

PLA DE NAIXEMENT | **Maternitat respectada**

Atenció durant el part a la persona gestant

Les meves dades

Número d'història clínica:.....


Nom i cognoms: Edat:.....

Número de fills/es:..... Data probable de part:/...../.....

Hospital o CAP de referència:.....

Has realitzat preparació al part? Sí No

Tipus de preparació al part:

 @maternitat_hospitalclinic

1 INTRODUCCIÓ

Els **objectius** d'aquest pla de naixement són promoure un part tan fisiològic com sigui possible, evitar intervencions innecessàries i corresponsabilitzar a la gestant i la seva parella en la presa de decisions. Sempre seguint les seves necessitats i preferències, amb l'assessorament de l'equip de professionals.

Oferim donar a llum en un entorn càlid, íntim, agradable i respectant la fisiologia del part normal. El Clínic Barcelona - Seu Maternitat és un hospital de tercer nivell amb resultats materns i neonatals excel·lents, on els professionals vetllem en tot moment per la seguretat de la mare i la del seu bebè.

Aquest pla de naixement està dirigit a la gestant de risc baix i mitjà. **Si presentes algun factor de risc, això pot suposar la modificació d'aquest document.** Si fos així, la vostra llevadora o professional en ginecologia us orientarà i ajudarà a adequar les vostres preferències depenent de la situació a cada moment.

Els professionals de l'ASSIR com els de l'Hospital us poden assessorar en la confecció i discussió del pla, la qual cosa afavorirà la presa de decisions compartides. L'elaboració d'aquest document és un procés dinàmic: **pots canviar d'opinió en tot moment** segons les teves circumstàncies i vivències, tant abans com el mateix dia del part.

2 PREFERÈNCIES RELACIONADES AMB L'ACOMPANYAMENT

El suport continu durant el part s'ha relacionat amb una major satisfacció amb el procés. Estar acompanyada per **una persona de la teva confiança**, ja sigui parella, familiar, amic, pot ajudar-te a reduir l'ansietat, la por i, fins i tot, l'ús de fàrmacs per a l'alleujament del dolor.

Durant el procés del part voldria estar acompanyada per:

Nom i cognoms:

Vincle:

3 PROFESSIONALS DE L' EQUIP

Per a afavorir la intimitat que el procés de part requereix, farem el possible per a que durant el treball de part i el moment del naixement estiguin **presents el menor nombre possible de professionals.**

Procurarem que els mateixos professionals valorin l'evolució del teu procés per a afavorir una relació de confiança mútua entre els qui participen en el teu part. A l'ésser un hospital docent, **és possible que durant el procés siguin presents professionals en formació**, ja siguin residents de llevadora com residents d'obstetrícia.

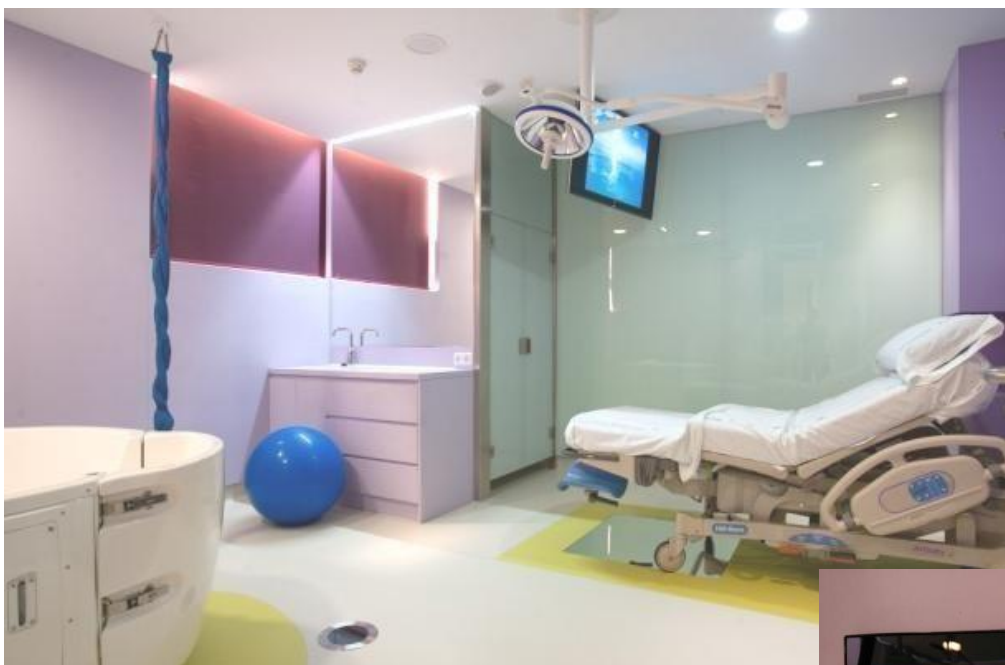
Tens dret a conèixer la possible presència d'estudiants de ciències de la salut (Infermeria o Medicina), ja sigui de pre- o postgrau, i pots acceptar o no aquesta presència. Tens dret a conèixer la possible presència de professionals no directament relacionats amb l'acte assistencial (investigadores, estudiants o altres professionals) i **pots acceptar o no aquesta presència.**

4 ESPAI FÍSIC I CONFORT

Disposem de **sales de part molt confortables que ofereixen un gran ventall de recursos materials** per a què et trobis en un ambient íntim i acollidor. Aquestes sales disposen de **lavabo propi** i, en alguna d'elles, hi ha dutxa. Existeix la possibilitat d'**escollar música i graduar el color i la intensitat de la llum**, així com **la temperatura**, a través d'unes pantalles tàctils.

També disposem de **cadres de parts, lianes, pilotes, coixins i cinturons per a aplicar calor local**, entre altres. Així mateix, **et convidem a portar tot el material que necessitis** i que et faci sentir còmoda i relaxada.

Les nostres sales de part són **habitacions individuals** on estaràs **durant tot el procés de dilatació, part i la primera hora de naixement** del teu bebè.



5 ELS PROCEDIMENTS

L'atenció que t'oferirem **segueix les pautes recomanades per l'Organització Mundial de la Salut (OMS)**, que suggereixen una qualitat d'atenció basada en l'autonomia de la dona i en la seva fisiologia, amb el mínim grau de medicalització possible. També ens basem en el **Protocol per a l'Assistència Natural al Part Normal de la Generalitat de Catalunya** i en les **Guies de Pràctica Clínica sobre Atenció al Part Normal del Sistema Nacional de Salut**.

Tant en els parts vaginals com en les cesàries **es promou la presència de la teva persona acompanyant en tot moment**, si ho desitges i sempre que sigui possible. En cas de cesària, en la qual no es prevegin complicacions, podem oferir-te **“cesària province”** on veuràs extreure el teu bebè, el qual es col·locarà immediatament en contacte pell amb pell.

Per a la teva seguretat, col·locarem una via venosa perifèrica, preferiblement al braç no dominant, que es mantindrà tancada. Només s'utilitzarà en cas d'administració de medicació endovenosa estrictament necessària.

A la sala de part **es pot beure aigua**, líquids clars, sucres sense polpa i begudes isotòniques. En cas de **part sense anestèsia, es permet menjar una cosa lleugera** i que et vingui de gust, com poden ser fruits secs, fruita seca, etc.

Controlant el benestar del teu fill/a amb la mínima intervenció possible, **intensem que tinguis la màxima llibertat de moviment**.

No realitzem procediments que no estan recomanats com són l'administració d'ènema, la maniobra de Kristeller, el rasurat del borrisol genital i l'episiotomia sistemàtica.

