



PLA DE PART I NAIXEMENT

Què és el Pla de Part i Naixement?

El pla de part és un document en el que podeu expressar les vostres preferències, necessitats, desitjos i expectatives sobre el procés del vostre part i el naixement del vostre fill.

El personal sanitari tindrem en compte el vostre pla de part i naixement i intentarem respectar-lo sempre que sigui possible. En cas que sorgeixin situacions imprevistes se us informarà de les diferents possibilitats d'actuació per dur-les a terme.

Aquest document es pot fer en qualsevol moment de la gestació. Durant l'embaràs, us donarem tota la informació necessària per tal que prengueu decisions informades.

En cas que durant el curs del part les vostres necessitats canviïn només caldrà comentar-ho als professionals que us atenen per tal que es puguin adaptar a les vostres necessitats.

Aquest pla de part i naixement pertany a:

Nom i cognoms:

Edat:

Número de parts anteriors:

Data probable de part:

Hospital de referència:

He assistit a les classes de preparació al naixement del meu CAP :

Sí:

No:

Quantes classes?



Ingrés a l'Hospital

Durant l'estada a l'Hospital podreu estar acompanyades de la persona que vosaltres preferiu. Els professionals intentarem preservar la vostra intimitat i la de l'acompanyant en tot moment, proporcionant-vos un ambient tranquil i respectuós amb la finalitat d'ajudar a que el part flueixi i evolucioni favorablement.

Acompanyament

L'acompanyament durant el part proporciona seguretat, fa més tolerable el dolor de les contraccions i facilita el progrés del part. La persona que t'acompanyi durant el part ha de ser acuradament escollida per tu. Haurà de saber com vols viure el part i ser capaç de prestar-te atencions, donar-te suport i animar-te en tot moment, sense deixar-se endur pels nervis o la implicació emocional.

La persona acompanyant ha de transmetre a la dona tranquil·litat, seguretat i confiança en ella mateixa.

Durant el part vull estar acompanyada per:

M'agradaria que es tingui en compte que jo (alguna necessitat especial ja sigui de capacitat, idiomàtica o cultural):

Espai i intimitat

En el nostre centre disposem de sales de dilatació amb llit i lavabo propi.

Dins de les sales de dilatacions podreu estar acompanyades d'un/a sol acompanyant. Tenim al vostre abast pilotes de dilatació, bosses d'aigua calenta, oli de massatges, aromateràpia i música per ajudar-vos en el vostre procés.

S'intenta que us atengui el mínim personal possible i que aquest sempre sigui el mateix assegurant-vos així la màxima intimitat per a vosaltres i l'acompanyant. En el nostre hospital no hi ha professionals en formació, per tant només les persones necessàries estaran en el part.



Dilatació

En el nostre centre habitualment no es rasura ni es posa ènema per protocol, ja que son pràctiques que en l'actualitat es consideren innecessàries.

Com a mesura preventiva, en el moment de l'ingrés es canalitza una via venosa per si es dona alguna situació que requereixi administració de medicació per aquesta via.

Perquè estigueu més còmodes, podreu estar a l'habitació de la planta durant les primeres fases de dilatació. L'habitació disposa de dutxa i pilotes de suport. Quan es cregui convenient baixareu a sala de parts, on us podeu estar a les sales de dilatacions, aquestes disposen d'un llit, un vàter i butaca per a l'acompanyant. La llevadora us oferirà suport i mitjans per alleugerir el dolor.

M'agradaria fer ús de:

- Pilotes
- Bosses d'aigua calenta
- Coixins
- Miralls
- Música
- Aromateràpia
- Massatges
- Dutxa

Portaré de casa meva:

- Homeopatia
- Música de la meva elecció
- Aromateràpia
- Coixins tèrmics
- _____

Es pot beure i menjar suau en les dilatacions, sempre que no es requereixi anestèsia.

Lloc i posició durant el part

Hi ha diferents posicions i llocs on podeu donar a llum, no està demostrada que cap postura sigui la més adequada, així que dependrà del procés, de l'estat de benestar del fetus i de les vostres preferències.

Prefereixo:



Mobilitat

Si el part cursa amb normalitat, us podreu moure en llibertat durant el procés del part.

- M'agradaria poder moure'm i passejar durant la dilatació.
- Prefereixo estar estirada al llit.

Maneig i alleujament del dolor

El maneig del dolor dependrà de cada part, la duració i la intensitat d'aquest.

