



Plan de parto

Su plan de parto le ayuda a informarle a su equipo de atención qué desea durante su trabajo de parto y el nacimiento de su bebé. Usted puede cambiar de parecer sobre cualquier cosa que haya incluido en su plan de parto, en cualquier momento. La invitamos a completar su plan de parto en colaboración con su médico o partera.

Es muy importante recordar que no podemos saber exactamente cómo será su parto. Nuestra principal prioridad siempre será la salud y seguridad de usted y su bebé. Esto significa que no podemos garantizar que todas sus preferencias sean las apropiadas durante su trabajo de parto. Sin embargo, haremos nuestro mejor esfuerzo para asegurar que tenga la experiencia deseada.

Información básica

Nombre de preferencia: _____

Mis pronombres: _____

El nombre de mi pareja: _____

Los pronombres de mi pareja: _____

El nombre de mi doctor o partera: _____

Mi fecha estimada de parto: _____

El sexo de mi bebé:

masculino femenino sorpresa

Mi parto se planifica como:

parto vaginal cesárea PVDC (parto vaginal con una cesárea previa)

Yo:

- nunca he dado a luz.
- tuve parto vaginal anteriormente.
- tuve parto por cesárea anteriormente.

Quién quiero que esté conmigo en la sala de parto

Nombre/relación: _____

Nombre/relación: _____

Nombre de mi doula: _____

Información de salud

Yo tengo:

- estreptococo grupo B
(una bacteria comúnmente encontrada en la vagina o recto)
- tipo de sangre Rh negativo
- Antecedentes de trauma por agresión sexual o durante un parto
- miedo a las agujas
- las siguientes alergias:

- preocupaciones de salud adicionales

- Me gustaría hablar de mi necesidades de salud mental posparto

Las preocupaciones sobre la salud de mi bebé son:

Ambiente

Me gustaría que:

- la luz esté tenue.
- suene mi lista de música.
- se usen mis aceites esenciales (los traeré).
- se use mi pelota de parto (la traeré).
- una de mis personas de apoyo tome fotografías. (No se permite la grabación de video durante el nacimiento y no puede tomar fotos del personal sin su consentimiento)

Preferencias para mi trabajo de parto

Me gustaría:

- que la fase inicial del trabajo de parto sea en casa
- moverme durante el parto y que la frecuencia cardíaca de mi bebé se monitoree con un monitor portátil
- dejar que mi parto avance por sí solo sin ninguna intervención para acelerarlo, si está progresando normalmente
- que me protejan el acceso intravenoso con un tapón y beber líquidos durante el trabajo de parto.
- que mis proveedores pidan mi consentimiento antes de administrar medicamentos (su proveedor siempre pedirá su consentimiento antes de completar exámenes vaginales).

Cómo lidiar con el dolor

Me gustaría:

- no recibir medicación para el dolor durante el trabajo de parto
- usar gas nitroso
- usar medicina intravenosa para el dolor
- tener una epidural
- decidir cuando esté en el trabajo de parto
- utilizar los siguientes métodos sin medicamentos:



Parto

Me gustaría:

- elegir la posición en la que estoy durante el parto.

Las posiciones que quiero probar son:

- sentir la coronación de la cabeza de mi bebé
- usar un espejo para ver nacer a mi bebé

Una episiotomía es una pequeña incisión en el tejido entre la abertura vaginal y el ano.

Mis deseos en cuanto a la episiotomía son:

- evitar una episiotomía a menos que sea necesario por razones médicas.
- tener una episiotomía para evitar un desgarro.
- intentar masajes perineales, compresas tibias y posicionamiento antes de considerar una episiotomía.

Si es necesaria la cesárea

Nuestra principal prioridad es que usted tenga un parto seguro y sano. Cuando se planifica un parto por cesárea, seguiremos sus deseos tanto como sea seguro hacerlo. En caso de emergencia, es posible que no tengamos tiempo para hablar de sus preferencias. Haremos nuestro mejor esfuerzo para involucrarla en el proceso de toma de decisiones, pero es posible que tengamos que actuar rápidamente por el bien de la salud y seguridad suya y del bebé.

En caso de parto por cesárea, quisiera:

- permanecer consciente si es posible (evitar la sedación).
- que la cortina permanezca en su lugar.
- que bajen la cortina para poder ver nacer a mi bebé.
- que se me explique la cirugía tal como va sucediendo.
- contacto piel con piel con mi bebé tan pronto cuando sea seguro hacerlo.
- a mi bebé envuelto y entregado a mi pareja tan pronto sea seguro hacerlo.
- que toquen mi lista de música, si es posible.

Después del parto

Me gustaría que a mi bebé:

- lo pongan sobre mi pecho, piel con piel, inmediatamente.
- lo pongan piel con piel, en el pecho de mi pareja, lo más pronto posible si yo no puedo hacerlo.
- lo pongan en el calentador y me lo den envuelto lo más pronto posible.
- lo pongan en el calentador y se lo den envuelto a mi pareja lo más pronto posible.

Me gustaría que el sexo de mi bebé lo anuncie:

- un miembro de mi equipo de atención
- yo misma
- mi pareja

El cordón umbilical:

- estoy pensando en utilizar un banco de sangre de cordón umbilical.
- no utilizaré bancos de sangre de cordón umbilical.

Después de expulsar la placenta, me gustaría:

- ver la placenta
- conservar la placenta
- no deseo ver ni conservar la placenta

Tenga en cuenta: siempre retrasamos el corte del cordón si es seguro hacerlo.



Cuidado del recién nacido

Alimentación

- Planeo amamantar solamente
- Planeo usar fórmula solamente
- Planeo amamantar y usar fórmula
- Aún no estoy segura

Baño

- Quiero que mi bebé tenga su primer baño en casa.
- Quiero que mi bebé se bañe antes de irnos a casa y que mi pareja o yo estemos presentes.
- Se puede bañar a mi bebé sin que esté mi pareja o yo presente.

Alojamiento

- Quiero que mi bebé esté conmigo en la habitación en todo momento (esto es lo recomendado).
- Mi bebé puede estar en la unidad de recién nacidos por momentos, siempre y cuando mi pareja o yo estemos presentes.
- Mi bebé puede estar en la unidad de recién nacidos sin mi o mi pareja.

El estado de Nueva York exige una inyección de vitamina K y ungüento de eritromicina para los ojos:

- Me gustaría que mi bebé los reciba mientras esté en mi pecho después del nacimiento.
- Mi bebé puede recibirlos mientras esté en el calentador infantil.

Si tengo un niño me gustaría:

- circuncisión antes de irnos a casa.
- no quiero circuncisión.
- Aún no lo he decidido

Algunos bebés pueden requerir un seguimiento más cercano, ya sea por circunstancias previamente conocidas o imprevistas. En estos casos, las opciones de atención del recién nacido pueden diferir. Por favor, hable con su médico o partera si sabe que el bebé requerirá cuidados especiales después del nacimiento.

¿Sabía esto?

Todas nuestras enfermeras están capacitadas para apoyar la lactancia materna.

A todos nuestros padres los atiende una consejera de lactancia, ya sea el día del nacimiento del bebé o el día siguiente.

Recomendamos esperar 24 horas desde el nacimiento para bañar al bebé, a menos que lo necesite antes para prevenir infecciones.

¡Todo su equipo de atención está aquí para apoyarle! Siempre la mantendremos informada sobre cómo están usted y el bebé. Estamos aquí para responder todas sus preguntas.

Mis objetivos generales

Por favor comparta con nosotros cualquier objetivo, inquietud o prácticas religiosas o culturales que le gustaría que sepamos mientras nos preparamos para su trabajo de parto y nacimiento de su bebé.

Preguntas que quiero hacerle a mi médico o partera
