

PLA DE NAIXEMENT

Data.....

El pla de part és un document en el que pots expressar les teves preferències durant el procés de part i puerperi immediat amb l'objectiu de millorar l'assistència rebuda en el moment del naixement del teu fill.

No és un contracte. Les necessitats poden variar segons l'evolució del procés i pot ser modificat per tu mateixa i/o per l'equip que t'atén.

L'equip assistencial que t'acompanyarà, vetllarà per la teva salut i la del teu fill.

- Has fet educació maternal? Sí No
- És el teu primer part? Sí No

PREFERÈNCIES EN EL MOMENT DEL NAIXEMENT

Durant el treball de part, podràs estar acompanyada per una sola persona que tu hauràs triat. S'evitaran els canvis d'acompanyant per tal de preservar la teva intimitat i la de les altres dones.

Durant tot el procés del teu part estaràs acompanyada per la mateixa llevadora fins que acabi el seu torn i és possible que també ens acompanyi un resident (metge o infermera que s'està especialitzant en obstetrícia o llevadora respectivament), ja que som un hospital docent. En aquest cas t'ho farem saber en el moment de l'ingrés.

Durant tot el procés m'acompanyarà:

Preferències relacionades amb l'espai físic:

- M'agradaria, sempre que sigui possible, fer la dilatació i el part en el mateix espai.
- M'agradaria escoltar música.
- Hi ha possibilitat de portar de casa algun objecte de confort: coixí, mitjons, MP3, samarreta.....
- M'agradaria gaudir d'un ambient tranquil i que es respecti la meva intimitat.
- M'agradaria que la il·luminació fos tènue.
- Altres.....

Preferències relacionades amb els procediments de dilatació:

L'equip assistencial t'informarà sobre aquells procediments que siguin necessaris realitzar durant el part. Com a mesura preventiva, un cop realitzat l'ingrés per treball de part, es canalitzarà una via venosa per si es produeix alguna situació que requereixi l'administració de medicació intravenosa.

En un part de baix risc es permet la ingesta oral lliure de líquids (no làctics). Pots portar de casa alguna beguda isotònica.

- Preferiria mantenir la bossa de les aigües íntegra i si fos necessari trencar-la, que se m'expliqui els motius.
- En cas que sigui necessari l'administració d'un fàrmac, vull que se m'informi adequadament. Entenc la necessitat d'utilitzar fàrmacs en cas de ser un part provocat o hagi alguna complicació.
- M'agradaria moure'm i canviar de posició lliurement.
- Altres.....

Monitoratge fetal:

- Sempre que sigui possible preferiria que es controlés el batec fetal mitjançant monitoratge intermitent.
- Entenc la necessitat de monitoratge continu del batec fetal en cas d'administració d'algun medicament, anestèsia epidural o si els professionals que m'atenen ho creuen necessari, prèvia informació.

Alleujament del dolor:

- Utilització de relaxació/ tècniques de respiració.
- M'agradaria disposar de material de suport: pilota, coixins, mirall, cadira de parts...
- Massatges, escalfor local.
- Utilització d'aigua: dutxa.
- Altres.....

M'agradaria:

- Provar de parir sense cap tipus d'analgèsia.
- Que em posessin anestèsia local només en cas de sutura.
- Disposar de l'analgèsia epidural quan la necessiti prèvia informació del moment més adient.
- Altres.....

Altres qüestions durant el període de expulsió:

L'episiotomia **no és una pràctica sistemàtica** sinó que es valora la necessitat de fer-la de manera individualitzada. Sempre es valora en el moment del naixement del nadó i dependrà de diferents factors com l'elasticitat del perineu, l'estat del nadó i/o dona i tipus de part.

M'agradaria:

- Fer donació de la sang de cordó umbilical.
- Que tallés el cordó umbilical la meva parella.
- Tallar el cordó quan deixi de bategar.
- Veure el naixement del meu nadó i tocar-lo abans de néixer.
- Altres.....

Preferències relacionades amb la rebuda del nadó

Tan aviat com el nadó neixi es posarà en contacte pell amb pell amb la mare ja que té efectes beneficiosos per tots dos: manteniment de la temperatura, disminució del plor del nadó, afavoreix l'establiment del vincle i facilita l'alletament matern, entre d'altres.

El nadó no es separa en cap moment dels pares, excepte en aquells casos que presentin necessitats específiques que ho justifiquin i que seran informades.

M'agradaria:

- Agafar-lo només néixer tret que sigui un part instrumentat o cesària.
- Poder tenir-lo en contacte pell amb pell el màxim de temps possible. En cas que jo no pugui fer-ho, que el meu fill pogués estar en contacte pell amb pell amb el meu acompanyant.
- Que les exploracions, valoracions i primeres cures siguin en la meua presència.
- Altres.....

Primeres cures del nadó

L'objectiu de l'administració de la vitamina K és reduir el risc d'hemorràgies del nounat. El dèficit de vitamina K es relaciona amb patologia poc freqüent però molt greu. Es recomana que sigui injectada per via intramuscular en una dosi única, ja que té una eficàcia més alta.

Altres cures que es realitzen al nadó són l'administració d'una pomada oftàlmica antibiòtica per prevenir conjuntivitis neonatal.

- M'agradaria que es demorés l'aplicació de la pomada oftàlmica per reduir la interferència visual amb la mare. Que s'administri abans del trasllat a planta.

Post part immediat a la Sala de Parts

Un cop finalitzat el part, romandreu encara una estona a la Sala de Parts abans del trasllat a l'habitació. Es recomana que el teu acompanyant estigui al teu costat durant aquesta estona. Durant aquest moment el nadó està molt actiu i serà un moment únic, especial i irrepetible.

Alimentació del nadó:

- Iniciar l'alletament matern el més aviat possible a la sala de parts.
- Alimentació amb lactància artificial (biberó).
- M'agradaria que se'm consultés abans d'administrar qualsevol tractament, aliment o xumet al meu nadó.
- M'agradaria que només es suplementi la lactància materna en cas d'indicació clínica.
- En cas d'haver de suplementar l'alletament matern, m'agradaria fer-ho amb cullera, xeringa o altres mètodes que no interfereixin en l'alletament matern.
- Altres

Estada a planta de Maternitat

L'estat emocional de la mare i del nadó és molt millor si estan junts i no hi ha separació física entre ells.

És important mantenir a l'habitació un ambient tranquil: la presència de visites a l'habitació és positiva quan són adequades (poca quantitat i no alteren l'evolució normal del post part). Un excés de visitants és contraproductiu.

El temps d'estada a planta dependrà de si ha estat un part normal (estada 48 hores) o una cesària (estada 3-4 dies).

En el nostre centre hi ha la possibilitat d'alta precoç, a partir de les 24 hores postpart, sempre que l'estat de salut teu i del teu fill sigui òptim i amb el compromís de tornar entre el 3è i 5è dia per a una valoració clínica posterior.

- M'agradaria optar per una Alta Precoç.
- M'agradaria poder estar present en tots els procediments que se li hagin de fer al meu nadó (visita mèdica, cura del melic, bany, controls...).
- Altres.....

Si tens alguna necessitat especial que no quedi reflectida en aquest document, pots comentar-la amb l'equip assistencial que vetllarà per fer possible que es compleixin les teves expectatives durant el naixement del teu /vostre fill.

Comenta aquest document amb la llevadora i lliura-ho a l'equip de guàrdia en el moment d'ingrés a l'hospital.