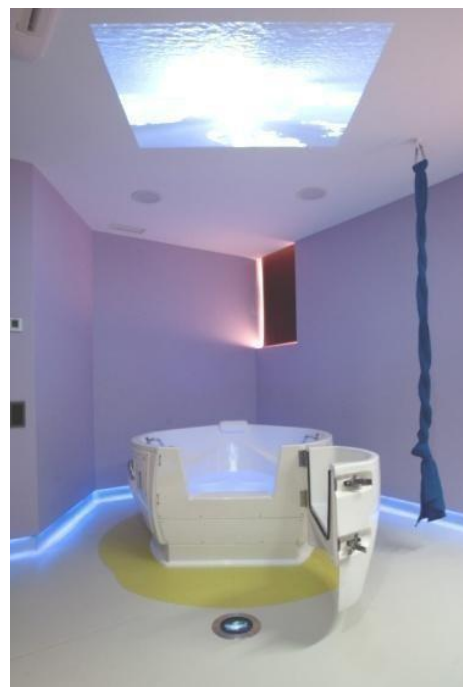
6 EL CONTROL FETAL

Escoltar la freqüència cardíaca fetal ens permet valorar el benestar del bebè durant el part. El control del benestar fetal, si el teu embaràs és de baix risc, **es pot fer de manera intermitent** si no portes medicació per a estimular contraccions ni anestèsia epidural. **Si l'embaràs és de risc, la recomanació és que sigui contínua.** Disposem de **monitors sense fils** per a afavorir la mobilitat.

7 L'ALLEUJAMENT DEL DOLOR

Per a l'alleujament del dolor, la col·laboració de **la persona acompanyant és fonamental.** En el Clínic **facilem la llibertat de moviments** durant tot el procés de part i disposem i recomanem alguns recursos com:

- Les nostres **sales de part tenen diferents recursos materials no farmacològics** que t'oferirà la llevadora i ajuden al maneig del dolor durant el part. Oferim pilotes, bosses de calor o fred, dutxa, música, cadira de parts i lianes.
- Pots **utilitzar les tècniques de relaxació i respiració** que t'ensenyem durant les nostres classes d'educació maternal i, també, **tècniques d'estimulació cutània** amb massatges, TENS (estimulació elèctrica transcutània), aplicació d'olis, calor o fred. Pots portar teràpies complementàries.
- També disposem de **dues sales de parts amb banyeres** per a què puguis gaudir dels beneficis que aporta la hidroteràpia durant el procés de part.



- En relació amb els **mètodes farmacològics** per a alleujar el dolor disposem de l'òxid nítrós, que és un gas que la mateixa persona s'administra i inhala de manera intermitent per alleujar l'ansietat i el dolor. També disposem d'anestèsia locoregional, epidural i epidural a baixa dosi o "Walking-epidural" que et permetrà caminar i una mobilització lliure.
- Pots **portar de casa tot el material que cregueis útil** i que et pugui ajudar durant el teu part.

8 EL PERÍODE DE DILATACIÓ



El període de dilatació és el procés del part en el qual el **coll de l'úter es dilata fins a 10 cm** i és l'**etapa anterior al naixement**.

Normalment, **els parts que han iniciat espontàniament**, els deixem evolucionar de manera natural i **no utilitzem oxitocina sintètica**. Si el part **no evoluciona favorablement** o si el benestar de la teva

filla/fill el requereix, **els professionals que t'atenguin t'informaran i recomanaran les opcions més adequades** per a tu, com una determinada postura o alguna actuació en concret.

Sabem que les exploracions vaginals són molestes i invasives, per la qual cosa **realitzem els tacles vaginals estrictament necessaris** preservant la teva intimitat. En aquest procés, hi ha una comunicació contínua entre la vostra llevadora referent i vosaltres per a prendre decisions conjuntes.

En aquest període pots sol·licitar tots els recursos esmentats per a ajudar a alleujar el dolor.

9 EL PERÍODE EXPULSIU

El **moment del naixement del bebè** es denomina també període expulsiu o segona fase del part. Durant aquest procés:

- Podràs **començar els espoderaments quan sentis la necessitat**. En cas de no tenir aquesta sensació, els professionals et guiaran sobre com fer-ho.
- Podràs **adoptar la posició en la qual et sentis més còmoda**. Si és necessari, la llevadora t'anirà aconsellant a cada moment la postura més adequada.
- De manera general, **realitzem una protecció manual del perineu** per a evitar les laceracions perineals. Oferim la possibilitat d'aplicar compreses d'aigua calenta en la zona perineal.
- **No realitzem episiotomia** de manera rutinària.
- Afavorim el que puguis **veure el naixement del teu bebè**, ja sigui mitjançant les **càmeres instal·lades** a les sales de part com amb **l'ús de mirall**. Si ho desitges, **pots portar un dispositiu per a poder gravar** aquest moment.

