



# CURSO PARA FUTUROS PADRES



En un momento  
comenzamos...



# CURSO PARA FUTUROS PADRES



El parto  
y  
La cesárea

# El preparto / Pródromos

Objetivo: Ablandar y madurar el cuello del útero



Duración: desde unas horas hasta semanas



Síntomas:

- Contracciones de Braxton-Hicks
- Encajamiento del bebé
- Presión en la pelvis y recto
- Pérdida del tapón mucoso
- Instinto de anidamiento (síndrome del nido)

# **LA RUPTURA DE MEMBRANAS**

# Trabajo de parto

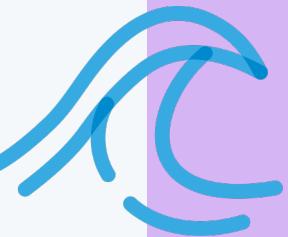
# • DILATACIÓN



TRABAJO DE  
PARTO TEMPRANO



indefinido



30/40 seg  
cada 15/20 min

Contracciones tolerables  
Vientre bajo  
Dilatación hasta 6 cm

¡Avisa a tu médico!  
¡Quédate en casa!



TRABAJO DE  
PARTO ACTIVO



TRANSICIÓN

hasta 12 hrs

1 min  
cada 4/5 min

1.5/2 min  
cada 2/3 min

Contracciones intensas  
Pelvis  
Dilatación hasta 8 cm

Contracciones muy intensas  
Pelvis y sacro  
Dilatación hasta 10 cm  
Deseo de pujo

4-1-1 / 5-1-1  
(cada 4/5 min, contracción de  
1 min, durante 1 hr)  
¡Ir al hospital!



¡Tú puedes!  
¡Dura muy poco!



## 2. EXPULSIÓN (Nace tu bebé)

Contracciones espaciadas  
Pujo espontáneo y postura libre

indefinida

## 3. ALUMBRAMIENTO (Nace tu placenta)

10 a 30 min

## 4. RECUPERACIÓN

1 a 2 hrs

**Confía en**



**tu cuerpo  
tu bebé**

# Trabajo de parto

- 
- A. Tengo una contracción suave, cada 20 a 30 minutos, que dura de 30 a 40 segundos
  - B. Nace el bebé
  - C. Se me rompe la fuente
  - D. Tengo ganas de pujar
  - E. Expulso la placenta
  - F. Tengo una contracción intensa, cada 5 minutos que dura de 1 a 2 minutos
  - G. Aviso a mi médico que estoy en trabajo de parto
  - H. Tengo una contracción un poco intensa, cada 10 minutos, que dura aprox. 50 segundos.
  - I. Mi bebé y yo tenemos contacto piel con piel
  - J. Salgo hacia el hospital
  - K. Tengo una contracción muy intensa cada 2 minutos, que dura de minuto y medio a 2 minutos.
  - L. El médico corta el cordón umbilical

# Trabajo de parto

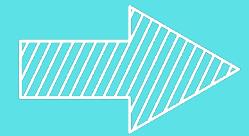
- 
- A. Tengo una contracción suave, cada 20 a 30 minutos, que dura de 30 a 40 segundos
  - G. Aviso a mi médico que estoy en trabajo de parto
  - H. Tengo una contracción un poco intensa, cada 10 minutos, que dura aprox. 50 segundos.
  - F. Tengo una contracción intensa, cada 5 minutos que dura de 1 a 2 minutos
  - J. Salgo hacia el hospital
  - K. Tengo una contracción muy intensa cada 2 minutos, que dura de medio a 2 minutos.
  - D. Tengo ganas de pujar
  - B. Nace el bebé
  - I. Mi bebé y yo tenemos contacto piel con piel
  - L. El médico corta el cordón umbilical
  - E. Expulso la placenta



