



PLA DE PART I NAIXEMENT

El Pla de part i naixement és un document en el que podeu expressar els vostres desitjos i preferències sobre com voleu que transcorri el vostre procés de part i puerperi immediat.

Si tens dubtes sobre les opcions del Pla de Part disposem de documents sobre les cures durant el part a la nostra web. També pots consultar amb la teva llevadora d'atenció primària.

Pla de part de (nom i cognoms):

Edat:___ Nombre de parts anteriors:___

Assistència al curs de Preparació al Naixement: Sí No

En cas afirmatiu, nombre de classes:

Acompanyants

Durant el treball de part, podreu estar acompanyades per una sola persona que vosaltres haureu triat. S'evitaran els canvis d'acompanyant per tal de preservar la vostra intimitat i la de les altres dones.

Estareu acompanyades per una llevadora, que serà la vostra professional referent i que us assistirà durant tot el procés. La llevadora, mantindrà un contacte continu amb tot l'equip de guàrdia, el qual vetllarà per la vostra salut i la del vostre fill (obstetres, anestesiòlegs, neonatòlegs, infermeres i auxiliars d'infermeria)

Dilatació

L'etapa de dilatació és variable d'una dona a una altre. També depèn de si és el seu primer part o no. Aquesta etapa està marcada per les contraccions, que han de ser rítmiques i regulars, per preparar el coll uterí per la sortida del nadó.

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.



Ambient i confort durant la dilatació:

Durant aquesta primera etapa és important que esteu còmodes i en intimitat. A les sales de part es poden crear diferents intensitats de llum, i també hi ha l'opció d'escoltar música.

(Pots marcar més d'una opció)

- M'agradaria poder optar a diferents intensitats de llum
- Escoltar música durant la dilatació
- Portar la meva pròpia música de casa
- Altres preferències.....

Mobilitat durant la dilatació:

En aquesta etapa, és important adoptar diferents posicions amb les quals et trobis còmoda i mobilitzar-te si així ho desitges. Podràs adoptar diferents postures al llit articulat, passejar pel passadís de la Sala de Parts, fer exercicis amb la pilota, utilitzar una cadireta de part, etc...

M'agradaria:

(Pots marcar més d'una opció)

- Passejar
- Poder romandre al llit estirada
- Poder utilitzar el següent material de suport:
 - Pilota
 - Cadira de parts
 - Coixins
 - Mirall
 - Altres_____
- No tinc preferències

Ingesta de líquids:

Durant la dilatació, i sempre que no estigui contraindicat, es permetrà la ingesta líquida, preferentment begudes isotòniques, suc i aigua.

Prefereixo:

(Marca una de les opcions)

- Ingerir líquids durant el part
- No beure durant la dilatació (la hidratació es realitzarà mitjançant seroteràpia)



Mètodes per alleugerir el dolor:

Podràs decidir si desitges analgèsia peridural per alleugerir el dolor o utilitzar altres mètodes no farmacològics com la immersió en aigua, els massatges, l'estoreta de calor per a la zona lumbar o l'òxid nítrós. La llevadora que us acompanya us anirà aconsellant sobre el què és el més adequat en cada etapa del part

M'agradaria :

(Pots marcar més d'una opció)

- Tenir un part amb analgèsia epidural
- Intentar tenir un part sense analgèsia epidural
 - Començar amb mètodes no farmacològics per alleugerir el dolor i després decidir si desitjo l'analgèsia peridural
 - Òxid nítrós (gas d'inhalació)
 - Utilitzar la banyera durant la dilatació / dutxa aigua tèbia
 - Que m'aconsellin sobre tècniques de relaxació per alleugerir del dolor i sobre la realització de massatges per part de la meva parella/acompanyant. (Pots portar olis naturals o essencials)
 - Portar les meves teràpies per alleugerir el dolor (homeopatia, flors de Bach, aroma teràpia, etc.) Especifica quina/es:
.....
 - Altres mètodes.....
.