Una vegada neix el teu bebè:

- El **col·loquem immediatament pell amb pell** per a afavorir una millor adaptació neonatal. En cas que la mare no pugui realitzar el pell amb pell, recomanem que sigui la persona acompanyant qui realitzi aquest procediment.

En cas de necessitat de reanimació, s'intentarà fer-la dins de la mateixa sala de parts. A vegades, en cas de reanimació més avançada que hagi de fer-se en una àrea específica, sempre s'afavorirà que la persona acompanyant sigui present durant la reanimació.

- També **posposem pesar al teu bebè** per a evitar la separació.

- Podem fer un **pinçament tardà**, tallant el cordó umbilical entre 1 o 3 minuts o quan deixi totalment de bategar. Si ho desitgeu, ho podeu realitzar tu o la teva persona acompanyant. El nostre centre ofereix la **possibilitat de fer recollida de sang de cordó i placenta per al banc públic**.
- Fomentem l'**inici de la lactància materna, si així ho has decidit, en la mateixa sala de parts** per a afavorir que el teu bebè s'agarrí al pit de manera espontània. Si necessites acompanyament, l'equip de llevadores i infermera pediàtrica podran ajudar-te.

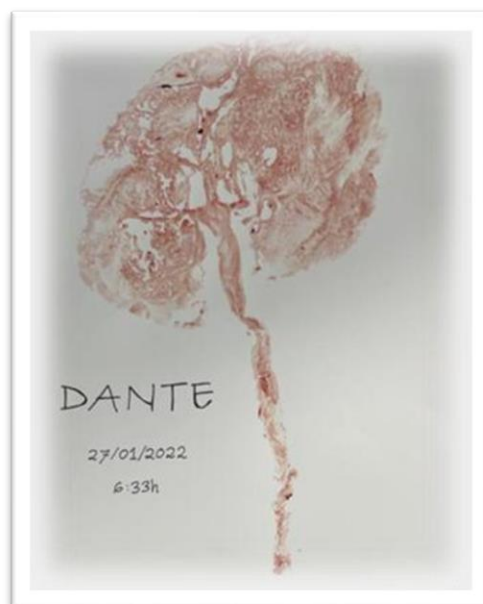
10 EL PERÍODE DE DESLLIURAMENT

El deslliurament és el **període de la sortida de la placenta**.

Per a disminuir el risc d'hemorràgia postpart, **recomanem administrar oxitocina sintètica** per a què l'úter es contregui i afavoreixi la sortida. A més, al fomentar l'inici de la lactància materna a la sala de parts, s'afavoreix la segregació d'oxitocina endògena i, d'aquesta manera, s'ajuda a l'úter a què es contregui de manera adequada.

Una vegada deslliurada la placenta, tens la possibilitat de:

- **Donar la placenta** al Banc Públic de Teixits.
- **Portar-te-la a casa**. Es recomana que portis una nevera portàtil per a guardar-la mentre sigueu a l'hospital.
- **Realitzar una impregnació de la placenta**, com a record d'aquesta etapa única d'unió mare - bebè durant l'embaràs. Es recomana comentar-ho amb la llevadora.



11 LACTÀNCIA

En relació a la lactància, el Clínic l'aborda de la manera següent:

- **Donem suport sobre la teva decisió** en el tipus de lactància que vols oferir al teu bebè.
- **En el cas de lactància materna, no aconsellem l'ús del xumet** fins que aquesta estigui ben instaurada. Per norma, **no donem cap altre aliment al teu bebè**, tret que sigui estrictament necessari i sempre amb el teu consentiment previ.

Tant l'**equip** d'infermeria com de medicina del nostre hospital està **especialitzat i en formació contínua sobre lactància** materna:

- Hi ha una llevadora referent a la sala d'hospitalització que ofereix suport a la lactància diàriament.
- Existeix una consulta d'ajuda a la lactància per a aquelles lactàncies més dificultoses.

