



# *Plan* *de* *parto*



Servicio  
Extremeño  
de Salud

## Introducción

El plan de parto es un documento en el que la mujer embarazada deja constancia por escrito de sus deseos y expectativas en relación al momento del parto y el nacimiento de su hijo o hija.

La mayoría de las embarazadas, por ser mujeres sanas, pueden tener un parto normal. Incluso muchas que presentan problemas de salud pueden beneficiarse de las mejores prácticas basadas en el conocimiento científico. El/la matrona que le atiende durante su embarazo debe ofrecerle la oportunidad de expresar sus preferencias para aquellos aspectos en los que existen alternativas igual de eficaces y seguras. Hay que advertir no obstante que, las expectativas y los planes de parto están sujetos a la situación clínica y a la infraestructura de cada Centro Hospitalario, por lo que en caso de que surja alguna complicación, prevista o inesperada, es muy probable que tenga que verse alterado para adaptarse a los protocolos de actuación clínica en cada situación.

En cualquier caso, el sólo hecho de leer este documento, le ayudará a comprender mejor todo lo que va a ocurrir y le permitirá participar de forma activa en todo el proceso del nacimiento.

## Plan de parto y nacimiento

Es aconsejable que se elabore en torno a las 28-34 semanas de gestación, y la mujer lo podrá presentar en el hospital de referencia en el que tiene previsto su parto cuando acuda para visitarlo.

Se recomienda que la mujer visite el hospital de referencia o los hospitales más cercanos para poder conocer las opciones que se le ofrecen y tomar una decisión basada en un conocimiento previo.

## Intimidad

Para la protección del derecho a la intimidad, sólo estarán presentes en el parto las personas necesarias, que se presentarán e identificarán para su conocimiento.

Hay hospitales que tienen profesionales en formación con capacidad asistencial que actuarán siempre bajo su supervisión necesaria con su conocimiento y autorización.

En caso de presencia o participación de otras personas solicitará su consentimiento con antelación.

## Legislación

- Ley 10/2001, de 28 de junio, de Salud de Extremadura. DOE 76 (28 de junio de 2001)
- Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación clínica. BOE 274 (15 de noviembre de 2002)
- Ley 3/2005, de 8 de julio, de información sanitaria y autonomía del paciente. DOE 82 (6 de julio de 2005)

## Datos de la embarazada

Nombre y apellidos de la mujer

Edad de la mujer

Fecha probable del parto

Nombre de la matrona o matrócn que le ha informado y controlado el embarazo

Nombre del/la obstetra que le ha informado y controlado el embarazo

Hospital previsto para el parto

## Mis preferencias para el parto son

### Espacio físico

La oferta en cuanto a tipos de salas de parto, equipamiento no convencional, confortabilidad, habitaciones individuales, etc., no son homogéneas en todos los hospitales

sí no

Sala de dilatación/parto y posparto única (UTPR)

sí no

Sala con alta técnicaficación (sala tipo quirófnano)

sí no

### Acompañantes y ambiente durante el parto

La persona que quiero que me acompañe durante el parto es

sí no

Prefiero utilizar mi ropa personal durante el parto

sí no

Prefiero escuchar música durante la dilatación

sí no

Prefiero tener las luces atenuadas

sí no

Prefiero que la puerta de mi dilatación permanezca cerrada para mayor intimidad

sí no

sí no

### Procedimientos durante el parto<sup>1</sup>

Prefiero tomar líquidos claros durante la dilatación

sí no

Prefiero que no me pongan vía intravenosa salvo indicación clínica

sí no

Prefiero que no me estimulen el parto salvo indicación clínica

sí no

Prefiero que no me rompan la bolsa de las aguas salvo indicación clínica

sí no

Prefiero la salida de la placenta con masajes y medicación

sí no

Prefiero la salida de la placenta de manera espontánea

sí no

sí no

sí no

sí no

sí no

sí no

### Valoración del bienestar fetal y del progreso de la dilatación

Prefiero auscultación intermitente con doppler o estetoscopio

sí no

Prefiero monitorización externa en ventanas

sí no

Prefiero monitorización externa continua

sí no

Prefiero exploraciones vaginales cada 4 horas

sí no

sí no

sí no

sí no

### Métodos para el alivio del dolor

Prefiero relajación y técnicas de respiración	sí	no
Prefiero adoptar distintas posturas, masaje, agua, terapias complementarias*	sí	no
Prefiero, en principio, tener el parto sin analgesia	sí	no
Prefiero Óxido Nitroso*	sí	no
Prefiero analgesia epidural a bajas dosis* que me permita moverme y caminar	sí	no

### Movilidad y posturas durante la dilatación

Prefiero poder utilizar pelotas, cojines, colchoneta, cuerdas*...	sí	no
Prefiero poder adoptar cualquier postura, incluso caminar	sí	no
Prefiero poder utilizar una bañera y/o ducha*	sí	no

