



PLA DE NAIXEMENT

L'objectiu d'aquest document és poder personalitzar millor l'atenció al teu part i postpart immediat; el present és un model per facilitar-ne el compliment, sent-te lliure d'afegir coses si les trobes a faltar o modificar-ne si ho precisas. Si tens dubtes pots consultar amb l'equip de llevadores.

L'aparició de riscos durant l'embaràs pot modificar algun aspecte d'aquest Pla, que en qualsevol cas s'anirà parlant.

Nom i Cognoms:.....

Nom de l'acompanyant:.....

Edat: Assistència al cus de preparació al naixement: Sí (quantas classes?.....) No

Data probable de part :/...../.....

Preferències relacionades amb l'acompanyant:

Durant tot el procés del part voldria estar acompanyada per:

En cas de necessitat de cesària o part instrumentat, sempre que sigui possible, prefereixo estar :

- Sense acompanyant
- Amb l'acompanyat escollit

Preferències relacionades amb l'espai físic:

- Possibilitat d'escoltar música
- Possibilitat de graduar la intensitat de la llum
- Possibilitat de dilatació a l'aigua
- Altres:

Preferències quant a la intimitat:

- M'agradaria ser informada de la presència d'estudiants i residents
- M'agradaria que hi hagi el mínim nombre possible d'estudiants i residents.



M'agradaria utilitzar els següents mètodes d'alleujament del dolor durant el procés del part:

- Tenir/provar un part sense anestèsia
- Que em posin l'anestèsia al més aviat possible
- Utilitzar mètodes farmacològics si ho necessito
- Peridural a baixa dosis (peridural mòbil, si és possible)
- Peridural
- Altres:
 - Mètodes no farmacològics:
 - Tècniques de relaxació
 - Tècniques de respiració
 - Massatge
 - Hidroteràpia: escalfor local dutxa banyera
 - M'agradaria utilitzar mètodes alternatius: reflexologia homeopatia essències florals digitopuntura aromateràpia Acupuntura.

.....
(no podem garantir l'aplicació d'aquests mètodes alternatius per part del personal de l'hospital, si en teniu coneixement i ho voleu, és millor que us porteu el material per poder-vos-ho aplicar)

Voldria disposar d'altres materials de suport durant el període de dilatació (en disposició a l'hospital) com ara:

- Pilotes
- Miralls
- Coixins
- Liana
- Cadira de parts

Preferències relacionades amb els procediments:

- En cas que sigui necessari administrar un fàrmac, vull que se m'informi i se'm consulti l'opinió.
- No voldria que se'm trenqués la bossa d'aigües si no fos necessari
- M'agradaria seguir el procés de la forma més fisiològica possible i no estimular amb oxitocina si aquest progressa adequadament.
- M'agradaria poder tenir la màxima llibertat de moviments i adoptar les postures que vulgui, dins les possibilitats de l'espai.

Vestuari: m'agradaria portar la meua roba la de l'hospital m'és indiferent



Pel que fa a la hidratació durant el part:

La hidratació durant el part és important i, excepte contraindicació explícita, es poden beure líquids clars durant la dilatació (aigua, te, cafè, infusions, suc sense polpa, begudes isotòniques...).

- Beure begudes de la meva elecció (que portaré jo mateixa)
- Prefereixo no beure durant la dilatació
- No tinc preferències

Preferències durant el període del naixement:

- M'agradaria començar els espoderaments quan en tingui ganes
- M'agradaria posar-me en la posició que em trobés millor per als espoderaments
- M'agradaria que el meu acompanyant em pogués ajudar tota l'estona
- M'agradaria tenir un mirall per quan surti el nadó
- M'agradaria que em possessin el nadó sobre la pell immediatament (mètode cangur)
- Respecte el cordó umbilical:
 - M'agradaria ser jo/el meu acompanyant qui el talli
 - M'agradaria que el cordó umbilical es tallés
 - un cop hagi deixat de bategar
 - m'és indiferent
- M'agradaria que es valorés el nadó davant meu

En relació al període de deslliurament (sortida de la placenta):

El deslliurament dirigit amb oxitocina (facilitar i accelerar la sortida de la placenta amb l'administració de l'hormona oxitocina per via endovenosa o intramuscular) redueix el risc d'hemorràgia postpart. Si no voleu aquesta opció s'esperarà al deslliurament espontani (sortida de la placenta sense medicació).

- Prefereixo un deslliurament dirigit
- M'agradaria un deslliurament espontani
- M'és indiferent

Preferències després del part (postpart immediat, 2h a sala de parts):

- M'agradaria rebre el meu fill/a màxim precoçment quan neixi
- M'agradaria poder-lo tenir en contacte pell a pell
- En cas de no poder-ho fer (per ser una cesària o un altre motiu), que fos el meu acompanyant qui faci el contacte pell a pell
- Vull que no separin el nadó de mi, tret que sigui estrictament necessari
- M'agradaria que la valoració i les primeres cures es facin pell a pell
- Respecte de la vitamina K, per prevenir la malaltia hemorràgica:
 - Administració de forma intramuscular (és l'opció recomanada)
 - de forma oral



Es recomana també la **utilització de pomada antibiòtica** per a la profilaxi ocular (evitar infeccions als ulls).

- Entenc i accepto l'ús de la pomada
- Preferiria retardar l'ús de la pomada (menys interferència visual mare-fill)
- Preferiria no posar la pomada als ulls del meu fill/a (cal firmar denegació del tractament)

Preferències sobre l'alletament:

- M'agradaria donar el pit
- No vull donar el pit
- No voldria que li donessin cap tipus d'aliment i/o xumet al nadó sense consultar-me

Si tens alguna necessitat especial, pots comentar-la amb l'equip assistencial que vetllarà per fer possible que es compleixen les teves expectatives durant el naixement del teu fill/filla

Altres comentaris:

Jo, amb DNI.....

Conec el contingut d'aquest document, he rebut informació sobre els períodes d'embaràs, part i puerperi, i he escollit les opcions que m'han semblat oportunes. Accepto les condicions per rebre atenció segons aquest **Pla de naixement** i també el meu deure de mantenir el respecte degut a les normes establertes en el centre i al personal que hi presta serveis.

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

Data i signatures: