

Cuestiones a considerar y preguntas a formular antes de elaborar un plan de parto y nacimiento.

La idea de considerar una serie de puntos expuestos a continuación y de formularle a los profesionales, que escogimos hasta el momento para acompañarnos durante el embarazo, parto y nacimiento, una cantidad de preguntas, tiene que ver con poder elaborar un plan de parto que contemple nuestros deseos y necesidades y sea posible de poner en práctica.

Primero deberíamos pensar:

- ¿qué clase de parto queremos? y ¿qué nacimiento queremos darle a nuestro hijo/a?

Respecto de la institución:

- ¿Qué servicios se ofrecen en mi zona?
- ¿Qué clase de reputación tienen los hospitales de mi zona y/o clínicas? ¿He recibido todas las opiniones de todas las fuentes que podía obtener?
- ¿Cómo es el personal de cada uno de los hospitales, clínicas o maternidades?
¿Cuáles son sus puntos de vista acerca del parto y el nacimiento? ¿Estoy yo de acuerdo? Pueden existir diferencias entre la política que se plantea un hospital y el modo como realmente se realizan las prácticas.
- ¿Cuántas personas están presentes en sala de partos? ¿Por qué y para qué?
- ¿Qué tipo de controles se le realizan al bebé y cuándo? ¿Se realizan de manera rutinaria o sólo cuando es necesario? ¿Cuáles son obligatorios y por qué?
- ¿Deseo que haya a disposición una unidad de cuidados especiales para bebés?
- ¿Por cuánto tiempo deseo permanecer en el hospital y qué clase de comodidades tendré a mi disposición para cuidar a mi bebé?
- ¿Deseo alimentar a mi bebé cada vez que me parezca necesario?
- ¿Quiero que mi bebé permanezca conmigo durante la noche? ¿Toda la noche?
- ¿Cuáles son los horarios de visita?
- ¿Puede mi pareja (y mis hijos) permanecer conmigo todo lo que yo desee?
- ¿Puede mi pareja permanecer conmigo durante la noche?
- ¿Puedo utilizar mi propia ropa y demás efectos personales?
- ¿Puede mi pareja, o una amiga, permanecer conmigo todo el tiempo?
- ¿Le pedirán que se vaya en algún momento?
- ¿Podré deambular todo lo que quiera durante el trabajo de parto y dar a luz en la posición que prefiera?
- ¿Podré trasladarme caminando a sala de partos?
- ¿Me atenderán las mismas personas durante todo el parto?
- ¿Puedo llevar a mi propia partera para que me acompañe y atienda durante el parto? ¿Y a mi obstetra y neonatólogo?
- ¿Tiene el hospital una sala de partos? ¿Tienen sillones de parto?
- ¿Puedo quedarme en mi habitación?
- ¿Cuál es la política del hospital/médico respecto de los calmantes, el monitoreo electrónico y la inducción?
- ¿Qué clase de calmantes tengo a mi disposición?
- ¿Podré comer y beber si lo deseo?
- ¿Cuál es el manejo del médico respecto de las episiotomías, las cesáreas y la expulsión de la placenta?

- ¿Cuál es la política del hospital respecto de la separación de los padres y el niño durante la primera hora? ¿Y durante el resto de la estadía?
- ¿Cuál es el índice de cesáreas? ¿Y el de episiotomías?
- Si tienen que realizarme una cesárea ¿podrán acompañarme mi partera y otra persona de mi confianza?

A los profesionales: partera, acompañante, doula, obstetra, ginecólogo y neonatólogo.