Durant l'estada a l'hospital es cuiden aspectes com la intimitat, la llum o la relaxació per ajudar-vos a sentir més seguretat i el part pugui fluir.

Si es té cura de l'entorn, el cervell de la dona produeix substàncies analgèsiques. Si necessiteu mètodes per alleugerir el dolor, es disposa de tècniques no farmacològiques (pilotes, massatges, olis, relaxació, tècniques de respiració,...) i tècniques farmacològiques (epidural, analgèsics).

- No desitjo tècniques farmacològiques per alleugerir el dolor.
- Desitjo tècniques farmacològiques (epidural, analgèsics) per alleugerir el dolor tan aviat com sigui possible.
- M'agradaria que em possessin anestèsia local, només en cas de sutura.
- No ho tinc decidit, prefereixo decidir en el moment del part.
- M'agradaria

Durant el procés del part

Monitors

La monitorització fetal té com a finalitat escoltar els batecs del fetus per saber-ne l'estat.

Un part que evoluciona normalment no requereix una monitorització contínua, el que permet llibertat de moviments per a la mare. Quan es posa l'epidural si que és necessari un control més continu.

M'agradaria:

- Monitorització intermitent
- Monitorització contínua
- No tinc preferències



Tactes vaginals

És aconsellable fer el mínim nombre necessari de tactes vaginals i preferiblement pel mateix professional per avaluar l'evolució del part, i així es tindrà en compte.

Oxitocina sintètica

No s'administren medicaments per accelerar el part de manera sistemàtica.

Amniotomia

La bossa amniòtica que envolta el nadó es trenca espontàniament, si no és així, hi ha alguna situació clínica en que està indicat que siguin els professionals qui la trenquin. En aquests casos s'informarà a la gestant.

No voldria que se'm trenqués la bossa de les aigües si no fos necessari.

Sortida del nadó (període expulsiu)

Espoderaments

En un part normal, la gestant començarà a empènyer (espoderaments) quan ella tingui la necessitat de fer-ho. Empènyer en altres moments no és necessari ni beneficiós. En alguna situació, sobretot, sota els efectes de la peridural, pot ser que necessiteu ajuda en el com i quan s'ha d'empènyer.

Episiotomia

L'episiotomia és un tall que es fa en el perineu durant l'expulsiu. No es considera adequat realitzar-la de manera sistemàtica. Només es realitzarà en algunes situacions especials on es necessiti facilitar la sortida del nadó.

Naixement

És un moment molt íntim i especial. Es procurarà que aquest primer contacte sigui amb la mare, a través de la pell, la mirada, l'olfacte i el reflex de succió. S'intentarà tenir un ambient càlid, amb la llum tènue, evitant així interferències en aquest moment. Es faran els mínims controls necessaris mantenint aquest ambient tranquil i silenciós.

Preferències en aquest moment

Les actuacions no urgents (pesar el nadó, cures i tractaments) s'han de posposar per permetre el contacte mare-fill/a.



Tallar el cordó / Donació de sang del cordó umbilical

En el nadó no compromès es recomana el pinçament del cordó umbilical transcorreguts almenys dos minuts després del naixement o quan deixi de batejar, ja que d'aquesta manera milloren els dipòsits de ferro del nadó i es prevenen anèmies, a més de permetre una transició al medi aeri més suau.

Després del pinçament s'ha de tallar el cordó. Això ho realitza el professional que ha atès el part o el vostre acompanyant, si ho desitja.

Al meu/meva acompanyant li agradaria poder tallar el cordó umbilical.

Observacions:

Deslliurament de la placenta

Un cop ha nascut el nadó, l'úter continua contraient-se fins que s'expulsa la placenta i les membranes. Després de la revisió protocol·lària de la placenta, aquesta es tracta com a residu sanitari. Si per motius personals i/o culturals voleu que us sigui fet lliurament de la mateixa, per a ús particular, haureu de sol·licitar-la complimentant el document *Sol·licitud de lliurament de placenta*, annex a aquest pla de part i naixement.

Hi ha algunes causes que impedeixen el lliurament de la placenta:

- Malalties infeccioses en la mare: VIH, VHB, VHC...
- Indicació d'estudi microbiològic o histopatològic.

I, en el cas que sigui lliurada, s'hauran de tenir en compte les següents indicacions, en tractar-se de material biològic:

- Mantenir la placenta en el recipient que sigui lliurada, per traslladar-la el més aviat possible al domicili.
- Conservació i emmagatzematge de forma segura.
- No eliminar en escombraries comuns ni pel clavegueram.
- No enterrar-la en cap terreny d'ús públic.

