



Estimada futura familia,

El parto esperado de su hijo es un momento de alegría así como también de minuciosa preparación. El Novant Health Maya Angelou Women's Health & Wellness Center quiere hacer de esta experiencia un momento que recuerde con cariño y de manera positiva. Para esto, hemos desarrollado una guía de preparación para el parto. Le sugerimos que la complete, la revise con su médico y la comparta con el personal de enfermería del hospital que la reciba en trabajo de parto. Al realizar esto, todos sabremos lo que usted considera como una excelente experiencia de parto.

Mientras su salud y la su bebé lo permitan, haremos todo lo posible para incorporar lo que usted indicó como importante o deseable en su experiencia de parto real. Sin embargo, para su médico y para usted, en lo que respecta al plan de parto no hay nada totalmente dicho. Siempre está sujeto a cambios según la situación. Sí creemos, y esperamos que usted también esté de acuerdo, que la "mejor" experiencia positiva será la que resulte en una mamá y un bebé seguros y saludables.

En Maya Angelou Women's Health & Wellness Center, nacen más de 6,000 bebés cada año, y nos preocupamos por lo que cada familia quiere en una experiencia de parto. Sin embargo, también tenemos el conocimiento, la experiencia y el equipo e instalaciones de vanguardia para asegurarle que le brindaremos lo que usted y su bebé necesitan. Maya Angelou Women's Health & Wellness Center se dedica a brindar una atención médica personalizada y de alta tecnología. Esperamos ser parte del evento más importante en sus vidas.

Médicos y personal de
Maya Angelou Women's
Health & Wellness Center

Guía de preparación para el parto

Esta guía de preparación para el parto le brinda la oportunidad de pensar y analizar con su pareja y su proveedor de atención médica cómo le gustaría, idealmente, que se manejara el parto de su bebé. Aunque no hay manera de controlar cada aspecto del trabajo de parto, un documento impreso le da la oportunidad de indicar con claridad sus deseos.

Esta guía de preparación para el parto tiene como fin expresar las preferencias y deseos que tenemos para el parto de nuestro bebé. No pretende ser un guión. Sabemos perfectamente que pueden surgir situaciones tales en las que no podamos o debamos seguir nuestro plan. Sin embargo, esperamos que a excepción de cualquier situación atenuante, usted podrá mantenernos informados sobre nuestras opciones.

Nombre de la madre

Fecha de llegada prevista

Nombre de la persona de ayuda primaria

Consejos

- ¡No se complique!
- Mantenga una actitud positiva. Hágale saber a los demás cómo pueden ayudarla.
- Sea flexible. Recuerde que los bebés no pueden leer los planes de parto.

¿Ha pensado sobre quién quiere que la acompañe en el trabajo de parto?

Puede tener hasta cuatro personas que la acompañen en la sala de parto. Indíquenos los nombres de las personas que querría que la acompañaran durante su experiencia de parto.

- 1
- 2
- 3
- 4

Durante el trabajo de parto, ¿le gustaría:

- escuchar música relajante? Tenemos reproductores de CD y DVD en cada sala de parto. Traiga su CD o DVD preferido.
- que atenuemos la luz en su habitación?
- usar su propia bata durante el trabajo de parto? Recuerde que durante el parto se puede ensuciar la ropa.
- tomar fotos y/o grabar videos durante el parto? Asegúrese de traer su cámara.



Una vez que comience el trabajo de parto, ¿ha pensado si:

- usará sus lentes de contacto? Asegúrese de traer el estuche de los lentes para sacárselos en caso de que necesite una cirugía.
- se mantendrá hidratada tomando líquidos claros (jugo de manzana, gaseosas claras, gelatina, etc.) o comiendo trozos de hielo?
- se colocará un bloqueo de heparina o solución salina en lugar de una vía intravenosa con líquidos en circulación?
- caminará y se moverá tanto como le sea posible y seguro?
- se mantendrá informada sobre su progreso? El personal de enfermería no tendrá problema en compartir la última información sobre dilatación, borramiento y estación, o responder cualquier pregunta que usted tenga.
- analizará opciones para el tipo de monitoreo fetal con su médico?
- usará una barra para colocarse en cuclillas? Debe solicitar esto.
- usará una pelota para el parto? Debe traer su propia pelota, la cual puede comprar en cualquier local de artículos deportivos.

Cuando sea el momento de pujar, ¿ha pensado en:

- qué tipo de ayuda puede necesitar? Algunas mujeres prefieren que el personal les indique cuándo pujar y durante cuánto tiempo; otras prefieren menos indicaciones.
- qué posición le gustaría estar al momento de pujar?
 - semireclinada
 - sobre sus manos y rodillas
 - recostada de lado
 - en cuclillas
 - como mejor se sienta en ese momento

Para controlar el dolor, ¿ha pensado sobre métodos o técnicas que quiera probar?

- baño/ducha caliente
- mecerse
- cambios de posición frecuentes
- terapia frío/calor
- masajes
- técnicas de respiración/distracción
- imágenes guiadas (traiga un guión)
- no me ofrezcan medicamentos para el dolor (Los pediré si los necesito)

- ofrézcanme medicamentos de alivio para el dolor si estoy incómoda
- ofrézcanme medicamentos de alivio para el dolor inmediatamente
- bloqueo espinal o epidural

Parto vaginal

¿Le gustaría:

- ver el parto con un espejo?
- tocar la cabeza de su bebé cuando esté coronando?
- estar en la sala lo más tranquila posible?
- arriesgarse a sufrir un desgarro en lugar de que le realicen una episiotomía?

Luego del parto, ¿le gustaría:

- sostener a su bebé de inmediato? (Si el bebé está estable)
- amamantar lo más pronto posible?
- que su pareja ayude a cortar el cordón umbilical?

Cesárea

En caso de que requiera un parto por cesárea, ¿le gustaría:

- que su pareja esté presente durante la cirugía?
- si es posible, que le entreguen el bebé a su pareja inmediatamente después de limpiarlo?
- que su pareja ayude a cortar el cordón umbilical? (En la cuna térmica)
- amamantar a su bebé en la sala de recuperación?

Posparto

¿Piensa:

- amamantar?
- alimentarlo con fórmula?

¿Le gustaría que a su bebé:

- se lo alimente cuando él lo pida?
- se lo alimente según un horario?
- se le ofrezca un chupete (no lo proporciona el hospital)?

Luego de pensar todo esto, realice una lista de preguntas o inquietudes y hable con su médico o llame a Maya Angelou Women's Health & Wellness Center al **336-718-3783** y podremos ayudarle.

Novant Health Maya Angelou Women's Health & Wellness Center
Novant Health Forsyth Medical Center
3333 Silas Creek Parkway, Winston-Salem, NC 27103
336-718-3783 • [NovantHealth.org/maternity](https://www.novanthealth.org/maternity)

