

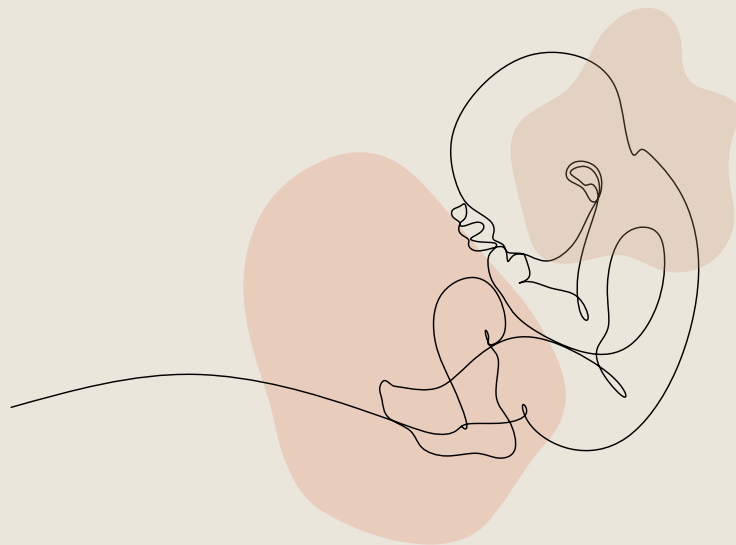


Fundación "la Caixa"

ESPACIOS FAMILIARES 0-3

guía para familias

2-EL PARTO



CaixaProinfancia

Guía para las familias participantes en el proyecto Espacios Familiares 0-3 de CaixaProinfancia

© *Guía para familias. El parto (2023)*

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del *copyright*. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Noviembre del 2023.

Autoría: Grupo de investigación PSITIC de la Universidad Ramon Llull, dirección científica del programa CaixaProinfancia. Núria Alsina, Pia Domenech, Irene Cussó, Jordi Longás y Jordi Riera.

© del contenido, Núria Alsina, 2023

© del diseño y creación, Pia Domenech, 2023

© de la edición, Fundación “la Caixa”

Pl. de Weyler, 3 - 07001 Palma

D.L.: B 10808-2024

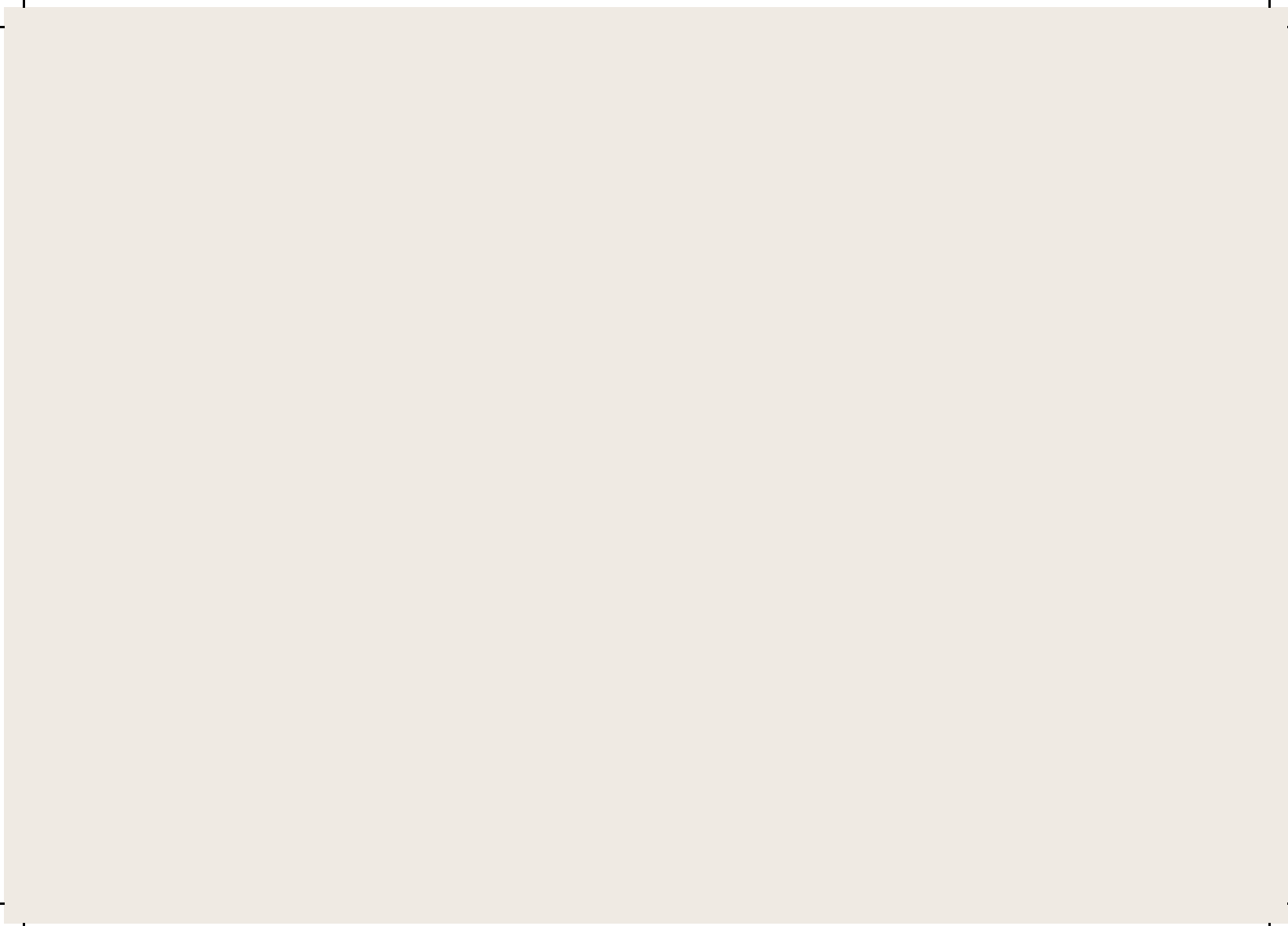
Los primeros años de vida de un niño o niña son cruciales para su crecimiento y desarrollo. Durante este período, el cerebro se desarrolla rápidamente y se establecen las bases para la salud, el aprendizaje y el bienestar futuros. Los cuidados y la estimulación adecuados en esta etapa pueden tener un impacto significativo y determinante en su futuro.

