

## Mi Plan de Nacimiento

Entiendo la importancia de la atención colaborativa para planear una experiencia de nacimiento segura y acogedora. He hablado de mi plan y preferencias para el nacimiento con mi médico o partera antes del parto.

Por favor, traiga este plan con usted cuando venga a dar a luz.

Madre: \_\_\_\_\_

Pareja: \_\_\_\_\_

Bebé: \_\_\_\_\_

Médico/Partera: \_\_\_\_\_

Pediatra/Médico de cabecera: \_\_\_\_\_

Doula: \_\_\_\_\_

### ENTORNO

- Me gustaría limitar el número de invitados en mi habitación mientras esté en el transcurso del parto, colocando un letrero en la puerta de mi sala de Parto y Alumbramiento
- Me gustaría que estuvieran las luces tenues durante el parto
- Tengo intención de traer música de casa (mi propio reproductor de MP3, de CD, etc.)
- Tengo intención de traer aceites esenciales/ aromaterapia (sin llamas, humo ni difusores, por favor)
- Tengo intención de traer un punto focal de mi casa
- Me gustaría tener la opción de usar hidroterapia (regadera o tina)
- Preferiría un parto natural (sin medicamentos para el dolor ni anestesia epidural)
- Por favor, no me ofrezcan ningún tipo de medicamento para el dolor; si decido usar medicamentos para el dolor o anestesia epidural, yo los pediré
- Tengo intención de usar medicamento para el dolor por vía intravenosa para enfrentar el dolor del transcurso del parto y el nacimiento
- Tengo intención de usar anestesia epidural para enfrentar el dolor en el transcurso del parto y el nacimiento

### PARTO

- Me gustaría tener libertad de movimiento durante el transcurso del parto (caminar, estar de pie, sentarme, arrodillarme, usar la pelota de nacimiento, etc.), si es seguro y posible
- Me gustaría que taparan mi vía intravenosa (solución salina) para poder moverme con libertad durante mi transcurso del parto
- Estoy considerando usar medicamentos para el dolor o que me pongan anestesia epidural, pero lo decidiré cuando esté en trabajo de parto
- Preferiría esperar a que se rompa espontáneamente la membrana amniótica (bolsa de agua). Si surge la necesidad de romper la bolsa de agua, por favor, hablen conmigo antes de hacerlo

## Mi Plan de Nacimiento

### NACIMIENTO

- Me gustaría usar un espejo para ver el nacimiento de mi bebé
- Me gustaría que el cordón umbilical lo cortara la persona siguiente:

---

- Me gustaría que se retrasara pinzar y cortar el cordón umbilical, si es seguro y posible
- Estoy planeando almacenar en un banco la sangre del cordón umbilical de mi bebé, y traeré el equipo de recogida de sangre del cordón umbilical

### CESÁREA

- Mientras esté en el quirófano, la persona que me apoye será:
- 
- Quisiera pedir a mi anestesiólogo que baje la pantalla para poder ver el nacimiento de mi bebé
  - Si mi anestesiólogo determina que es seguro y es posible, me gustaría tener un brazo libre para poder tocar a mi bebé
  - Me gustaría que mi persona de apoyo corte (reduzca) el cordón umbilical
  - Me gustaría que se coloque a mi bebé piel con piel en el quirófano

### CUIDADO DEL RECIÉN NACIDO

- Si mi bebé necesita alejarse de mi lado por cualquier razón, me gustaría que la siguiente persona lo acompañe, y que esté presente durante todos los procedimientos siempre que sea posible:

---

- Si se está realizando un procedimiento doloroso a mi bebé (circuncisión, prueba metabólica, etc.) y normalmente se usaría agua con azúcar, me gustaría que me consultaran primero
- Si mi bebé necesita fórmula por una razón médica, me gustaría que me informaran primero
- Si mi bebé requiere suplemento continuo, me gustaría que mi enfermera me ayudara a aprender cómo usar métodos de alimentación alternativa, como un dedo, cuchara, vaso y/o jeringa para mi bebé
- Si tengo un niño, tengo intención de que le hagan la circuncisión

Otras peticiones o deseos especiales para mi experiencia de nacimiento u hospital:

---

---

---

---

---

---