

Documento de colaboración para el parto

Birth Partnership Document (Spanish)

Este documento le ayuda a dar a conocer a su doctor o partera sus preferencias para su embarazo y su parto. Platique con ellos sobre los puntos en este documento durante sus citas para el cuidado prenatal. También puede utilizarlo para hablar sobre sus preferencias durante el parto con su familia y su equipo de atención médica. This document helps you share your preferences for pregnancy and labor with your doctor or midwife. Discuss the items in this document with them during prenatal care visits. You can also use it to talk about your preferences with your family and your care team during childbirth.

En este documento usted encontrará: In this document you will find:

Cosas importantes para platicarlas con su doctor o partera:

Important things to discuss with your doctor or midwife:

- Cuándo acudir al hospital: las diferencias entre el trabajo de parto inicial y el trabajo de parto activo. When to come to the hospital: the differences between early labor and active labor.
- Necesidades personales, religiosas y culturales en el hospital
Personal, religious, and cultural needs in the hospital
- Movimiento durante el trabajo de parto Movement during labor
- Medicamentos y otras maneras de sobrellevar el trabajo de parto
Medicines and other ways to cope during labor

Otras cosas que debe decidir por usted misma, con su pareja o con su equipo de apoyo:

Other things to decide on your own, with your partner, or with your support team:

- Preferencias para la labor de parto y en la sala de partos
Preferences in the labor and birth room
- Preferencias si necesita una cesárea
Preferences if you need a cesarean birth (c-section)
- Acerca del cuidado del recién nacido después del nacimiento
About newborn care for your baby after they are born

Etapa inicial del trabajo de parto vs. trabajo de parto activo: saber cuándo acudir al hospital

Early labor vs. active labor: knowing when to come to the hospital

Algunas decisiones sobre el trabajo de parto pueden cambiar su riesgo de cirugía u otros procedimientos médicos. Por ejemplo, permanecer en casa hasta que esté en trabajo de parto activo disminuye el índice de parto por cesárea (para partos sin complicaciones). **El parto por cesárea** es un procedimiento quirúrgico que se utiliza para alumbrar a un bebé a través de una incisión en el abdomen y el útero. Para muchas personas permanecer en casa durante el trabajo de parto inicial es una excelente opción. Otras pueden tener razones por las cuales irse al hospital antes es una opción conveniente. Hablar sobre las opciones con su médico o partera le puede ayudar a tomar las decisiones más adecuadas para usted y su bebé.

Some decisions about labor can change your risk for surgery or other medical procedures. For example, staying home until you are in active labor decreases the rate of cesarean birth (for uncomplicated labors). **Cesarean birth** (C-section) is a surgical procedure used to deliver a baby through an incision in the abdomen and uterus. For many people staying home in early labor is an excellent choice. Others may have reasons that mean coming to the hospital earlier is helpful. Talking about options with your doctor or midwife can help you make decisions that are best for you and your baby.

Las siguientes secciones le ayudarán a entender la diferencia entre las etapas del trabajo de parto en casa, de manera que sepa qué esperar durante cada etapa y cuándo llamar al hospital. Esto también le dará información para tomar su decisión sobre cuándo acudir al hospital.

The sections below will help you understand the difference between the stages of labor at home, so you know what to expect during each stage, and when to call the hospital. This will also inform your decision making about when to come to the hospital.

Etapa inicial del trabajo de parto: Cuando el cuerpo se está preparando lentamente para dar a luz, y el cuello uterino (parte baja del útero) comienza a ensancharse.

Early labor: When the body is slowly getting ready to give birth, and the cervix (lower part of the uterus) begins to widen.

Los signos de que su trabajo de parto está en la fase inicial incluyen:

- ✓ Intervalos de tiempo: Algunas contracciones más seguidas y otra más distanciadas.
- ✓ Intensidad: Algunas contracciones serán leves y otras dolorosas (como cólicos menstruales)

fuertes)

- ✓ Dolor de espalda, especialmente en la parte baja
- ✓ Duración: El trabajo de parto inicial puede durar solo unas horas, o hasta un día o más

Signs that your labor is in the early labor stage include:

- ✓ Timing: Some contractions will come close together and others will be far apart.
- ✓ Strength: Some contractions will be mild and some will be painful (like strong menstrual cramps)
- ✓ Backache, especially in your lower back
- ✓ Duration: Early labor can last just a few hours, or up to a day or more

¿Qué ayuda? What helps?