Por todo ello, y para brindar a estos niños y niñas la atención que merecen, el programa CaixaProinfancia de la Fundación "la Caixa" ha puesto en marcha los Espacios Familiares 0-3.

Estos materiales se dirigen a todas las madres y padres que participan en los talleres de competencias parentales que se imparten en dichos espacios y recogen los principales aprendizajes que reciben en ellos. Porque promover la igualdad de oportunidades es trabajar por una sociedad mejor, más justa y más equitativa.

Solo es progreso, si progresamos todos

Fundación "la Caixa"

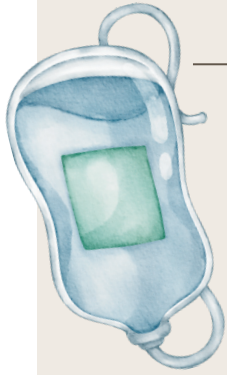


EL PARTO

La mujer (y la pareja) necesita y tendría que sentirse **informada, escuchada, acompañada y respetada** durante todo el proceso de embarazo, parto y posparto.

Hay diferentes tipos de parto, pero lo más importante es estar informada y poder decir lo que quieres en este proceso para que un **parto sea respetado**.





EL PARTO

El parto es un **proceso normal y natural**, pero nuestra sociedad lo ha tratado durante mucho tiempo de forma opuesta...



EL PARTO MEDICALIZADO

(El más común en España actualmente, desde los años 70)

- Es un parto **dirigido**, con medicación y tecnología.
- El protocolo y las acciones en secuencia las marca el **doctor** más que el ritmo natural de la mujer.
- Se hace en el **hospital**.
- Es importante pedir que respeten tu **plan de parto**.



EL PARTO

EL PARTO NATURAL

- Comienza de **manera espontánea**.
- Se acompaña el proceso natural, **no se interviene ni se marca un ritmo**.
- **No hay medicación** y la mujer genera su propia oxitocina, provocada por las contracciones.
- Se respeta la **libertad de movimiento**.
- Se busca la intimidad, el calor, el silencio...
- Puede ser en el hospital, en casa, en una casa de nacimientos...
- Está asistido por la **comadrona**.

En el hospital se puede pedir este tipo de parto y, si se produce alguna complicación o hay riesgo, la intervención médica puede ser rápida y segura.



