

## Mi Plan de Parto

Plan de Parto Para: \_\_\_\_\_

Personas de Apoyo: \_\_\_\_\_

(Puede tener cuatro personas con usted durante su labor de parto y una persona durante un parto por cesárea).

### Estoy planeando:

- Parto vaginal.
- Parto por cesárea.
- TOLAC (*Intento de parto vaginal después de un parto por cesárea*) por favor hable antes con su médico.

## Configuración de Labor de Parto y Alumbramiento

### Estoy interesada en:

- Luz tenue si es posible.
- Música.
  - Estoy planificando traer música conmigo.
  - Muéstrenme lo que está disponible en la televisión para relajación o música.

### Posicionar (posiciones para ayudarla a manejar el dolor):

- Posicionar (*posiciones para ayudarla a manejar el dolor*):
- Caminando/de pie.
- Barra para acucillarse.
- Silla de parto.

### Monitoreo (requiere que hable con su médico):

- Monitoreo (*requiere que hable con su médico*):
- Intermitente (*esto no es opcional si tenemos que administrarle Pitocina (medicina para comenzar la labor de parto)*).

### Hidratación (Bebidas):

Líquidos claros (agua y hielo) es permitido a la mayoría de las mujeres.

## Alivio para el Dolor

### Opción I

- Por favor no me ofrezcan nada para el dolor.

### Opción II

- Por favor háblenme sobre manejo de dolor si parezco que tengo dolor.

### Opción III

Estoy planificando usar:

- Métodos de masaje y relajación.
- Mis propios métodos comodidad como relajación, hipnoterapia o distracción.
- Epidural (*alivio para el dolor de parto*).

## Parto

La Academia Americana de Pediatría recomienda colocar a su bebé recién nacido directamente con su piel al nacer. Esto se llama piel-a-piel y es una gran forma de crear un vínculo emocional con su bebé. Nosotros la apoyaremos con piel-a-piel a menos que usted nos indique lo contrario o que su bebé necesite cuidado médico adicional.

### Pujar:

Las enfermeras la incluirán a usted y su persona de apoyo cuando sea el momento de pujar.

### A mí me gustaría:

- Tener un espejo para poder ver el nacimiento de mi bebé.
- Tocar la cabeza de mi bebé al coronar.
- Que mi persona de apoyo corte el cordón cuando se lo pidan.
- Amamantar durante el piel-a-piel.
- Depositar privadamente mi sangre del cordón.
- Depositar públicamente mi sangre del cordón – por favor envíenme información sobre esto.
- Llevar mi placenta a la casa. (Le daremos una hoja de consentimiento.)
- Tomar fotos/video. (La póliza (reglas) será compartida con usted.)

## Cuidados Post Parto para mí y mi Bebé

### Alimentando a Mí Bebé

- Estoy planeando amamantar.
- No le den un biberón a mi bebé a menos que sea medicamento necesario.
- Me gustaría recibir una visita de una consejera de Lactancia.
- Estoy planeando alimentar a mi bebé con fórmula (un sustituto de leche materna).

### Creando Lazos Afectivos

Tenemos cuartos privados para fomentar la cohabitación para usted, su bebé y persona de apoyo. La cohabitación ayuda a formar lazos afectivos y la ayuda a aprender sobre las señales de hambre de su bebé. Esto la ayudará a prepararse para regresar a casa con su recién nacido.

- Una persona de apoyo está planeando quedarse durante la noche para ayudarnos.
- Estaré sola.

### Circuncision

- Si.
- No.
- Ritual.

### Si me separan de mi bebé por necesidad médica

La mantendremos informada sobre su cuidado y sobre el cuidado de su recién nacido y la animamos a que visite y cargue a su bebé siempre que sea posible..

- Tengo la intención de usar una bomba o extractor de leche y proveer leche materna..

### Peticiones Especiales

Hablaremos sobre las siguientes peticiones especiales con mi médico o con el equipo de educación de padres al 302-733-3360 o 302-733-2513. Los llamaré y les proveeré mi información de contacto.

Puede haber razones médicas que requieran cambios a su plan durante el parto y alumbramiento. Si es necesario hacer cambios, hablaremos con usted para incluirla en las decisiones sobre su cuidado.

Otros (por favor especifique): \_\_\_\_\_

---