Una almohadilla térmica, moverse y tomar una ducha pueden ayudar durante el trabajo de parto inicial. A heating pad, moving around, and taking a shower can help in early labor.

¿Cuándo debo llamar al hospital? When should I call the hospital?

Una vez que el trabajo de parto inicial haya comenzado, llame al hospital si experimenta alguno de los siguientes síntomas:

- ✓ Vómitos que no paran después de haber dejado de comer o tomar líquido durante una hora.
- ✓ Sangrado vaginal con sangre regular de color rojo brillante en la ropa interior o toalla femenina. (Mucosidad mezclada con vetas de sangre rosa/roja/café es normal).
- ✓ Dolor extremo o un cambio repentino del dolor.
- ✓ Preocupación porque no puede sentir a su bebé moverse.
- ✓ Le está saliendo un líquido aguado, o algún líquido de color café o verde.
- ✓ Presión rectal, tal como una fuerte sensación de que necesita evacuar/defecar.

Once early labor has started, call the hospital if you experience any of the following:

- ✓ Vomiting that does not stop after an hour without food or drink.
- ✓ Vaginal bleeding of regular, bright red blood into your underwear or onto a pad. (Mucus mixed with streaks of pink/red/brown blood is normal).
- ✓ Extreme pain or a sudden change in pain.
- ✓ Concern that you cannot feel your baby move.
- ✓ You are leaking watery fluid, or any fluid with a brown or green color.
- ✓ Rectal pressure, such as a strong feeling that you need to have a bowel movement.

Nuestras enfermeras pueden ayudarle a decidir si es hora de ir al hospital, y también le pueden dar sugerencias para el manejo de la etapa inicial del trabajo de parto en casa. Llame a la línea de triaje al (734) 764-8134 si tiene preguntas durante la etapa inicial del trabajo de parto

Our nurses can help you decide if it is time to come to the hospital, and can also give you suggestions for working through early labor at home. Call triage at (734) 764-8134 if you have questions during early labor.

Trabajo de parto activo: Cuando su cuello uterino se ensancha para prepararse para el paso del bebé a través del canal de parto.

Active labor: When your cervix gets wider to prepare for the baby coming through the birth canal.

Las señales de que el trabajo de parto está en la etapa activa incluyen:

- ✓ Contracciones que ocurren cada 4 minutos o menos desde el inicio de una hasta el comienzo de la siguiente. Generalmente esto ocurre en un patrón consistente durante al menos una hora.
- ✓ Cada contracción en sí dura un minuto completo.
- ✓ Las contracciones se sienten mucho más intensas que la menstruación, y requieren su atención concentrada.
- ✓ Es muy difícil hacer cualquier otra cosa durante una contracción, e incluso entre contracciones usted probablemente preferirá enfocarse o descansar en lugar de hablar con otras personas.
- ✓ Las contracciones que siente ahora son mucho más intensas que las que sentía hace una hora. Las contracciones claramente se están haciendo más fuertes.

Signs that your labor is in the active labor stage include:

- ✓ Contractions occurring every 4 minutes or less from the start of one to the start of the next. Usually this happens in a consistent pattern for at least an hour.
- ✓ Each contraction itself lasts a full minute.
- ✓ The contractions feel much more intense than menstruation and require your focused attention.
- ✓ It is very difficult to do anything else during a contraction, and even between contractions you will probably prefer to focus or rest rather than talk with other people.
- ✓ The contractions you feel now are much more intense than what you felt an hour ago. Contractions are clearly getting stronger.

Cuándo acudir al hospital: Prepárese para estar cómoda quedándose en casa hasta que llegue el momento oportuno y aprendiendo las señales de que es hora de irse, la seguridad de quedarse en casa, y maneras de manejar los dolores durante la etapa inicial de la labor de parto.

When to come to the hospital: Prepare to be comfortable staying home until the best time by learning the signs it is time to come, the safety of staying home, and ways to work with early labor pains.

Hable con su doctor o partera sobre cuándo es el mejor momento para venir al hospital dependiendo de la posición de su bebé, qué tan lejos vive y cualquier otra consideración.

With your doctor or midwife, talk about when is the best time to come to the hospital depending on your baby's position, how far away you live, and any other considerations.

Cuando llegue al hospital When you arrive at the hospital

Las siguientes secciones están relacionadas con sus preferencias para el trabajo de parto una vez que llegue al hospital. The sections below are related to your preferences for labor when you arrive at the hospital.

