

## PLAN DE PARTO DE:

Nombre y apellidos

Fecha probable de parto: .....

Teléfonos de contacto: .....

A continuación le presentamos con ● el tipo de asistencia que realizamos y con ○ las preferencias que Ud seleccionará con una marca.

### ACOMPAÑAMIENTO:

Deseo estar acompañada por:

○ .....

○ No deseo estar acompañada por:

### NECESIDADES ESPECIALES:

Tengo las siguientes necesidades especiales o circunstancias para que se tengan en cuenta durante mi parto:.....

.....

.....

.....

.....

.....

### EN DILATACIÓN DESEO:

- Faciliten en lo posible, la privacidad en todo el proceso.
- Que los profesionales que entren se presenten e informen de su función.
- Se me informe de los procedimientos y poder elegir, si es posible.
- Si va a haber personal en formación, que no participe en la atención al parto observando el proceso, se pedirá mi consentimiento.
- Deseo usar: ○ mi ropa ○ ropa facilitada por el hospital  
○ mi equipo de música con auriculares. ○ otros dispositivos electrónicos.
- Caminar durante la dilatación. Opción: ○ no deseo caminar.
- Información sobre métodos no farmacológicos para el dolor.
- Que los profesionales me orienten sobre las mejores posturas en cada momento y poder elegir.
- Se me proporcione material de apoyo (pelotas, silla de partos, bolsas de calor). Especificar:.....
- Recibir información sobre la evolución de mi parto.
- Información sobre posibles intervenciones en el parto: administración de fármacos, tactos vaginales, sondajes, rotura de bolsa, episiotomía, etc., y que se solicite mi consentimiento.
- Monitorización continua durante el trabajo de parto si se me permite movimiento. Opción:
- Deseo monitorización fetal intermitente (según protocolo del Hospital) durante el trabajo de parto, si la evolución es espontánea y no tengo analgesia epidural.
- No se realizarán rasurados ni enemas de forma rutinaria. • Opciones:  
○ Deseo enema por motivos personales. ○ Me pondré el enema en casa.
- Decidir el método de alivio del dolor en el momento del parto. Opciones:  
○ No deseo analgesia epidural, prefiero empezar con otros métodos alternativos, pero no descarto su uso.
- Deseo analgesia epidural caminando (Walking/Mobile epidural).
- Deseo analgesia epidural lo antes posible.
- No deseo que se me ofrezca ningún tipo de analgesia farmacológica, salvo que yo lo solicite.

### EN EL EXPULSIVO DESEO:

- Elegir la posición/lugar para el momento del expulsivo. Especificar: .....
- Hacer pujos espontáneos, no dirigidos, siempre que no haya indicación para hacerlo.
- Se realice la episiotomía sólo si es estrictamente necesaria, previa información.

Opciones: ○ Deseo visualizar la salida del bebé mediante un espejo.

### EN EL ALUMBRAMIENTO DESEO:

- El alumbramiento dirigido que por evidencia científica se realiza.
- Opciones:  
○ Deseo alumbramiento espontáneo si no existen complicaciones. Conozco las ventajas del alumbramiento dirigido.
- Si es posible, deseo que mi pareja corte el cordón umbilical.
- Deseo donación de sangre del cordón umbilical a Banco..... de sangre, si no hay contraindicación. (Especificar público o privado).

### CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO (RN)

- Deseo realizar **Contacto Piel con Piel** de forma inmediata tras el nacimiento, si la situación lo permite.
- Otras preferencias: .....
- Se administrará **Profilaxis Ocular** con pomada oftálmica para prevenir **oftalmía neonatal** (prevención ceguera) partir de las 2 h de vida.
- Se administrará **Profilaxis Antihemorrágica** habitual al recién nacido con vitamina K intramuscular a partir de las 2 h de vida.
- Me enseñarán los cuidados del RN, higiene general, del cordón, observación del recién nacido, posición para dormir y consejos de salud y se realizarán en mi presencia, del padre, pareja o acompañante, pudiendo participar en los mismos.
- Se realizarán pruebas al bebé de **Pruebas de Cribado Endocrino-Metabólico** por punción de talón a las 48 h de vida, **Pruebas de Cribado Auditivo al alta** y **Pruebas de Cribado de Cardiopatía Congénita** por pulsioximetría en el primer día de vida, en mi presencia, de mi pareja o acompañante.
- Deseo que la realización de las pruebas de cribado se realice coincidiendo con una toma del bebé.

