

Plan de Parto: Para discutir con su persona de apoyo antes de ir al hospital.

Mi nombre:

El nombre y el número de teléfono de mi partera:

Nombre:

Número de teléfono:

Mi fecha de parto:

¿Dónde planeo tener mi bebé?

Mi alumbramiento está planeado como (marca uno):

- Vaginal
- Cesárea
- VBAC

¿Quién es mi persona de confianza?

Nombre:

Número de teléfono:

Relación:

¿Quién más quiero conmigo en el trabajo de parto y en el parto?

¿Qué tipo de apoyo quiero durante el trabajo de parto (marca uno)?

- Ayuda para respirar
- Ayuda para trabajar durante las contracciones
- Ayuda para relajarse entre las contracciones
- Ayuda para moverse
- Masajes
- Otros:

¿Qué me ayuda a relajarme que puedo llevar al hospital (esto es, los aceites esenciales, un kit de dibujo, etc.)?

¿Quiero poder moverme libremente durante el trabajo de parto (marca uno)?

- Sí
- No

¿Quiero comer y beber libremente durante el trabajo de parto (marca uno)?

- Sí
- No

¿En qué posiciones quiero estar durante el trabajo de parto (dibuje un círculo alrededor todo lo que corresponda)?

- Tirada
- Sentada
- Sentada en una pelota de parto
- De pie
- Moviendome
- Otros:

¿Qué tipos de medicamentos, si los hay, quiero ayudar para los dolores de parto?

Si es necesaria una cesárea, me gustaría (marca uno):

- Mi persona de apoyo se quede conmigo
- La cirugía se explique en el momento
- Tener contacto de piel a piel con mi bebé lo antes posible
- Amamantar en la sala de recuperación

¿Me gustaría evitar una episiotomía si es posible (marca uno)?

- Sí
- No

¿Quiero retrasar el corte del cordón umbilical?

- Sí
- No

¿A quién quiero que corte el cordón umbilical?

¿Quiero abrazar a mi bebé tan pronto como nazca (marca uno)?

- Sí, contacto inmediato de piel a piel hasta que mi bebé haya amamantado con éxito (por favor, retrasar la pomada en los ojos y los exámenes)
- No, quiero que mi bebé lo sequen y envuelvan primero

¿Quiero que mi bebé esté conmigo todo el tiempo después del nacimiento, o está bien que mi bebé pase tiempo en el cunero (marca uno)?

- Conmigo en todo momento
- Está bien estar en el cunero

¿Quiero amamantar a mi bebé?

- Sí
- No

¿Si mi bebé es un niño, quiero que sea circuncidado (marca uno)?

- Sí, en el hospital
- Sí, pero no en el hospital
- No

¿Hay alguna tradición especial que quiera que tenga lugar cuando nazca mi bebé?

¿Hay otros problemas que el hospital o el personal médico deben saber sobre mí o sobre el nacimiento de mi bebé?