La majoria d' ASSIR disposen de grups de lactància i consultes específiques. Els professionals et podran orientar sobre els diferents recursos.

12 EL PUERPERI

Durant **la primera hora després del part es roman a la sala de parts**. Una vegada passat aquest temps la llevadora responsable et farà una valoració tant a tu com al teu bebè i, si tot està correcte, pujareu a la sala d'hospitalització.

A l'habitació, **el bebè estarà sempre amb vosaltres**. El pediatre visitarà al bebè una vegada al dia en la mateixa habitació; així com la infermera encarregada de controlar el pes i prendre-li les mesures.

L'estada habitual en un part vaginal sense risc és de 24h. L'hospital es coordina amb el teu ASSIR de referència per a poder garantir un seguiment assistencial durant el puerperi. A més, rebràs una trucada telefònica de la llevadora responsable de la planta després de 2-3 dies amb altes de 24 hores o menys. Actualment, **en cas de cesària, l'alta hospitalària es dona a les 48-72 hores**, segons evolució.

Existeix la **possibilitat d'alta abans de les 24 hores en aquelles famílies que ho desitgin** i que, després de la valoració pediàtrica i de la llevadora, es permeti amb el seguiment domiciliari des de l' ASSIR.

Per a les **dones amb factors de risc de sòl pelvià**, tenim una llevadora especialista en sòl pelvià situada a la Seu Maternitat i un circuit amb la Secció de Sòl Pelvià del Clínic Barcelona, si fos necessari un tractament específic.

13 ATENCIÓ AL BEBÈ

Una vegada hagi nascut el bebè, es procedirà a la valoració del mateix i de mesures generals per a evitar el refredament i la identificació maternofilial, mantenint i respectant el pell amb pell.

El nostre protocol **recomana l'administració de vitamina K i la protecció ocular** per a evitar hemorràgies i infeccions, respectivament:

- Si decideixes administrar la vitamina K i el col·liri oftalmològic al teu bebè, **no l'administrem de manera immediata al naixement**, sinó que posposem aquest procediment mantenint sempre el contacte pell amb pell. S'administrarà abans del trasllat a la sala d'hospitalització.

- Per a evitar la malaltia hemorràgica neonatal **es recomana l'administració de vitamina K en les dues primeres hores de vida** i no retardar-ho més de 6 hores. Es recomana l'administració d'una sola dosi **via intramuscular**. En el cas que no vulgueu, es podria administrar **via oral** al néixer, repetint dosi a la setmana i al mes de vida.
- Es recomana la realització de **profilaxi oftalmològica mitjançant l'administració de pomada antibiòtica** per a prevenir la conjuntivitis neonatal causada per diferents microorganismes, els més freqüents la *Chlamydia* o la *Neisseria gonorrhoeae*. El moment d'administrar aquesta pomada és **una estona després de part** per a afavorir el primer contacte visual mare - bebè, i es podria retardar fins a les 4 hores de vida.

El personal d'infermeria li oferirà educació sanitària sobre les cures del bebè durant la seva estada a l'hospital:

- Es **desaconsella banyar al bebè almenys en les primeres 24 hores després de néixer**, ja que és el temps que es necessita per a reabsorbir el vèrnix. Aquest és la substància que recobreix la pell del bebè i li aporta múltiples beneficis. Si per raons culturals no és possible retardar-ho tant de temps, s'hauria d'esperar almenys 6 hores després del naixement.

Unes altres de les valoracions que es fan per protocol són:

- Les **proves d'audició** per a detectar sordesa precoç es realitzaran **a partir de les 24 hores** del naixement.
- El **diagnòstic precoç de metabolopaties (prova del taló)**, entre les **24 i 72 hores** de vida. En cas d'alta a les 24 hores, anirà una llevadora del ASSIR a casa teva per a realitzar aquesta prova o hauràs de tornar a l'hospital amb el bebè als 3 dies. Durant aquesta cita també es resoldran dubtes i es donarà suport en el que necessiteu.

