoda.

Me gustaría que el control del bienestar de mi hijo se realice mediante:

- Solo auscultación doppler o sonicaid.
- Monitorización externa intermitente.
- Monitorización externa continua.
- No tengo preferencias.

La hidratación durante el parto es importante, la dieta más recomendable para las mujeres que solicitan comer o beber es la ingestión de bebidas isotónicas, el uso de dietas bajas en residuos, dieta blanda y/o pequeñas ingestas en intervalos frecuentes

Respecto a la hidratación durante el parto:

- Llevaré bebidas de mi elección (*bebidas isotónicas o zumos sin pulpa*).
- Prefiero no beber durante la dilatación.
- No tengo preferencias.

Alivio del dolor y medidas de confort.

Existen distintos métodos para mejorar la experiencia de parto y aliviar el dolor, tanto naturales como farmacológicos.

Me gustaría probar terapias naturales o complementarias que aportaré yo misma:

- Homeopatía.
- Acupuntura (por ejemplo: auriculoterapia ya realizada por un profesional acupuntor fuera del centro).
- Flores de Bach.
- Neuropatía.
- Aromaterapia.

Me gustaría utilizar técnicas no farmacológicas durante todo el proceso o antes de aplicarme la anestesia peridural, tales como:

- Masajes.
- Estimulación cutánea (masaje superficial, presión/masaje y aplicación superficial de calor o frío)
- Bañera o ducha de agua caliente.

En cuanto a las alternativas farmacológicas para el alivio del dolor me gustaría:

- Tener un parto sin anestesia.
- Que me pongan la anestesia epidural, tan pronto como sea posible según la valoración del profesional.
- Epidural a baja dosis.
- Usar Óxido Nitroso únicamente durante todo el proceso, o antes de poder aplicarme la anestesia epidural.
- En caso de necesitar sutura a nivel perineal y no ser portadora de epidural, se administrará anestesia local.

Atención durante el momento del parto

Siempre realizaremos protección del periné, de forma que la episiotomía no se realizará rutinariamente, sólo cuando sea estrictamente necesario.

El pujo es la fuerza que realiza la mujer para acompañar la contracción en la salida del bebé. Si no eres portadora de anestesia epidural, solo tendrás que hacerlo cuando aparezca el deseo, una vez hayas alcanzado la dilatación completa. En caso de anestesia epidural, la comadrona que te acompaña te ayudará a identificar el momento idóneo para ello.

Se puede pinzar y cortar el cordón umbilical poco después de la salida del bebé, o esperar a que deje de latir y lo podéis cortar tanto tú como tu pareja, si lo deseáis, siguiendo las indicaciones del profesional.

En cuanto a mis preferencias durante el parto, me gustaría:

- Que mi acompañante pueda estar a mi lado.
- Disponer de un espejo para visualizar el nacimiento.
- Elegir la postura en la que me sienta más cómoda para poder empujar.
- Que no se corte el cordón umbilical hasta que deje de latir.
- No tengo preferencias en cuanto al momento en que se corte el cordón umbilical.
- Quiero hacer donación de sangre de cordón umbilical
- Si es posible, que mi pareja o yo cortemos el cordón.

En cuanto al recibimiento de mi bebé:

- Recibirlo en mis brazos inmediatamente.
- Que pueda estar en contacto piel con piel y se valore a mi bebé encima de mí.
- Esperar a que se realicen los primeros controles a mi bebé antes de recibirlo en brazos.
- Que pueda estar en contacto piel con piel con mi acompañante.
- Iniciar la lactancia materna en la misma sala de partos.
- Que no me separen de mi bebé a no ser que sea estrictamente necesario.
- En caso de cesárea, que yo misma o mi pareja podamos hacer piel con piel con el bebé.