# Intervenciones médicas

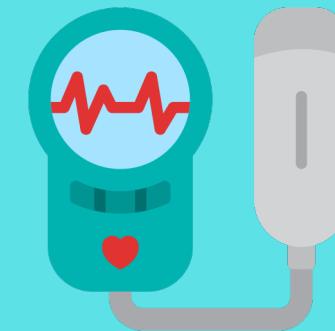


# Complicaciones del trabajo de parto



Problemas con la frecuencia cardiaca del bebé

110 - 160  
latidos por  
minuto



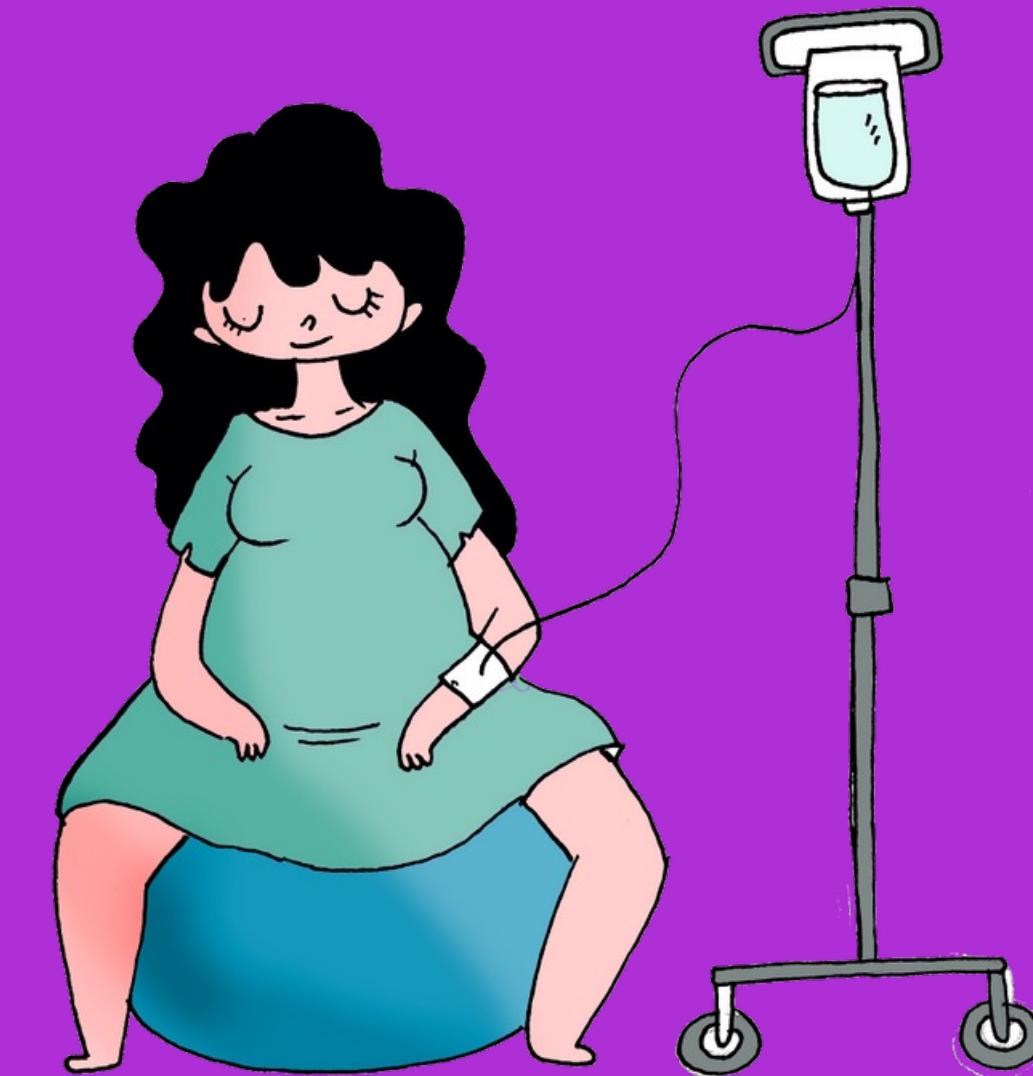
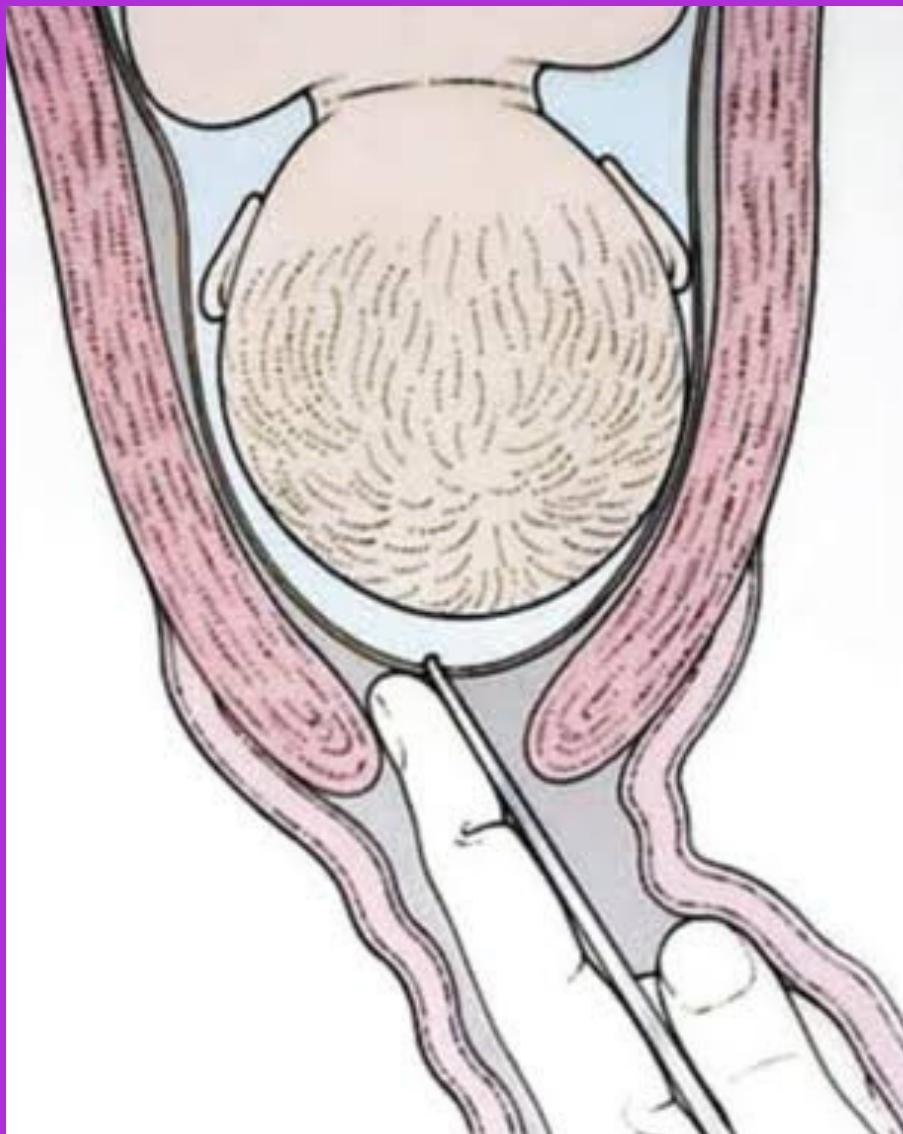
**Trabajo de parto prolongado:** 6 cm de dilatación, sin progreso por 4 a 6 horas  
(fase activa)



