



¡Pronto se convertirá
EN UNA BELLA MAMÁ!

Trabajo de parto y parto

Está culminando el embarazo y se acerca el parto, tranquila si comprende lo que le está sucediendo y aprende lo que ocurre durante el parto será una experiencia más agradable para disfrutar el nacimiento de su hijo.

Estas son las etapas del trabajo de parto:

1. Fase de inicio o latente:

Esta etapa es la más larga y menos intensa, puede presentarse la pérdida del tapón mucoso, ruptura de membranas o inicio de las contracciones esporádicas y de baja intensidad, que duran de 30 a 60 segundos cada una y ocurren con una frecuencia que puede ir desde los 5 minutos hasta los 30 minutos o llegar a no sentir nada, se inicia con la dilatación, el borramiento y ablandamiento del cuello uterino, hasta los 3 centímetros.



2. Fase activa:

Las contracciones son más regulares, rítmicas y fuertes, con una frecuencia de 1 a 3 minutos y con una duración de 60 a 90 segundos. El cuello terminará de dilatarse por completo y la cabeza del bebé empezará a moverse hacia abajo a través del canal de nacimiento, permitiendo la salida del bebé. En este momento conviene poner en práctica las técnicas para aliviar el dolor como: respiración, posición y relajación.

3. Fase de nacimiento o expulsión:

Cuando se presenta el nacimiento, tendrá una sensación intensa de presión y estiramiento, lo que le provocará la sensación de pujar, las contracciones son más frecuentes y duraderas, deben aprovecharse al máximo y manejar la respiración rítmica. Es el momento en el que necesita poner todo su esfuerzo; el pujo no debe realizarse hasta que el médico/a le indique, para evitar la inflamación del cuello, esta fase culmina con el nacimiento del bebé.

4. Fase de alumbramiento:

Es el momento de la salida de la placenta, las membranas y el resto del cordón umbilical, su desprendimiento del útero se presenta entre los 20 y 30 minutos después de haber nacido el bebé, pueden existir contracciones menos dolorosas. Luego de la expulsión de la placenta (si es necesario) se realiza la sutura, luego se comprueba que el útero se ha contraído bien y que no sangra en exceso, por último el personal hospitalario limpia y desinfecta la zona genital.





¿Quiere saber las características de cada tipo de parto?

¡Aquí le contamos!

Parto normal:

- Menor tiempo de hospitalización.
- Menor tiempo de recuperación y dolor en el post-parto.
- Retorno rápido a la actividad física.
- Mejora la lactancia .
- Menor riesgo de lesiones abdominales (genito-urinarias e intestinales).
- Menor riesgo de infecciones puerperales.
- Óptima relación psico-afectiva madre-hijo.
- Mejor adaptación del recién nacido al nuevo ambiente.
- No presenta secuelas estéticas en el abdomen.

Parto por cesárea:

- Es una intervención quirúrgica para el nacimiento del bebé.
- Este método lo determina el médico cuando es más seguro que el vaginal, para la madre, el bebé o para ambos.
- Se realiza por medio de un corte (incisión) en el abdomen y en el útero de la madre. Estas incisiones pueden hacerse de arriba a abajo (verticalmente) o de un lado a otro (transversalmente).



Riesgos:

- *Infección de la incisión o del útero.*
- *Pérdida importante de sangre.*
- *Problemas causados por la anestesia (náuseas, vómitos y fuerte dolor de cabeza).*
- *Problemas respiratorios en el bebé si nació antes de la fecha probable de parto.*
- *Hospitalización más larga que un parto normal.*
- *Riesgos para un embarazo futuro, puesto que una mujer a quien se le ha hecho una cesárea podría tener problemas para intentar partos vaginales en el futuro.*

Considerando lo anterior, el parto por cesárea abarca varios aspectos que se deben analizar cuidadosamente con su médico, él determinará si lo mejor para usted y su bebé, será tener un parto normal o una cesárea.

Asegúrese, pregunte y resuelva todas sus dudas, antes de tomar una decisión para su parto que es un momento tan único en su vida.



Queremos acompañarla

EN LA MEJOR ETAPA DE LA VIDA:

SER MAMÁ.