Preferencias personales, religiosas o culturales Es posible que tenga preferencias específicas para su atención médica o experiencias que se acoplen a sus sentimientos durante este embarazo. Compartir esta información puede ayudarle al personal del hospital para satisfacer mejor sus necesidades.

Personal, religious, or cultural preferences You may have specific preferences for your care, or experiences that shape your feelings about this pregnancy. Sharing this information can help hospital staff better meet your needs.

¿Qué debe saber su doctor o partera para ayudar a satisfacer sus necesidades durante el trabajo de parto, el parto o mientras está en el hospital?

What should your doctor or midwife know to help meet these needs in labor, childbirth, or while you are in the hospital?

Movimiento durante el trabajo de parto: Moverse durante el trabajo de parto puede ayudarle a mantener su pelvis floja, a sobrellevar el dolor, a hacer que su trabajo de parto sea más eficaz y a reducir el riesgo de un parto por cesárea.

Movement during labor: Moving around during labor can help you keep a loose pelvis, cope with pain, make your labor more effective, and reduce your risk of a Cesarean birth.

Platique con su doctor o partera acerca de sus preferencias sobre las maneras de moverse durante el trabajo de parto. With your doctor or midwife, talk about your preferences for ways to move during labor.

Cosas con las que podemos ayudarle: Things we can help with:

- Recordatorios y ayuda para moverse para aflojar su pelvis, en lugar de tensar o apretar.
Reminders and help to move around and loosen your pelvis rather than bracing or clenching
- Ayudarle a cambiar de posición con frecuencia después de colocar la epidural
Help you change position often after epidural placement

Cosas que usted puede hacer: Things you can do:

- Usar la ducha o tina de baño Use the shower or the bathtub
- Usar una pelota para partos Use a birth ball
- Caminar por los pasillos o en su habitación Walk in the halls or in your room
- Arrodillarse o sentarse Kneel or sit

Monitoreo durante el trabajo de parto: En la mayoría de los partos, monitoreamos el ritmo cardíaco de su bebé cada 30 minutos, y hacemos revisiones cervicales para verificar qué tanto ha avanzado su labor de parto

Monitoring during labor: For most births, we monitor your baby's heart rate every 30 minutes, and do cervical exams to check the progress of your labor.

El monitoreo del ritmo cardíaco de su bebé cada 30 minutos es una manera segura y eficaz de chequear el bienestar del bebé. Esto le permite moverse con mayor libertad, y puede reducir su riesgo de un parto por cesárea. Cambiamos a un monitoreo continuo (constante) si tenemos motivos de preocupación, o si se le están administrando ciertos medicamentos.

Monitoring baby's heart rate every 30 minutes is a safe, effective way to watch the well-being of your baby. It allows you to move around more freely, and can reduce your risk of a Cesarean birth. We switch to continuous (constant) monitoring if we have reason for concern, or if you are being given certain medicines.

Cambio cervical: Hable con su doctor o partera sobre sus preferencias para los chequeos cervicales: *Cervical change: With your doctor or midwife, talk about your preferences for cervical examinations:*

- El menor número posible de chequeos cervicales *As few cervical exams as possible*
- Revisiones regulares si no se ha roto la fuente *Regular checks if water is not yet broken*

Uso de medicamentos para sobrellevar el trabajo de parto: Existen diferentes medicamentos que le pueden ayudar a sobrellevar el dolor del trabajo de parto. El hospital puede ofrecerle las siguientes opciones. Usted puede cambiar sus preferencias durante el trabajo de parto.

Using medication to cope during labor: There are different medications to help you cope with labor pain. The hospital can provide the following options. You can change your preferences during labor.

Platique con su doctor o partera sobre los medicamentos que está dispuesta a usar para sobrellevar el trabajo de parto: *With your doctor or midwife, discuss what medications you are open to using to cope during labor:*

- Medicamento para el dolor por el suero o inyección IV *or an injection of pain medication*
- Epidural *Epidural*
- Óxido nitroso inhalado (gas de la risa) *Inhaled nitrous oxide (laughing gas)*
- No ha decidido cómo manejar el dolor *Have not decided how to manage pain*

Otras maneras (sin medicamento) para sobrellevar el dolor durante el trabajo de parto:

Hay muchas maneras no médicas de ayudarle a sobrellevar el dolor del trabajo de parto. El personal del hospital puede ayudarle con algunas de estas cosas.

Other ways (non-medication) to cope with pain during labor: There are many non-medical ways to help you cope with labor pain. The hospital staff can help with some of these things.

