



**Hospital Universitario
12 de Octubre**

PLAN DE PARTO



**DIRIGIDO A GESTANTES
DE BAJO RIESGO**

¿Qué es un parto de mínima intervención?

Es aquel parto normal que es asistido sin la utilización de procedimientos que alteren la fisiología del mismo, siendo igualmente importante la vigilancia del estado de la madre y de su hijo.

¿Cómo es el parto de mínima intervención?

Si creo que estoy de parto, ¿qué hago?: Acude a urgencias si tienes contracciones dolorosas y regulares cada 5-10 minutos de forma persistente, durante al menos dos horas. Puedes sentir contracciones dolorosas. Mientras tanto, en tu casa, un paseo, una ducha o baño caliente y el apoyo de tu acompañante te ayudará a sentirte mejor.

¡Se inicia el parto!: Ingresarás con más de 3 cm y contracciones regulares. Durante la dilatación, si deseas, podrás beber líquidos y estar siempre acompañada y vestida con tu ropa.

Las contracciones dolorosas se pueden controlar con:

- apoyo continuo de tu pareja y matrona
- un ambiente íntimo y de máximo respeto
- pelotas de parto
- paseos
- distintas posturas
- masajes
- música suave
- relajación



Puedes parir en la posición que desees:

- de pie,
- sentada,
- en silla de partos
- de lado,
- cuadrupedia (de rodillas con las manos en el suelo)
- en cuclillas...

¡ Nosotros cuidaremos de ti y de tu bebé !

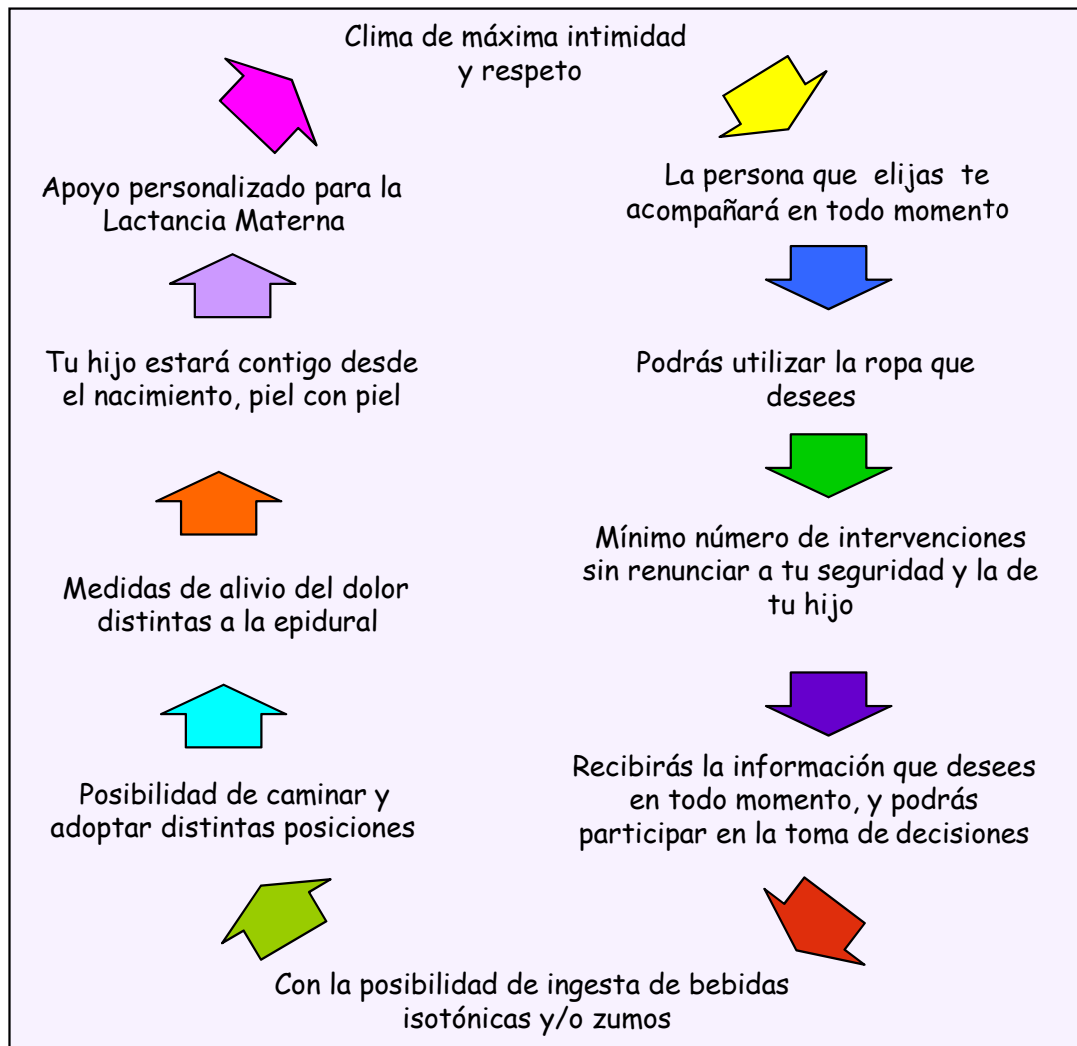


El contacto Piel con Piel con tu bebé facilita una mejor adaptación de tu hijo a la vida:

- un mejor control de su respiración y latido cardiaco,
- una mayor estabilidad de la temperatura corporal y de la glucosa,
- menos llanto y mayor apego mutuo,
- es la mejor manera de iniciar una lactancia precoz y duradera, al menos los primeros 6 meses de vida y cuanto más mejor.



El Parto es un proceso natural. Generalmente no requiere ningún tipo de intervención, salvo la observación y el apoyo continuo. El alivio del dolor se puede conseguir con diferentes métodos, sin intervenir en el proceso fisiológico natural



¡ No dudes en preguntarnos !

- Iniciativa Internacional del Parto Madre/Niño (IMBCI) Internacional Mother Childbirth Initiative www.IMBCI.ORG

- Estrategia de atención al parto normal del Sistema Nacional de Salud, 2007.

www.msc.es

- World Health Organization. Pregnancy, Childbirth, Postpartum and Newborn care: a guidelines for essential practice. Geneva 2006