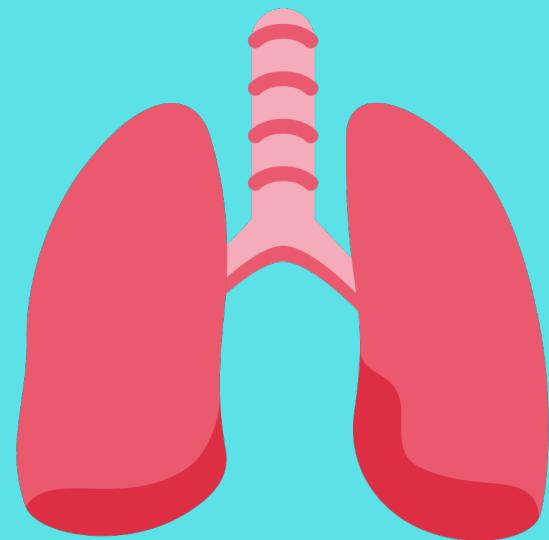
Ruptura prematura de membranas

# Principales intervenciones médicas

La inducción y aceleración



# NO utilizar inducción / aceleración del trabajo de parto cuando NO ES NECESARIO



oxitocina

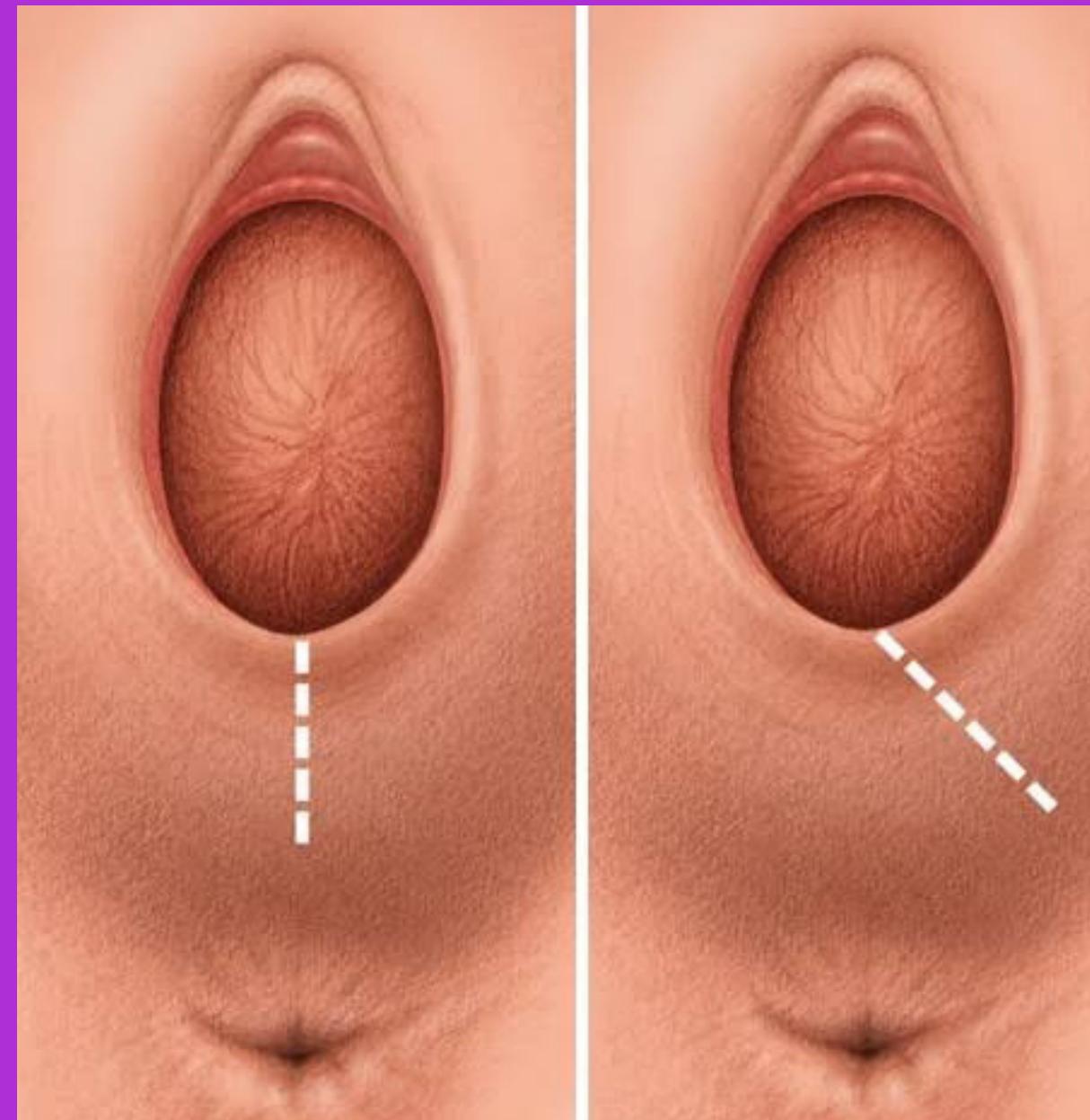


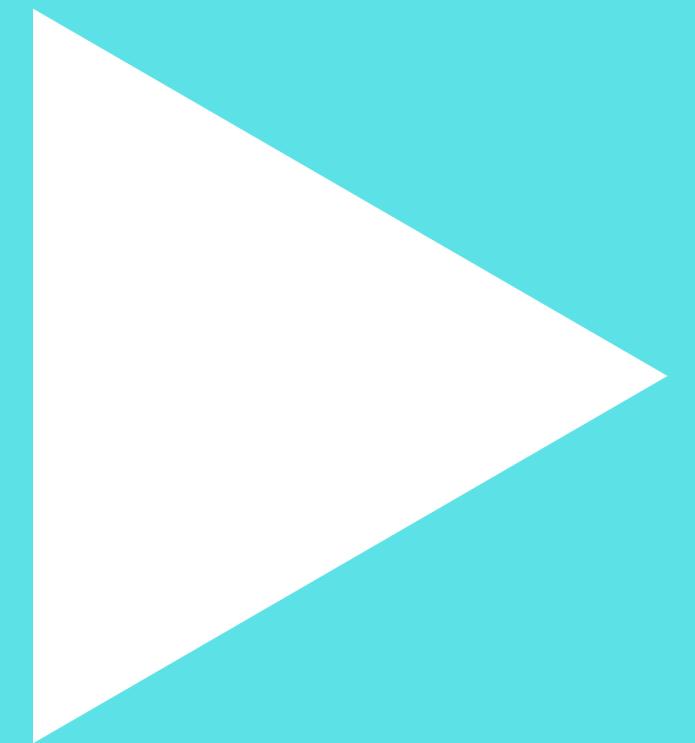
endorfinas



# Principales intervenciones médicas

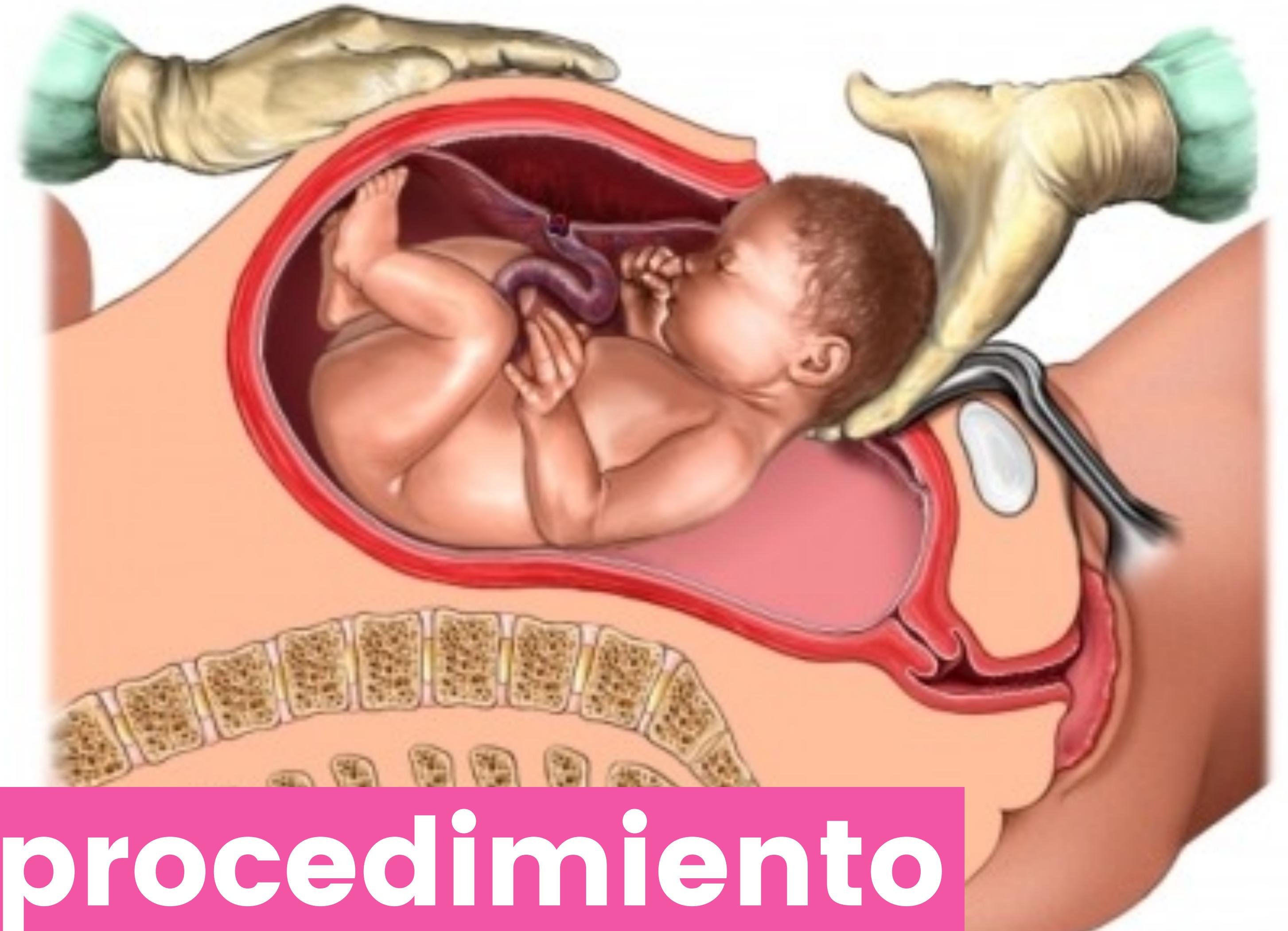