A la partera:

- ¿Cuál es su rol?
- ¿Qué formación y que experiencia tiene?
- ¿Trabaja sola o con otras parteras?
- ¿Qué ideas tiene respecto del manejo del parto?
- ¿Cuál es su sistema de control? ¿Trabaja en colaboración con un médico y con un hospital?
- ¿De qué equipamientos, drogas y equipo de resucitación dispone para mí y para mi bebé?
- ¿Qué cuidados prenatales me va suministrar?
- ¿Concurre a domicilio?
- ¿Me acompañara desde el momento que yo necesite?
- ¿Cómo puedo ubicarla?
- ¿En qué situaciones decidiría usted trasladar a un hospital a mi o a mi bebé?
- ¿Da clases de preparación para el parto? ¿Para las parejas también?
- ¿A cuánto ascienden sus honorarios?
- ¿Puede acompañarme durante el parto en la clínica?

Al obstetra/ginecólogo:

- ¿Cuál es su rol?
- ¿Qué formación y que experiencia tiene?
- ¿Trabaja solo/a o con una partera?
- ¿Puedo llevar a mi partera?
- ¿Qué piensa de la utilización de prostaglandinas y del desprendimiento de membranas para desencadenar el parto? ¿Si evaluara que es necesario me informará previamente?
- ¿El rasurado lo puedo hacer yo mismo?
- ¿Es necesario que me pongan enema?
- ¿Qué piensa respecto de la inducción del parto?
- ¿En qué circunstancias consideraría romper las membranas? ¿Lo realiza? ¿Es necesario? ¿Por qué?
- ¿Cree que el monitoreo electrónico es una ayuda necesaria en todos los partos?
- ¿En qué momento del parto se hace Ud. presente?
- ¿Le preocuparía que el parto durase más de lo previsto?
- ¿Pueden acompañarme las personas que yo elija durante el trabajo de parto, el parto y/o cesárea?
- ¿Qué piensa acerca de la posibilidad de la libertad de movimiento y de las técnicas de respiración como ayuda para disminuir el dolor? ¿Qué drogas suele suministrar para disminuir el dolor durante el parto?

- ¿Le molestaría utilizar luces tenues durante el parto?
- ¿Con cuanta frecuencia práctica episiotomía?
- ¿Puedo optar por no utilizar drogas para aliviar si no quiero?
- ¿Puedo optar por no tener una episiotomía?
- ¿Puedo ingerir comida ligera y beber líquidos durante la labor?
- ¿Qué opina acerca de que tenga a mi bebé de pie o en cuclillas?
- ¿En qué situaciones consideraría usted que es necesario practicar una operación cesárea?
- ¿Podemos cargarle el bebé inmediatamente después de su nacimiento así sea cesárea?
- ¿Cuánto tiempo considera que es necesario permanecer internada por parto normal? ¿Por cesárea? ¿Por qué?
- ¿Puedo llevar música y objetos personales que me ayuden durante la labor? Ej.: imágenes, mandalas, fotos, etc.
- ¿Puedo pedir que las personas presentes estén concentradas en el nacimiento sin conversar sobre otros temas?
- ¿Cuáles son sus honorarios?

Al neonatólogo:

- ¿Cuál es su rol?
- ¿Qué formación y que experiencia tiene?
- ¿Qué opina del contacto inmediato piel a piel de la mamá y el bebé?
- ¿Si mi bebé nace prematuro también es posible el contacto piel con piel, así sea unos minutos? ¿Si nace a través de una cesárea, también es posible tenerlo en mis brazos por unos minutos?
- ¿Realiza los primeros controles al bebé estando sobre la mamá o en un lugar específico para atender al bebé? ¿Puedo solicitar que lo hagan sobre la mamá?
- ¿Está a favor de la lactancia? ¿Estimula su inicio dentro de la primera hora de vida?
- ¿En caso de que el nacimiento sea por cesárea puedo solicitar que me entreguen a mi bebé después de mi recuperación e inmediatamente iniciar la lactancia?
- ¿Puedo pedir que no le den leche de fórmula sin mi consentimiento?
- ¿Usted es la persona que me ayudaría con los primeros conocimientos sobre la lactancia materna?
- ¿Cuándo corta el cordón? ¿Puedo hacerlo el padre? ¿Espera que deje de latir el cordón para cortarlo? ¿Por qué si o por qué no?
- ¿Considera necesario la introducción de la sonda naso-gástrica y anal? ¿o realiza prácticas alternativas a estos procedimientos?
- ¿Cuándo coloca las gotas en los ojos? ¿Usted está de acuerdo con esto, lo realiza?
- ¿Está de acuerdo en el suministro por vía oral de vitamina K? ¿Usted lo hace?
- ¿Solicita que la temperatura de la sala de partos sea la adecuada para el bebé para que no sea necesario aplicarle lámpara?
- ¿Fomenta la internación conjunta? ¿Posibilitará que no me separen de mi bebé?
- ¿Cuánto tiempo de internación tendrá mi bebé? ¿Por qué?
- ¿Podrá esperar a que yo y/o mi esposo decidamos para extraerle sangre al bebé?
- ¿Esperará unas horas antes de medirlo y pesarlo? ¿Lo realiza una vez que nace?
- ¿Qué otros controles y/o procedimientos realiza al recién nacido?
- ¿Cuáles son los controles luego del momento del nacimiento mientras dura la internación?
- ¿Cuáles son sus honorarios?

Guía de opciones para elaborar un plan personalizado:

Después de esta larga lista de preguntas podremos pensar un plan de parto y nacimiento que responda a nuestros deseos y necesidades, eligiendo entre diferentes alternativas.

- Parto Institucional / Parto en casa
- Restricciones para el/los acompañante/s en ciertos procedimientos / Acompañante/s sin restricciones
- Rasurado del vello púbico / NO rasurado
- Uso de enemas / No uso
- Inducción médica del parto / Inicio espontáneo
- Tactos por varias personas / Tactos estrictamente necesarios y únicamente por la partera u obstetra.
- Amniotomía / Ruptura espontánea de las membranas
- Feto monitoreado electrónicamente / con estetoscopio de Pinnard o detector de latidos
- Primera etapa en la cama / Libertad de movimiento
- No ingerir nada / Comer y beber cuando lo desee
- Tipos de calmantes: inyección, peridural, ejercicios respiratorios, baños, etc.
- Uso de sonda / libre evacuación de la vejiga
- Traslado en camilla a sala de parto / Traslado caminando
- Pujos conducidos / Pujo espontáneo
- Posición pasiva / Posición a elección
- Episiotomía electiva / Episiotomía solo si es absolutamente necesario
- Temperatura de la sala de parto habitual / Temperatura acorde a las necesidades del bebé.
- La madre no toca el área vaginal / Tocar la cabeza del bebé en cuanto asoma, extrayendo al bebé
- Maniobras para la expulsión de la placenta / Expulsión natural de la placenta
- Mirar al bebé y llevárselo a control / Contacto inmediato con el bebé piel a piel y controles sobre la madre.
- Corte inmediato del cordón / Corte del cordón cuando cesaron los latidos
- Inyección de vitamina K / Vitamina K por vía oral
- Sonda naso gástrica / Evaluación clínica de atresia de esófago ó suministro de agua destilada con auscultación para verificar que no hay perforación / Ninguna evaluación
- Sonda Anal / Esperar a que el bebé haga meconio
- Peso y medida inmediatamente después de nacer / esperar a que el bebé se haya recuperado
- Colocación de gotas en los ojos / No colocación de gotas en los ojos
- Bañarlo inmediatamente / No bañarlo inmediatamente lo hará la madre o el padre unas horas después.
- Suministro de algún alimento que no sea leche materna y/o chupete mientras está en observación / No suministrar ningún alimento que no sea leche materna, ni tetina, ni chupón.
- Lactancia materna inmediata
- Realizar análisis de sangre / No realizar ningún análisis sin la información y autorización de los padres.

Fuente: www.elpartoesnuestro.es

Adaptación: Lorena Cordovez y Belén Durango