



Mi plan de parto

Nombre: _____

Acompañante: _____

Bebé: _____

Al servicio de paritorio del hospital: _____

SGB: + -

Diabetes gestacional:
No
Si Con dieta
Con _____ UI de insulina

En mi plan de parto, manifiesto mis elecciones y deseos en relación al desarrollo de mi proceso de parto. Deseo que sirva de orientación al equipo de profesionales responsables de mi atención, no como una falta de confianza. Comprendo y me responsabilizo de mis elecciones, ajustadas a las evidencia recogida en la Estrategia de atención al parto normal (EAPN) del Ministerio de Sanidad.

Solicito ser informada y consultada durante el proceso de parto de su evolución, opciones e intervenciones, tal y como prevé la Ley 41/2002, de 14 de noviembre, reguladora de la Autonomía del paciente. Soy consciente de que a veces surgen imprevistos. Solo pedimos trabajar en equipo con las matronas que nos asistan. Deseamos tener una experiencia respetada. Siendo informada y tenida en cuenta, estoy segura de que así será.

Deseo utilizar

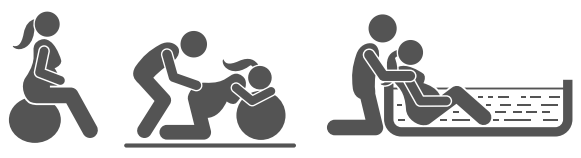
- Música
- Luz tenue
- Voces bajas
- Mínimas personas

Si el proceso lo permite, deseo auscultación:

- Intermitente
- Continua
- En caso de ser necesaria de manera interna solicito que se me informe

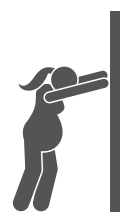
En cuanto a la necesidad de moverme:

- Deseo hacerlo libremente.
- Deseo usar la ducha
- Deseo usar la bañera
- Quizás descanse en la cama
- Deseo usar la pelota
- Deseo colchonetas en el suelo si las hay
- Otros _____



En cuanto al manejo del dolor

- Utilizaré movimiento
- Respiración
- Voz
- Agua caliente
- Gas (óxido nitroso)
- Masaje
- Aromaterapia
- Tens
- Inyecciones de agua estéril
- Epidural
- Otros _____



En cuanto al uso de epidural:

- Prefiero que no me la ofrezcan
- La solicitaré yo cuando crea que la deseo
- Utilizaré walking epidural
- Deseo dosis baja
- Deseo dosis que me quite todo el dolor
- Deseo que me orientéis sobre el mejor momento para ponerla



Plan de parto

En cuanto a intervenciones:

Vía venosa: Sí Solo si es imprescindible

Rotura de bolsa:

Preferiblemente espontánea. No deseo rotura de rutina. Comprendo que la rotura artificial se realiza si existe una justificación tras haber sido informada.

Uso de oxitocina: nunca de rutina. En caso de existir justificación deseo ser debidamente informada

Sobre los pujos

Espontáneos

No dirigidos

En caso de epidural:

Deseo probar en espiración

En caso de no ser eficaz, agradezco orientación

Sobre posición para expulsivo

Deseo probar posiciones según me pida el parto

Deseo parir en el agua (si hay bañera)

En caso de epidural: solicito probar posiciones diferentes

Prefiero reservar la litotomía para casos de necesidad cuando no hay progreso real.

Deseo orientación y sugerencias si el parto es más laborioso



Sobre mi periné:

Prefiero que no se me estire manualmente

Deseo mínimos tactos salvo necesidad por descenso con epidural

Deseo paños calientes

Solicito que se me informe de la situación y se me pida consentimiento si se valora realizar episiotomía por riesgo de pérdida de bienestar de mi bebé.

Postparto:

Si mi bebé nace llorando, prefiero que no lo froten.

Deseo piel con piel inmediato

Pinzamiento:

Cuando deje de latir

Tras alumbrar la placenta

Otros: _____

Deseo cortarlo yo

Mi pareja

Deseo hacer una foto a mi bebé unido a la placenta

Deseo impresión de placenta. Si el personal no puede, lo realizaremos nosotros:

Alumbramiento: Dirigido

Espontáneo

En cuanto a la vitamina K: IM

Oral

Otros: _____

En cuanto a la pomada oftálmica: Si No

Deseo lactancia: Materna Artificial

Deseo que se me informe de todas las posibles intervenciones que pueda requerir mi bebé., incluido el uso de suplementos. Solicitamos acompañarlo ininterrumpidamente, yo o mi acompañante.

Gracias por acompañarnos, en este día tan especial.

En caso de cesárea solicito su humanización.



Piel con piel con mi bebé sin separación si no existe causa clínica que justifique la separación. En España, el hospital, la ciudad y la Comunidad Autónoma donde las mujeres damos a luz, supone tener más o menos derechos en la atención al parto teniendo en cuenta la disparidad en la actualización de protocolos.



Algunos autores afirman que las mujeres que dan a luz mediante cesárea tienen una experiencia menos satisfactoria del nacimiento de su bebé que aquellas que lo hacen por vía vaginal, y además son más propensas a la depresión posparto, teniendo más dificultades para el establecimiento de la lactancia materna.

También, se ha visto que tras las cesáreas existe un retraso en la interacción madre-hijo, puesto que no es habitual la realización del contacto piel con piel. Las mujeres que fueron separadas en el procedimiento de la cesárea de sus bebés, refieren este hecho como traumático, incluso muchos años después. Está en manos de los centros, los profesionales, evitar esta separación por rutina y costumbre. El contacto piel con piel es la norma biológica en el nacimiento humano. Está respaldada y recomendada por las principales sociedades científicas, tanto en parto vaginal como en cesárea, permitiendo que la vivencia de la cesárea sea lo más parecido posible a un parto vaginal, y especialmente, no suponiendo una pérdida de derechos en comparación a las mujeres que paren por vía vaginal, para mujeres, bebés y familias, cuando es necesario realizar una cesárea.

Pinzamiento del cordón al menos 1 minuto: es la salud de mi bebé. La evidencia científica lo avala sin que haya mayor complicación para la madre.

Acompañamiento y no separación de la unidad familiar

Gracias por hacer de mi cesárea un momento menos difícil.