Valoració Del Benestar Fetal:

Per a la valoració del benestar del vostre nadó, escoltarem el seu batec durant el treball de part mitjançant la monitorització. Si el teu part no és de risc i transcorre amb normalitat, es pot anar escoltant el batec de manera intermitentment.

Si durant el treball de part s'administra oxitocina, analgèsia peridural o hi ha alguna altre situació que ho requereixi, serà necessària una monitorització contínua del batec, per poder realitzar un control adequat del benestar del teu fill.

M'agradaria:

(Marca una de les opcions)

- Monitorització contínua amb transductors inalàmbrics (permeten la mobilització)
- Monitorització intermitent
- No tinc preferències



Atenció durant l' Expulsiu

El moment de l' expulsiu és molt especial, ja que és el moment en que el teu/vostre fill/a surt a l'exterior, neix.

Posició durant el naixement:

La llevadora pot aconsellar-vos determinades posicions, en funció de les teves necessitats i les del nadó. Aquestes posicions poden facilitar la visualització del perineu i permetre una protecció activa per tal d'evitar esquinçaments.

(Marca una de les opcions)

- M'agradaria escollir la posició sempre que sigui possible
- D'entrada m'agradaria adoptar la següent posició durant l' expulsiu:.....
- No tinc preferències

Expulsiu / Episiotomia:

L' episiotomia **no és una pràctica sistemàtica** sinó que es realitza de manera selectiva, és a dir, sempre és valorada 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.

Donació de Sang de Cordó Umbilical:

La Donació de Sang de Cordó consisteix a donar, en el moment del part, la sang que es troba a l' interior del cordó umbilical que uneix la mare i el nadó. Es realitza un cop tallat aquest, no és dolorós i no comporta cap risc. Sí que és necessari, fer el pinçament del cordó tan aviat com sigui possible, per poder recollir el màxim volum de sang.

L'Hospital de Sabadell, recolza totalment el programa de recollida de Sang de Cordó Umbilical i us agraeix la vostra donació altruista, per tal de contribuir a la curació de malalties com la leucèmia i d'altres tipus de càncer.

(Marca una de les opcions)

- M'agradaria fer donació de Sang de Cordó Umbilical al banc públic i autoritzo la donació.
- No desitjo fer donació de Sang de Cordó Umbilical.



Secció del cordó umbilical:

El cordó umbilical es tallarà a partir del segon minut del naixement o un cop aquest hagi deixat de bategar, llevat que existeixi alguna circumstància justificada que faci necessari realitzar-lo abans.

En cas de donació de Sang de cordó es seguirà el protocol establert, del qual haureu obtingut informació abans de signar el consentiment.

(Marca una de les opcions)

- M'agradaria que no es tallés el cordó umbilical fins que deixi de bategar.
- M'agradaria que jo o la meva parella/acompanyant puguem tallar el cordó umbilical, sempre segons les indicacions del personal sanitari i, sempre que les circumstàncies ho permetin
- No tinc preferències

Atenció durant el Deslliurament

El període de deslliurament succeeix entre el naixement del vostre fill i la sortida de la placenta.

Es recomana un maneig actiu d'aquest període (amb l'administració d'oxitocina) per facilitar i accelerar la sortida de la placenta ja que redueix el risc de sagnat postpart.

Si no vols aquesta opció s'esperarà al deslliurament espontani o fisiològic deixant que la placenta surti sola (sense fer cap maniobra ni administració de medicació)

(Marca una de les opcions)

- Prefereixo un deslliurament dirigit amb l'administració d'oxitocina.
- Prefereixo un deslliurament espontani.
- No tinc preferències .



Com rebrem al vostre nadó?

Tan aviat com el nadó neixi aquest es mantindrà en contacte pell amb pell amb la mare. El contacte pell amb pell té efectes beneficiosos com són el manteniment de la temperatura, disminuir el plor del nadó, augmenta el temps de lactància materna, entre d'altres.