14 ELS CURSOS QUE OFERIM

DURANT L'EMBARÀS (informa't a ceobsmater@clinic.cat)

Durant l'embaràs oferim els següents cursos i tallers:

- **Sessió informativa virtual** per a conèixer el nostre hospital.
- **Programa d'acompanyament a la maternitat:** sessions grupals dirigides per una llevadora on es treballa el procés de part, postpart i lactància. En les sessions s'integra el treball de consciència corporal.
- **Educació familiar:** sessions grupals dirigides per una infermera pediàtrica on es treballa amb la mare i la persona acompanyant l'arribada del nounat.

DURANT EL POSTPART (informa't a infosessions@clinic.cat)

Durant el postpart oferim els següents cursos i tallers:

- **Mètode Pingüí:** Mètode innovador que ofereix eines a les famílies per a acompanyar als seus fills, des del coneixement, la igualtat i el respecte.
- **Taller de primers auxilis neonatal:** Taller teoricopràctic per a oferir a les famílies coneixements i recursos davant una situació d'emergència.

15 PROGRAMA “TRUCA A LA LLEVADORA”

Quan comencen les contraccions, poden existir dubtes sobre si ha arribat el moment d'anar a l'hospital o si s'ha d'esperar una mica més a casa. També, pot ocórrer que **la bossa de les aigües es trenqui** sense haver tingut contraccions. Si et trobes en alguna d'aquestes situacions, el teu **embaràs és de més de 37 setmanes i és de baix risc**, disposem d'un **telèfon 24 hores** per a contactar amb una llevadora que t'orientarà i aconsellarà sobre aquest tema.

16 PROGRAMA "ESPERA"

El programa "Espera" (Conducta Expectant en el domicili en **gestants de baix risc amb Trencament Prematur de Membranes** a terme), està dissenyat per a atendre gestants en aquesta situació que **encara no han iniciat el treball de part actiu**.

Aquest programa permet a les gestants optar per un període d'**espera a casa, amb un màxim de 24 hores**, fins que el part comenci de manera espontània, en lloc d'ingressar immediatament a l'hospital.

17 PROGRAMA "INDUCCIÓ DEL PART A CASA MITJANÇANT DOBLE BALÓ CERVICAL"

Si cal **induir el part en gestants de baix-mitjà risc**, l'hospital ofereix la possibilitat d'**iniciar-la en el domicili** en un programa pioner i nou, basat en l'evidència científica.

Aquest mètode **permet realitzar la primera fase del part** (maduració del coll de l'úter) d'una manera més fisiològica en un ambient íntim com és el propi domicili **simulant el màxim l'inici d'un part espontani**. Així mateix, aquest mètode garanteix un increment en la satisfacció de la gestant, mantenint la seguretat materna i neonatal i un augment significatiu en l'èxit de la inducció al part.

LES MEVES PREFERÈNCIES

A continuació, tria les teves preferències en relació a:

L' espai físic i el confort:

- M'agradaria poder escoltar música.
- M'agradaria poder regular la intensitat de la llum.
- Altres:

Els procediments:

- M'agradaria estar acompanyada en tot moment.
- M'agradaria participar en les decisions conjuntament amb l'equip professional.
- Portaré begudes de la meva elecció.
- M'agradaria utilitzar la meva pròpia roba durant el part.
- En cas de cesària, m'agradaria poder realitzar la cesària "provinclè".
- M'agradaria portar altres elements de casa com:

El control fetal:

- Només auscultació (és necessària proporció d'usuària – llevadora 1:1).
- Monitorització intermitent (20 min cada hora).
- Monitorització contínua amb transductors sense fils.
- No tinc preferències.