## La episiotomía







# LA CESÁREA



# El procedimiento



# PRINCIPALES DIFERENCIAS:



Microbiota  
Experiencia del bebé  
Recuperación

Riesgos:  
hemorragias  
futuros embarazos  
problemas respiratorios

PARTO



CESÁREA

# Cesárea respetada

- ▶ Con trabajo de parto
- ▶ Con la compañía del papá
- ▶ Una mejor visualización de tu bebé
- ▶ Un nacimiento más lento
- ▶ Mejores prácticas iguales a las del parto respetado
- ▶ Ambiente más amable
- ▶ El bebé recibe bacterias vaginales



# ¿Cómo sería el nacimiento ideal para ti?

¿Quién está contigo?

¿Qué te dice(n)?

¿Qué sientes?

¿Cómo estás?

¿En dónde estás?

¿Cómo es ese lugar?

¿Cómo está tu bebé?

¿Qué traes puesto?

¿Tu bebé nace por parto o por cesárea?

# ¿Cómo sería el nacimiento ideal para ti?

¿Quién está contigo?

¿Qué te dice(n)?

¿Qué sientes?

¿Cómo estás?

¿En dónde estás?

¿Cómo es ese lugar?

¿Cómo está tu bebé?

¿Qué traes puesto?

¿Tu bebé nace por parto o por cesárea?