Preferències respecte al destí de la placenta:

- Es quedi al centre per ser tractada com a residu sanitari.
- Se'm faci lliurament per a ús particular per motius personals i/o culturals. (Complimentar el document *Sol·licitud lliurement de placenta* que trobareu a la pàgina web).

Postpart immediat a sala de parts

Un cop finalitzat el part, estareu encara una estona a 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 nadó està molt reactiu, és un instant molt especial.

La lactància materna és el millor aliment que li podeu oferir al vostre nadó. L'inici precoç durant les primeres hores de vida és molt important per una bona instauració de la lactància.

Respecte a l'alletament, m'agradaria:

- Alletament matern a demanda.
- Alletament artificial.
- No vull que se li proporcioni al meu fill/a cap tipus d'aliment sense consultar-me a mi o al meu/va acompanyant.
- No vull que se li proporcioni un xumet al meu fill/a sense consultar-me a mi o al meu/va acompanyant.
- En cas que s'hagués de suplementar l'alletament matern, m'agradaria fer-ho amb cullera, xeringa, o altres mètodes que no interfereixin amb l'alletament matern.

En el cas que per alguna situació el nadó no pogués estar pell amb pell amb la mare m'agradaria:

- Que el meu fill/a pogués estar pell amb pell amb el meu acompanyant.
- No tinc preferències.

Transcorregut aquest temps de contacte pell amb pell, la llevadora farà unes primeres cures al nadó, en presència dels pares. Pes, administració de la vitamina K i profilaxis ocular.

Vitamina K

L'objectiu és reduir el risc d'hemorràgies del nounat. El dèficit de vitamina K està relacionat amb una patologia poc freqüent però molt greu. L'administració es sol fer per via intramuscular al néixer, però també es pot administrar per via oral, fet que pot disminuir l'absorció.

Hi ha diferents maneres d'administrar la vitamina K al nounat:

- 1mg de vitamina K intramuscular al néixer.
- 2mg de vitamina K oral al naixement. En els nadons alimentats total o parcialment amb lactància materna es donarà 1mg setmanalment fins a la 12a setmana de vida.
- En els nadons alimentats amb llet de fórmula només és necessària l'administració de 2mg via oral al néixer.



La responsabilitat de l'administració via oral és dels pares. L'incompliment d'aquests pot reduir l'efectivitat d'aquest mètode. Des del Departament de Salut s'aconsella la via intramuscular.

Sempre s'informarà els pares que s'administra la vitamina K. No cal que s'administri immediatament després del naixement, s'aconsella respectar el temps de contacte pell amb pell amb la mare, almenys 50 minuts.

No és aconsellable separar el nounat només per l'administració de la vitamina K, es pot injectar mentre el nadó està amb la mare, preferiblement succionant el pit, ja que està demostrat que redueix el dolor que li pot provocar la punxada.

Prefereixo:

- L'administració intramuscular de vitamina K.
- L'administració oral de vitamina K, i em faig responsable de les següents dosis que li administrarem a domicili segons el protocol.
- Que se'ns respecti el pell amb pell durant almenys 50 minuts abans de l'administració.
- Que no es separi el nadó dels pares per administrar-li la vitamina K.
- No vull que se li administri la vitamina K al nadó. En aquest cas el pediatre explicarà als pares els riscos reals de l'absència d'administració.

Profilaxis ocular:

Es recomana la utilització de pomada antibiòtica per evitar infeccions als ulls del nounat.

- Entenc i accepto l'ús de la pomada.
- Preferiria retardar l'ús de la pomada per no causar interferència visual mare-fill.
- No vull que se li administri la pomada al meu nadó. En aquest cas el pediatre explicarà als pares els riscos de l'absència d'administració.

Cures del nadó a la Sala de maternitat

L'estat emocional, tant de la mare com del nadó, és millor si estan junts en tot moment.

Prefereixo:

- No 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.
 - No tinc preferències.
 - Altres comentaris:
-



Jo, _____

amb DNI _____ conec el contingut d'aquest document, he rebut informació sobre el part i naixement i he escollit lliurement les opcions que m'han semblat oportunes.

En tot cas, em reservo el dret de canviar total o parcialment les decisions que expresso en aquest document en qualsevol moment al llarg del procés.

Professional de l'equip d'Obstetrícia:

Usuària:

Data / signatura

Data / signatura