Després del contacte amb els pares i transcorregut el període pell amb pell, es procedirà a la identificació i valoració del nadó per part de la llevadora en presència dels pares.

El nadó no es separa en cap moment dels pares, excepte en aquells casos que presentin necessitats específiques, que justifiquin el seu ingrés a la unitat neonatal.

M'agradaria:

- Afavorir el contacte precoç pell amb pell només néixer.
- En cas que jo no pugui fer-ho, que el meu fill pogués estar en contacte pell amb pell amb el meu acompanyant.
- Iniciar la lactància a Sala de parts, tan aviat com sigui possible
- No tinc preferències

Postpart

De la mateixa manera que és important tenir clar com voldríeu que fos el vostre part, també ho és saber què voldreu i què no, en el postpart. Cal decidir prèviament, aspectes tan rellevants com el tipus de lactància o les cures que se li proporcionaran al nou-nat, entre d'altres.

Postpart immediat a 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 la vostra parella o acompanyant estigui al vostre costat durant aquesta estona. Durant aquest moment el bebè està molt reactiu, cal doncs, no perdre's aquest instant tan especial per a la parella, únic i irrepetible.



Cures del nadó

Transcorregut el temps de contacte pell amb pell amb la mare, es farà una valoració i unes primeres cures del nadó per part de la llevadora. Aquestes es faran en presència dels pares.

Administració de Vitamina k:

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 una 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. Si rebutgeu l'opció de la via intramuscular, es pot optar per la via oral. Heu de tenir en compte que la seva eficàcia és menor i que seran necessàries tres dosis.

(Marca una de les opcions)

- Prefereixo que s'administri al meu fill /a la vitamina K intramuscular
- Conec que l'eficàcia de la Vitamina K oral es menor, però tot i així ho prefereixo. Signaré el consentiment informat on em comprometo a administrar les altres dosis.

Profilaxis de la oftàlmia neonatal:

Altres cures que se li realitzen al nounat són l'administració d'una pomada oftàlmica antibiòtica per prevenir la oftàlmia neonatal.

(Marca una de les opcions)

- M'agradaria que es demorés l'aplicació de la pomada oftàlmica per reduir la interferència visual amb la mare (s'administrarà abans del trasllat a planta)
- No tinc preferències

Cures del nadó durant l'estància a la maternitat

L'estat emocional, tant de la mare com del nado, és molt més bo si estan junts i no hi ha separació física entre ambdós.

(Marca una de les opcions)

- No m'agradaria separar-me del meu nadó en cap cas, si no és estrictament necessari podent estar present en tots els procediments que se li hagin de fer (analítiques, visita pediàtrica, cura del melic, etc...)
- No tinc preferències



Alimentació del nadó :

Des de l'hospital de Sabadell recolzem i animem a les mares perquè optin per alimentar al seus fills de manera natural amb un alletament matern.

(Pots marcar més de una opció)

- M'agradaria fer lactància materna
- Voldria fer lactància artificial
- 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.

Estada a la Maternitat:

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

Hi ha la possibilitat d'optar per **l'alta precoç** (a partir de les 24h postpart), sempre que el vostre estat de salut i el del vostre nadó sigui idoni per poder-vos recuperar a casa i continuar el seguiment ambulatori.

(Marca una de les opcions)

- M'agradaria optar per una Alta Precoç si és possible (Alta el més aviat possible amb seguiment ambulatori)
- No ho he decidit encara



Necessitats i situacions especials

Si tens alguna necessitat especial, 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.

Altres comentaris:

Recorda que, un cop omplert el vostre pla de part és important comentar-lo amb la vostra llevadora d'atenció primària i lliurar-lo a l'equip de guàrdia el dia de l'ingrés a l'hospital.

Finalment, el Servei de Ginecologia i Obstetrícia de l'Hospital de Sabadell, us s'volem agrair la confiança dipositada en el nostre centre i esperem que visqueu el naixement del vostre fill, com una experiència segura, tranquil·la i plenament gratificant.