



## Pla de naixement

---

L'equip d'obstetrícia de l'Hospital Germans Trias us ofereix una atenció al part basada en el respecte, la seguretat i la professionalitat. Per tal de millorar la vostra experiència sobre el part hem elaborat aquest document que pretén recollir els vostres desitjos, preferències i expectatives sobre el naixement del vostre nadó. Si teniu dubtes sobre les diferents alternatives del Pla de Naixement els podeu consultar amb la vostra llevadora.

La llevadora serà la vostra professional de referència i us acompanyarà durant tot el procés. Ella mantindrà el contacte continu amb l'equip de guàrdia (obstetres, pediatres, anestesiòlegs, infermeres i auxiliars d'infermeria), el qual vetllarà per la vostra salut i la del vostre nadó.

Durant el part us podrà acompanyar la persona que escolliu. Convé d'evitar els canvis d'acompanyant per preservar la vostra intimitat i la de la resta de dones.

Vull estar acompanyada per:

- Nom acompanyant (una sola persona): \_\_\_\_\_
- Sense acompanyant.

## Ambient i espai físic

---

Germans Trias disposa de 3 sales d'exploració, 4 boxs d'observació, 2 dutxes, 4 boxs de dilatació amb lavabo incorporat, 2 sales de part, un quiròfan, 2 sales de reanimació/despertar i una sala de part natural.

Sempre que sigui possible, preferiria:

- Fer servir el circuit convencional de part (box dilatació, sala de part i box de reanimació).
- Fer servir la sala de part natural (dilatació i part en un únic espai i aplicació del protocol d'atenció al part natural sense anestèsia).
- Poder optar a diferents intensitats de llum.
- Escoltar música (haureu de portar el vostre aparell reproductor amb auriculars).
- Portar elements de confort (coixins, màrfega, altres).
- Altres:

## Atenció durant la dilatació

---

L'equip assistencial us informarà en tot moment sobre l'evolució del treball de part i sobre aquells procediments que calgui fer. A l'ingrés us col·locaran una cànula a la vena per si fos necessari administrar-vos medicació o si cal una actuació urgent, us faran les exploracions vaginals adients per poder valorar la progressió correcta del part i us controlaran la freqüència cardíaca fetal amb un monitor extern per valorar el benestar del nadó.

Si el vostre part és programat, induït o per cesària, intentarem respectar al màxim possible les vostres preferències. Tot i així, cal tenir present que qualsevol alteració de la normalitat o imprevist clínic poden fer canviar l'actuació segons els protocols del servei.

Sempre que sigui possible prefereixo que:

- No em rasurin.
- No m'administrin ènema.
- Les exploracions vaginals siguin les imprescindibles.
- No em trenquin la bossa de les aigües si no és necessari.
- No tinc preferències.

Durant la dilatació, sempre que no hi hagi cap contraindicació, podreu beure líquids, preferentment aigua, infusions o begudes isotòniques per mantenir una bona hidratació.

- Vull tenir la possibilitat de beure líquids durant la dilatació (haureu de portar-los).
- No vull beure (la hidratació es farà amb seroteràpia).
- Faré servir col·lutoris o pasta dental.
- Faré servir bastonets impregnats de glicerina amb sabor de llimona (n'hi ha al servei).

Per valorar el benestar del vostre nadó, sempre i quan no us administrin oxitocina, analgèsia peridural o es produeixi alguna situació de risc que demani un control constant, podeu escollir:

- Monitoratge extern continu.
- Monitoratge extern intermitent.
- No tinc preferències.