### Alimentación del Recién Nacido

- Deseo lactancia materna exclusiva y que se me facilite su inicio lo antes posible tras el nacimiento. En caso de precisar suplementos con fórmula artificial por indicación médica, deseo que se solicite consentimiento previo a mí o a mi pareja.
- Deseo lactancia artificial. ○ Tomaré la decisión más tarde.
- Deseo información oral y escrita sobre grupos de apoyo y talleres de lactancia y documentación sobre lactancia materna.

### NO DESEO la realización del siguiente procedimiento y prefiero:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# MI PLAN DE PARTO



## ÁREA PARITORIO-OBSTETRICIA EQUIPO de ATENCIÓN PRIMARIA

 Hospital Universitario  
12 de Octubre

 Gerencia Asistencial  
de Atención Primaria



Edición 2  
Fecha: 16/09/2019  
Servicio de Obstetricia y Ginecología  
Unidad de Partorio y Hospitalización  
Nº de Registro 480 – Aprobado por el CTCL

## Con este documento, puede expresar sus preferencias, necesidades y deseos para el día de su parto

Esa información puede ser de ayuda para el equipo profesional que le atienda ese día. Es recomendable comentar esas preferencias con el acompañante que elija.

Este documento no sustituye a los informes de los profesionales que realizan el seguimiento del embarazo, su función es expresar preferencias en aquellos aspectos en los que hay alternativas eficaces y seguras.

Recomendamos:

- ✓ Elaborar el **plan de parto** entre las **semanas 28–32 del embarazo**, aunque se puede realizarlo en cualquier momento.
- ✓ Acudir a las clases de **Educación Maternal**, ayudarán a mejorar la experiencia del embarazo y parto. La información obtenida en dichas clases, puede orientar en la elaboración de un plan de parto adecuado a las posibilidades. Comente su contenido con la matrona o el médico que están realizando el seguimiento del embarazo, para valorar posibles incompatibilidades.
- ✓ Puede enviar este plan de parto **complimentado** a la cuenta de correo: [plandeparto.hdoc@salud.madrid.org](mailto:plandeparto.hdoc@salud.madrid.org), desde donde el equipo asistencial valorará la solicitud y responderá a las peticiones planteadas.

En este documento se reflejan además, las posibilidades que ofrece el **Hospital Universitario 12 de Octubre** y excluye prácticas desaconsejadas por la evidencia científica. Nuestra maternidad tiene acreditación IHAN, Iniciativa para la Humanización de la Atención del Nacimiento y la Lactancia de OMS/UNICEF. Si surgen circunstancias imprevisibles, el personal sanitario propondrá la intervención más oportuna y la realizará tras informarle y pedir su consentimiento. Refleje, en la parte posterior sus propuestas alternativas al plan que se le presenta.

Puede modificar sus preferencias en cualquier momento, según su estado y el desarrollo de los acontecimientos.

Lectura recomendada:

**Guía de práctica clínica sobre atención al parto normal.** Disponible en: <http://www.mschs.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equida/guiaPracClinPartoCompleta.pdf>



## QUE SABER SOBRE EL PARTO

### ¿Cuándo ingresar?

- **Preferiblemente cuando esté en la fase activa del parto**, los ingresos precoces en la fase previa denominada **fase prodrómica**, tienen mayor riesgo de requerir intervenciones adicionales. Este periodo inicial tiene una duración variable y puede hacer uso de recursos para el alivio del dolor como caminar, diferentes posturas, baños/duchas de agua caliente, pelotas suizas, etc., de manera preferente en su domicilio, aunque puede valorarse el ingreso según cada caso.
- **Si rompe aguas antes de empezar el trabajo de parto**, el proceder habitual en nuestro hospital es, **esperar 12 horas al inicio espontáneo del mismo**. Transcurrido ese tiempo, si no ha empezado el trabajo de parto, se comenzará con el **proceso de inducción**. Si no existen signos de alarma y usted así lo desea, puede demorarse el comienzo de la inducción, sabiendo que aumenta ligeramente el riesgo de infección.
- **El Área de Expectantes**, donde ingresará en estas ocasiones, consta de habitaciones dobles, pudiendo estar acompañada en todo momento, por una persona de su elección.