EL PARTO

parto vaginal

Es el tipo de parto en el que el bebé recorre el canal del parto para salir a través de la **vagina**. Puede hacerse sin intervención médica.



Posiciones periodo dilatación



Sentada sobre pelota



Decúbito lateral izquierdo



Posiciones verticales con apoyo

Posiciones periodo expulsivo



Semisentada



De rodillas inclinada



Sentada en silla de parto

FAME: Iniciativa al parto normal

EL PARTO

parto por cesárea

El bebé nace a través de una **incisión quirúrgica** por necesidad.



- Cesárea, sí; pero **cesárea innecesaria, mejor evitarla.**
- Una cesárea a tiempo **puede salvar vidas**, pero atención con las cesáreas programadas sin motivo.
- También **puedes estar acompañada** y puede ser un proceso respetado y positivo.

La cesárea es una “maravillosa operación de salvamento”, puede salvar vidas cuando existen indicaciones clínicas.

Michel Odent

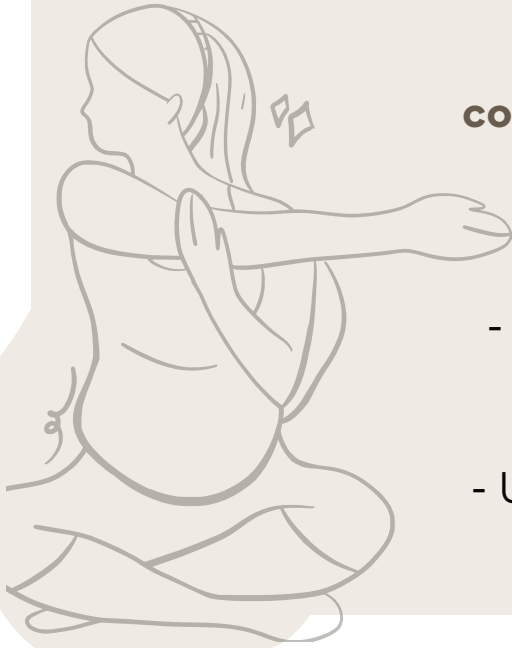
EL PARTO

EL PARTO RESPETADO

Cualquier tipo de parto puede ser un **parto respetado**.

No es tan importante el tipo de parto como el respeto que puede sentir la mujer en ese momento.

- Un **parto natural** puede no ser un parto respetado.
- Un **parto por cesárea** puede ser un parto respetado.



EL PARTO

EL PLAN DE PARTO

Documento para manifestar nuestra **voluntad (deseos y expectativas)** con relación al momento del parto, la estancia en el hospital y el cuidado del bebé.

Pregunta a las matronas todas las dudas sobre el plan de parto para que os puedan informar al máximo de vuestros **derechos** y vuestras **opciones**.



EL PARTO

EL CONTACTO PIEL CON PIEL

Consiste en colocar al bebé en el momento del nacimiento sobre la piel de la madre (o del acompañante, si no es posible).

¡no es un mito, no es una moda!

Lo primero que espera el bebé al nacer es encontrar el **cuerpo de la madre**, de la figura maternante, que le dé **contención** y **contacto**.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)...

“Los recién nacidos que no tienen complicaciones deberían estar en contacto piel con piel con sus madres durante la primera hora después del nacimiento para prevenir la hipotermia y fomentar la lactancia materna”.

EL PARTO



Estimula la
**lactancia
materna.**



Reduce el estrés
(del bebé y la
madre), genera un
ambiente de calma
y seguridad.

*el contacto
piel con piel*



Promueve el
**vínculo
emocional**
con los
padres.



Regula la
temperatura del
bebé.



EL PARTO

¿QUÉ DICE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD?

- ✓ **La mujer debe ser respetada en sus preferencias y decisiones**, siempre que sea seguro desde el punto de vista médico.
- ✓ **El parto vaginal debe ser la primera opción** siempre que sea posible; la cesárea cuando sea médicamente necesaria.
- ✓ **Hay que evitar intervenciones médicas innecesarias** durante el parto (administración rutinaria de oxitocina, episiotomías, inducciones sin justificación médica...)



EL PARTO



✓ Poder tener un/a **acompañante de elección**, como una doula o un familiar, es bueno para el bienestar emocional y físico de la madre durante el parto.