Per tal de disminuir el dolor, podeu decidir si voleu analgèsia epidural o fer servir altres mètodes. La llevadora us donarà suport psicològic i emocional i us aconsellarà sobre les diferents alternatives en cada etapa del part:

- Vull un part natural i poder disposar d'eines de suport al part. A la sala de part natural hi ha: balancí, banyera obstètrica, cordes, cadira de parts, llit obstètric, etc.
- Anestèsia epidural al més aviat possible.
- M'agradaria començar el part sense cap tipus d'anestèsia (amb mètodes alternatius) i decidir més endavant si és necessària.
- Relaxació i tècniques de respiració.
- Dutxa d'aigua calenta.
- Estimulació de la pell (massatge superficial, pressió-massatge, aplicació de calor o fred) amb l'ajuda del meu acompanyant.
- Llibertat de moviment (escollir la millor postura, caminar...).
- Elements de suport segons l'evolució del part (balanceig amb la pilota obstètrica)
- Altres mesures alternatives que feu servir habitualment (heu de portar el vostre material o tractament).

Especifiqueu quines:

## Atenció al naixement

---

El naixement és un moment únic. La llevadora us aconsellarà perquè pugueu participar-hi activament i, segons les vostres necessitats i les del nadó, us recomanarà les posicions que poden afavorir el naixement del vostre fill.

Sempre que sigui possible m'agradaria:

- Que el meu acompanyant pogués ajudar-me tota l'estona.
- Donar a llum amb la màxima intimitat possible.
- Disminuir l'estimulació lumínica i auditiva a sala de parts o al quiròfan
- Que em dirigeixin les contraccions.
- Esperar a tenir-ne ganes per començar a fer els espoderaments o quan en tingui sensació (no dirigit).
- Que no se'm facin maniobres de pressió sobre el fons uterí.
- Tenir un mirall per veure el nen quan surti.
- Estar mig incorporada fins a 45° (posició neutra) en cas de peridural.
- Estar en posició estirada de panxa enlaire (litotomia).
- Escollir la posició de part arribat el moment (a la sala de part natural).
- Evitar l'ús sistemàtic de l'episiotomia i protegir activament el perineu.
- No tinc preferències.

## Després del part

---

El període de deslliurament es produeix entre el naixement del vostre fill i la sortida de la placenta. A l'hospital fem un tractament actiu d'aquest període (administrem una dosi d'oxitocina) per reduir el risc de sagnat després del part.

El contacte immediat pell amb pell del nadó amb la mare li regula el ritme cardíac, la temperatura, la glucosa a la sang i el sistema immunitari. En les dues primeres hores de vida el nadó està despert i reactiu. Per això, en tot moment intentarem interferir al mínim possible per fomentar aquest vincle.

- M'agradaria iniciar el contacte pell amb pell amb el nadó immediatament després del naixement i, en el cas que jo no pugui fer-ho, que ho faci el meu acompanyant.
- M'agradaria que valoressin el nadó davant meu després del naixement.
- M'agradaria que el cordó umbilical es tallés un cop hagi deixat de batejar (pinçament de 3 a 5 minuts).
- Vull fer donació de cordó (pinçament al minut de vida).
- No tinc preferències per fer el pinçament.
- Preferiria que fessin totes les cures al nadó i que el vestissin abans d'agafar-lo.
- M'agradaria donar el pit al nadó al més aviat possible.
- Vull fer alletament artificial.
- No tinc preferències.
- Altres, especificar:

En sortir de la sala de parts, estareu aproximadament dues hores al box de despertar i reanimació fins que pugueu pujar a planta. Si el part és natural continuareu a la mateixa sala.

## Durant la meva estada a hospitalització

---

Estareu ingressada durant 4 dies si el part ha sigut per cesària o 2 dies si heu tingut un part vaginal. Si no hi ha cap complicació, podreu demanar l'alta precoç (24 hores) sempre que el pediatra i l'obstetra ho valorin i hi hagi contacte amb l'equip d'atenció primària.

- No vull que em separin del nadó, llevat que sigui estrictament necessari.
- Prefereixo ser present durant les cures o procediments que se li facin (exploració, bany...).
- No vull que donin al meu fill cap tipus d'aliment sense consultar-me.
- M'agradaria que la meva estada a l'hospital fos al més breu possible.
- No tinc preferències.

Observacions personals a afegir:

---

Data, nom, cognoms i signatura de la mare:

---