### ¿Dónde ingresaré en periodo de dilatación?

- **En la zona de Paritorio** existen 7 habitaciones individuales con aseo denominadas **Dilataciones**. Durante todo el proceso del parto podrá estar acompañada por **la persona** de su elección. Los cambios de acompañante, las visitas durante el trabajo de parto, etc. interrumpen la concentración e intimidad necesaria para la evolución correcta del mismo.
- **El parto de curso normal** es atendido por una **matrona o matrona y/o residentes de matrona y ginecología**, ayudados por un técnico de cuidados auxiliares de enfermería, intentando que sea atendida por el mismo profesional durante todo el proceso.
- Existe un **equipo de ginecólogos** disponible en todo momento por si aparece cualquier incidencia durante su parto.

### ¿Qué procedimientos se realizan durante la dilatación?

- Se le canalizará una **vía venosa** a su llegada a Dilatación por si requiere medicación intravenosa durante el proceso.
- **No se realiza rasurado del periné, ni administración de enema rutinaria, ni amniorrexis (rotura artificial de membranas), ni administración de oxitocina de forma rutinaria.** En caso de estar indicado alguno, se le informará del motivo y se solicitará su consentimiento verbal. El **sondaje vesical** solo se realizará en caso necesario (habitualmente de manera intermitente en pacientes con analgesia epidural).
- **La monitorización fetal** se realizará de manera continua, pudiendo realizarse periodos intermitentes sin monitorización si las condiciones lo permiten. Disponemos de monitores inalámbricos que permiten la movilidad en **Dilatación** y en el pasillo adyacente.

## QUE SABER SOBRE EL PARTO

➤ Si requiere cesárea, podrá estar acompañada por una persona en el quirófano (preferentemente la elegida para acompañarle en el proceso de dilatación), en caso de emergencia vital para usted o el recién nacido o anestesia general, no será posible. El Contacto piel con piel (CPP) con su bebé se continuará en el Servicio de Reanimación siempre que no exista contraindicación para ello.

### ¿Podré beber y caminar?

➤ Sí, es recomendable estar **bien hidratada** durante el proceso de parto con agua y bebidas isotónicas, incluso con analgesia epidural. Por razones médicas puede pedírsele que suspenda la ingesta oral. **Caminar y adoptar la postura que le sea más cómoda** durante el parto es recomendable por favorecer la correcta evolución de este. Puede poner música (a un volumen que no moleste al resto de mujeres y profesionales), leer o utilizar otros recursos si lo desea.

### ¿Qué métodos puedo utilizar para el alivio del dolor?

- **Métodos no farmacológicos:** disponemos de pelotas suizas, bolsas de semillas, sillas de parto y cojines de los que puede hacer uso para alivio de molestias o dolor.
- **Analgesia epidural** es una alternativa cuando los métodos de alivio del dolor no farmacológicos no resulten suficientes. Se administrará solo cuando usted lo solicite y no exista contraindicación médica. **La walking o mobile epidural** es una analgesia que permite la deambulación de la gestante. Para su administración deberá estar siempre acompañada.

### ¿Cómo se hará el alumbramiento o expulsión de la placenta?

- Por protocolo se realizará **alumbramiento dirigido**, administrando oxitocina tras el nacimiento del bebé. Hay evidencia de que reduce el riesgo de hemorragia postparto. Puede solicitar alumbramiento no medicalizado siempre que no existan complicaciones durante el mismo.
- Puede **donar la sangre del cordón umbilical** a un banco público o privado. En el caso de donación a banco público, se demorará igualmente el corte del cordón umbilical hasta pasados los primeros 60 segundos.
- Si desea llevar la placenta consigo tras el nacimiento, solicítelo antes del parto, siempre que las serologías de enfermedades infecciosas sean negativas (recibirá una autorización escrita para ello).

### ¿Qué cuidados se realizan al bebé tras el nacimiento?

- Se le colocará inmediatamente sobre su cuerpo piel con piel, donde se le evaluará y realizará el test de Apgar. Si el bebé requiere reanimación se le llevará a una cuna presente en el paritorio y se reiniciará el CPP tan pronto como sea posible.
- Se realizará corte tardío del cordón umbilical de manera rutinaria de al menos 60 segundos tras el nacimiento.
- Algunos cuidados como, administración de **profilaxis ocular y antihemorrágica, peso, talla, etc., se realizan tras las 2 primeras horas** de vida, para no interferir en el contacto piel con piel y el inicio de la toma al pecho (si esta ha sido su elección).
- Secaremos al bebé con toallas calientes sobre su cuerpo. La evidencia científica recomienda **no realizar el aseo del Recién Nacido hasta pasadas las primeras 24 horas de vida**, para evitar la pérdida de calor y la retirada de la grasa corporal que le protege.