L'alleujament del dolor:

- Tenir / provar un part sense anestèsia.
- Utilitzar l'anestèsia el més aviat possible.
- Epidural a baixes dosis o "Walking epidural".
- Utilitzar l'òxid nítrós.
- Utilitzar els següents mètodes no farmacològics:
 - Massatge superficial o de pressió amb olis, que portaré.
 - Aplicació superficial de calor o fred.
 - TENS (estimulació elèctrica transcutània), que portaré.
 - Banyera o dutxa d'aigua calenta.
 - Altres:
- Provar l'ús de teràpies complementàries, que jo portaré:
 - Homeopatia.
 - Flors de Bach.
 - Aromateràpia.
 - Musicoteràpia.
 - Hipnòpart.
 - Altres:

La dilatació:

- No estimular el part si no és necessari.
- Si és necessari estimular el part, informar-me per a així prendre una decisió conjunta.
- Poder caminar i moure'm durant el part.
- Utilitzar esferodinàmia o "l'ús de pilota" durant la dilatació.
- Dilatar en l'aigua.

L'expulsiu:

- Utilitzar la càmera per a visualitzar el naixement del meu bebè.
- Gravar el naixement en un dispositiu de gravació que portaré.
- Posar-me en la posició que més còmode em trobi en aquell moment.
- M'agradaria poder col·laborar agafant al meu bebè just al final de l'expulsiu.
- M'agradaria aplicar-me compreses d'aigua calenta al perineu.

Cordó umbilical

- M'agradaria fer un pinçament tardà del cordó umbilical.
- M'agradaria un pinçament del cordó quan deixi completament de bategar.
- M'agradaria realitzar un pinçament precoç del cordó umbilical.
- Si és possible, m'agradaria que jo o la persona acompanyant puguem tallar el cordó umbilical.
- M'agradaria fer donació de sang de cordó al banc públic.

El deslliurament de la placenta

- Realitzar un deslliurament actiu de la placenta per disminuir l'hemorràgia postpart.
- Realitzar un deslliurament espontani de la placenta.
- M'agradaria endur-me la placenta en casa.
- M'agradaria donar la placenta al Banc Públic de Teixits.
- M'agradaria realitzar una impregnació de la placenta.

La lactància:

- M'agradaria realitzar lactància materna.
 - En cas de lactància materna, iniciar la lactància a la sala de parts.
- M'agradaria realitzar lactància artificial.

L'atenció al bebè:

Administració de vitamina K:

- Prefereixo que s'administri al meu bebè la vitamina K intramuscular.
- Prefereixo que s'administri al meu bebè la vitamina K oral. Firmaré el consentiment informat on em comprometo a administrar les altres dosis corresponents.
- M'agradaria que es posposés un temps l'administració de la vitamina K.
- No administraré al meu bebè la vitamina K. Firmaré el consentiment informat assumint els riscos que comporta.

Administració de profilaxis ocular:

- Accepto i entenc l'ús de la profilaxis ocular.
- M'agradaria que es posposés un temps l'administració del col·liri oftalmològic.
- No administraré la profilaxis ocular al meu bebè. Firmaré el consentiment informat assumint els riscos que comporta.

Pell amb pell:

- M'agradaria tenir al meu bebè en contacte pell amb pell.
- En cas que la mare no pugui realitzar el pell amb pell, m'agradaria que ho fes la persona acompanyant.

Altres preferències i comentaris:

Les expectatives i les necessitats al voltant de l'atenció a rebre durant el part i el naixement depenen també de les característiques individuals de cada persona i de la seva cultura d'origen. Si teniu una necessitat o requeriment específic, ho podeu deixar reflectit en l'espai a continuació i comentar-ho amb els professionals el dia del part:

Agraïm la confiança en el nostre centre



 @maternitat_hospitalclinic

Jo,

amb DNI i la meva persona acompanyant,

Coneixem el contingut d'aquest document, i hem triat les opcions que ens han semblat oportunes. Manifestem també conèixer i acceptar les condicions per a rebre atenció al part i també el nostre deure de mantenir el respecte a les normes establertes en el centre i al personal que presta aquests serveis.

En tot cas, ens reservem el dret de canviar totalment o parcialment les decisions que hem expressat en aquest document en qualsevol moment al llarg del procés.

En cas que existeixi risc per al meu bebè o la mare, els professionals ens informaran de la situació i aplicaran les mesures que creguin convenients.

Firma

Barcelona,..... de de 20.....