Hable con su doctor o partera sobre qué tipo de ayuda le gustaría:

With your doctor or midwife, talk about what help you would like:

- Llamar a una doula u otro apoyo para la labor de parto Dial-a-Doula or other labor support
- Técnicas de relajamiento Relaxation techniques
- Respirar o vocalizar Breathing or vocalizing
- Usar una tina de baño o ducha Use of the tub or shower
- Movimiento y ritmo Movement and rhythm
- Cambios de posición Position changes
- Técnicas de masaje Massage techniques

Otras cosas por decidir Other things to decide

Además de la toma de decisiones compartida con su doctor o partera, hay muchas decisiones que puede tomar por su cuenta, con su pareja, o con su equipo de apoyo.

In addition to shared decision making with your doctor or midwife, there are many decisions you can make on your own, with your partner, or with your support team.

Sus preferencias en la sala de partos

Your preferences in the delivery room

Hay cosas que puede hacer para que el ambiente en la sala de partos sea más confortable.

There are things you can do to make the delivery room environment more comfortable.

¿Cuáles son sus preferencias en la sala de partos?

- Atenuar las luces durante el parto
- Usar un espejo para ver el nacimiento
- Elegir su propia música para que la reproduzcan
- Usar aceites esenciales o aromaterapia de casa (no se permiten flamas o difusores)

What are your preferences in the delivery room?

- Dim the lights during labor
- Use a mirror to watch the birth
- Choose your own music to be played
- Use essential oils or aromatherapy from home (flames and diffusers are not allowed)

Sus preferencias para parto por cesárea Your Cesarean birth preferences

Algunas veces una cirugía llamada parto por cesárea es necesaria para su salud o la salud de su bebé. Si usted necesita una cesárea, existen algunas cosas que puede hacer para sentirse más cómoda.

Sometimes a surgery called caesarean birth is necessary for your health or the health of your baby. If you need a Cesarean, also called a C-section, there are some things you can do to be more comfortable.

¿Cuáles son sus preferencias si se necesita una cesárea?

- Elegir su propia música para que la reproduzcan
- Una persona de apoyo que esté con usted (nombre): _____
- Observar el nacimiento del bebé a través de una cortina de plástico transparente
- Contacto piel con piel con el bebé en la sala de operaciones (usted o su persona de apoyo)

What are your preferences if a cesarean is needed?

- Choose your own music to be played
- Support person to be with you (name): _____
- Observe baby's birth through a clear plastic drape
- Skin to skin contact with the baby in the operating room (you or your support person)

Sus preferencias de cuidado para el recién nacido Your newborn care preferences

Después de haber dado a luz, puede haber preferencias y apoyo específicos que desee que el personal tenga en cuenta.

Recomendamos que todos los bebés tengan al menos una hora de contacto piel con piel con usted inmediatamente después del nacimiento. Retrasamos rutinariamente el corte del cordón umbilical por los menos 2 minutos.

After you give birth, there may be specific preferences and support you want that staff should know.

We recommend that every baby have at least an hour of skin to skin contact with you immediately after birth. We routinely delay cutting the cord for at least 2 minutes.

¿Cuáles son sus preferencias después del nacimiento del bebé?

- Me gustaría que (nombre): _____ corte el cordón umbilical del bebé
- Me gustaría que (nombre/s): _____ también tenga/n contacto piel con piel con el bebé.
- Me gustaría recibir apoyo/educación sobre la alimentación
- Otro apoyo requerido:

What are your preferences for after baby is born?

- I would like (name): _____ to cut baby's umbilical cord
- I would like (name/s): _____ to also have skin to skin contact with the baby.
- I would like support/education for feeding
- Other support needed:

Descargo de responsabilidad: El presente documento contiene información y/o material instructivo creado por Michigan Medicine para el paciente típico con su condición/afección médica. El mismo puede incluir enlaces para acceder a contenidos en línea que no han sido creados por Michigan Medicine y por los cuales Michigan Medicine no asume ninguna responsabilidad. Este documento no sustituye la recomendación médica de su doctor/profesional de salud porque la experiencia de usted puede diferir de la del paciente típico. Converse con su médico/profesional de la salud si tiene cualquier pregunta sobre este documento, su condición/afección médica o su plan de tratamiento.
 Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Editado por: Karelyn Munro, BA

Edited by: Karelyn Munro, BA

Traducción: Servicios de Intérpretes de Michigan Medicine

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

La Información Educativa para Pacientes de [Michigan Medicine](#) está autorizada bajo la licencia Creative [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Última Revisión: 12/2020

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised: 12/2020