✓ Contacto **piel con piel inmediato** y el **inicio temprano de la lactancia** materna, importantes para el bienestar del bebé.

✓ Es conveniente planificar el parto con el **plan de parto**.

✓ Hay que prestar atención posparto, **seguimiento de la salud** de la madre y el bebé.

EL PARTO

¿DOLOR O SUFRIMIENTO?

El **dolor** en el parto es una parte normal y necesaria del proceso de dar a luz. Las contracciones duelen, pero es un dolor que viene y se va.

Se puede cambiar la palabra “dolor” por **intensidad** u **olas uterinas**.

Un **ambiente acogedor y tranquilo, en el que te sientas a gusto**, ayuda a evitar el sufrimiento.



EL PARTO

¿DOLOR O SUFRIMIENTO ?

Las **hormonas** (oxitocina y endorfinas) de la mujer son como una **anestesia natural**, ayudan a que el cuerpo sostenga todo el proceso de manera más fácil.

Cuando nace el bebé, la **sensación de felicidad** es total y también influyen hormonas relacionadas con el bienestar, el amor y el apego.



lecturas

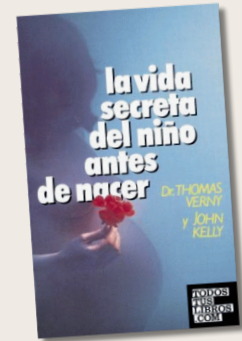
Hermana Placenta (Laia Oltra y Agnès Mateu).

Parir (Ibone Olza).

Un regalo para toda la vida (Carlos González).

Piel con piel (Adolfo Gómez).

El cerebro del niño (Daniel J. Siegel y Tina Payne Bryson).



películas

El primer grito (Gilles de Maistre, 2007).

Historia del nacimiento (Ina May Gaskin, 2012).

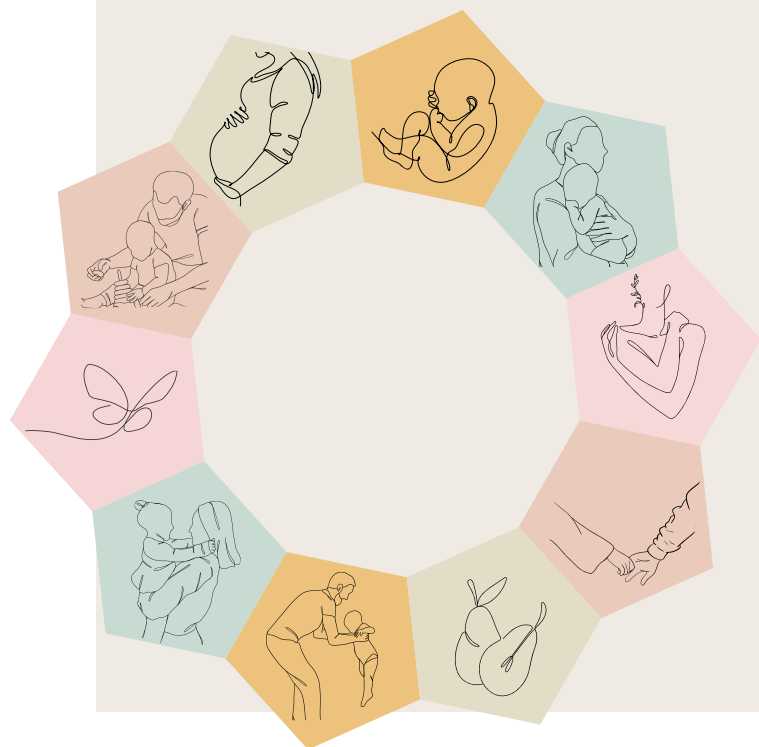
Freedom for birth (Toni Harman, 2012).

Néixer (Anna Victoria Perez, 2013).



Colección completa

Guías para las familias participantes en el proyecto
Espacios Familiares 0-3 de CaixaProinfancia



1 - EL EMBARAZO

2 - **EL PARTO**

3 - POSPARTO INMEDIATO

4 - EL PUERPERIO. LA MUJER MADRE

5 - CRIANZA RESPETUOSA

6 - ALIMENTACIÓN

7 - DESARROLLO INTEGRAL

8 - DESARROLLO Y AUTONOMÍA

9 - DESARROLLO Y SUEÑO

10 - DESARROLLO Y JUEGO



Fundación "la Caixa"