# Plan de Nacimiento

- Personas de apoyo:
- Médico:
- Una pequeña presentación de quienes son:
- Miedos y preocupaciones principales:
- Preferencias para el manejo del dolor:

Primera etapa (dilatación 0-10 cm)

Segunda etapa (expulsión)

Tercera etapa y primeras horas después del nacimiento

- Preferencias para eventos inesperados:

## Plan de Nacimiento para Ana Pérez

Fecha probable de parto: 12 de Abril, 2022

Personas de apoyo: Luis, mi esposo y Daniela, mi doula

Médico: Juan Pérez

Presentándonos: Hemos elegido el Hospital X porque estamos interesados en un parto natural y seguro. Hemos tenido problemas de infertilidad y estamos muy emocionados de, finalmente, recibir a un nuevo miembro a la familia.

Miedos y preocupaciones principales: Soy una persona muy sensible y me gusta que respeten mi privacidad. Por favor toquen la puerta antes de entrar a la habitación y entren únicamente cuando sea indispensable. Quiero permanecer con ropa, incluso en la tina.

Preferencias para el manejo del dolor: Preferimos un parto natural, sin medicamentos, por los efectos secundarios que podrían ocasionar en mí, en el parto y en el bebé. Me sentiré decepcionada si utilizo medicamento para el manejo del dolor, por favor no me lo ofrezcan. Si me desanimo ayúdenme sugiriéndome cambios de posiciones y medidas naturales de confort.

Preferencias para Parto y Nacimiento normal:

Primera etapa del trabajo de parto

- Prefiero evitar intervenciones y que se me consulte en caso de requerir una
- Deseo tener libre movimiento

- Planeo utilizar respiración, agua y otras medidas de confort
- Quiero beber agua y comer snacks ligeros y paletas

### Segunda etapa

- Quiero dar a luz parada o en la posición que me sea cómoda o reclinar el respaldo de la cama
- No quiero que me hagan una episiotomía
- Por favor corten el cordón de mi bebé hasta que deje de latir
- Deseo contacto piel con piel inmediato y amamantar de inmediato

### Tercera etapa y primeras horas después del nacimiento

- Retrasar todos los procedimientos de rutina una hora o después del primer alimento
- Deseo alojamiento conjunto las 24 horas, a menos que indiquemos lo contrario
- Solo lactancia, no dar complementos, a menos que sea necesario y lo indiquemos

### Preferencias para eventos inesperados:

#### Cesárea:

- Prefiero anestesia regional
- Favor de explicarme todo durante la cirugía
- Quiero que Luis y Daniela estén presentes
- Contacto inmediato con mi bebé, si hay algún problema conmigo que el contacto sea con Luis
- Si mi bebé tiene que ir a cuneros Luis va con él y Daniela se queda conmigo

## ELABORACIÓN DE TU PLAN DE PARTO

Coloca (+) para las cosas que tengas claro que quieres para tu parto o nacimiento, un (-) para las cosas que quieres evitar a menos que sea médicaamente necesario y un (?) para las que no aún no has decidido.

### 1. OPCIONES PARA PARTO Y NACIMIENTO NORMAL

Primera etapa

Acompañamiento

Pareja

Doula

Amigos o familiares

Niños

Exámenes vaginales

Según el deseo de la madre o si es clínicamente necesario

La menor cantidad de examinadores posibles

A criterio del médico

Comida / líquidos

Comer y beber cuando quiera

Agua, jugo, paletas, hielo

Fluidos intravenosos

Posiciones para el trabajo de parto

Libertad de cambiar de posiciones, pararse o caminar

Objetos de ayuda (pelota, rebozo, etc)

Monitoreo de frecuencia cardiaca

Auscultación con estetoscopio

Monitoreo fetal electrónico intermitente

Monitoreo fetal electrónico continuo

Alivio del dolor

Apoyo emocional y medidas de autoayuda

Relajación, respiración, posiciones y medidas de confort

Tina o regadera

Medicamentos o anestesia epidural

# MÁS INFORMACIÓN...



MANEJO DEL DOLOR DE PARTO



LACTANCIA



CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO



BANCO DE LECHE



PRIMEROS AUXILIOS (BEBÉS)