### Posturas y pujos durante el expulsivo

Prefiero poder elegir posturas: sentada, cuclillas, cudrupedia, de pie, silla de parto	sí	no
Prefiero utilizar las nuevas camas articuladas de partos*	sí	no
Prefiero estar en postura ginecológica: tumbada en mesa de partos y perneras	sí	no
Cuando esté en dilatación completa prefiero no pujar hasta tener ganas	sí	no
Prefiero tener un espejo en el momento del nacimiento	sí	no

### Episiotomía

Prefiero que no me practiquen la episiotomía salvo indicación clínica	sí	no
---	----	----

### Nacimiento del bebé

Prefiero tener contacto, piel con piel, inmediatamente después del nacimiento del bebé	sí	no
Prefiero pinzar y cortar el cordón cuando deje de latir	sí	no
Deseo donar la sangre del cordón umbilical <sup>2</sup> (adjuntar a este Plan el consentimiento firmado)	sí	no
Proporcionar los primeros cuidados del bebé sin separarlo de mí, si todo está bien	sí	no

### Lactancia Materna

Prefiero iniciar la lactancia materna tan pronto como sea posible	sí	no
Deseo permanecer un tiempo a solas después del parto: acompañante, madre y bebé	sí	no
Prefiero lactancia materna a demanda	sí	no
Prefiero que no den biberones al bebé sin consultarme y por un problema de su salud	sí	no
Prefiero que me asesoren sobre cómo lactar	sí	no

### Estancia en el hospital

Prefiero tener al bebé siempre conmigo en mi habitación	sí	no
Prefiero alta precoz (48 horas) si mi estado de salud y del bebé lo permiten	sí	no

<sup>1</sup> Hay procedimientos desaconsejados como enema, rasurado púbico o perineal, sondaje vesical rutinario, que no deben ser realizados.

<sup>2</sup> Esta opción puede ser incompatible con cortar el cordón tras dejar de latir, pues la cantidad de sangre recogida pasados algunos minutos pudiera ser insuficiente.



## Multiculturalidad

En caso de dificultad en el uso del idioma es posible que necesite la ayuda de una persona como traductora para facilitar la comunicación con el personal sanitario. En algunos Centros se dispone de este servicio para diversos idiomas.

Pida información en su Hospital, en su Ayuntamiento y en otros organismos oficiales.

Idioma principal

Otros idiomas que domine

Necesitaré asistencia para la traducción  sí  no

Me acompañará una persona como traductor/a  sí  no

## Administración de medicamentos del recién nacido

Tras el nacimiento, las autoridades Sanitarias y Organizaciones Científicas recomiendan la administración a todos los recién nacidos de:

● Colirio o pomada antibiótica oftálmica, en una sola dosis, ya que previene infecciones oculares severas. No obstante es aconsejable retrasar su aplicación en las primeras dos horas de vida para facilitar el contacto visual del bebé con su madre.

● Vacuna de Hepatitis B (1ª dosis). Se administra vía intramuscular. Puede hacerse tras permitir el establecimiento del vínculo madre-recién nacido y el inicio de la lactancia materna. Para su administración es conveniente inyectar mientras el bebé está succionando el pecho.

● Vitamina K para la prevención de hemorragias. El método de administración más frecuente y aconsejado es la inyección intramuscular. Al igual que la vacuna de la hepatitis B, esta vitamina K puede demorarse y hacerse mientras se dá el pecho o en contacto piel con piel.

Existe la alternativa de administración oral de vitamina K, que resulta igual de eficaz, pero que ha de realizarse de forma estricta, de acuerdo a la pauta prescrita por el Pediatra.

Pida información en su Hospital, en su ayuntamiento y otros organismos oficiales.

Si desea realizar algún comentario, sugerencia o indicación al respecto puede hacerlo a continuación:

## Higiene del recién nacido

El baño del recién nacido no es una práctica aconsejable en la primeras horas de vida. Cuándo hacerlo por primera vez es una decisión personal.

En caso necesario se le informará y solicitará su consentimiento.

## Opciones en la planta de maternidad

Prefiero realizar yo misma los cuidados e higiene de mi bebé, si es posible  sí  no

Prefiero realizar los cuidados e higiene de mi bebé con la ayuda de mi acompañante  sí  no

Si yo no puedo hacerlo, deseo que mi pareja u otra persona realice dichos cuidados  sí  no

Deseo estar presente en los cuidados de mi bebé  sí  no

Yo  doy mi consentimiento para que a mi y a mi recién nacido se nos apliquen los cuidados citados en este plan, al amparo de la Ley 10/2001, de 28 de junio, de la Ley 41/2002, de 14 de noviembre, y Ley 3/2005, de 8 de julio. Previamente a su elaboración he sido informada por el/la matrona u obstetra

Soy consciente de que pueden producirse cambios en la evolución del parto, en cuyo caso los profesionales me informarán de la gravedad de la situación y se adoptarán las medidas que juntos consideremos oportunas. Puedo revocar parcial o totalmente este plan de parto durante el transcurso de todo el proceso.

NOMBRE, FIRMA Y FECHA

\*Según disponibilidad del Centro Hospitalario