

Libertad de movimiento:

La libertad de movimiento y el cambio de posturas alivian el dolor y facilitan un parto normal.

Corte tardío del cordón umbilical:

El pinzamiento tardío del cordón umbilical mejora la salud y nutrición del bebé.

Ingesta de líquidos y alimentos:

Para las mujeres con bajo riesgo, se recomienda ingerir líquidos y alimentos livianos durante el trabajo de parto.

Apoyo emocional:

La asistencia y el apoyo emocional continuo a la mujer en proceso de parto, por parte de personal amable y con competencias adecuadas, son fundamentales para un parto natural.

El embarazo, parto y puerperio son procesos fisiológicos naturales, en los cuales la mujer debe ser considerada y tratada como una **persona sana.**



PARTO RESPETADO:

menos interferencias,
más acompañamiento

El parto respetado es una modalidad de atención que se caracteriza por el respeto a los derechos de las mujeres y los niños y niñas en el momento del nacimiento.

El objetivo es generar un espacio familiar donde la mujer y el bebé sean los protagonistas y donde el nacimiento se desarrolle de la manera más natural posible, considerando los deseos, necesidades y tiempos biológicos de cada mujer.

Algunos de esos lineamientos son:

Intimidad:

Un ambiente íntimo y tranquilo ayudan a que la mujer se sienta segura y relajada, lo que facilita el parto.

Compañía:

El acompañamiento y apoyo emocional constante a la mujer durante el trabajo de parto y el parto por una persona de su elección son fundamentales para que el parto se desarrolle con normalidad.



Procedimientos naturales:

La utilización de técnicas de relajación, respiración, música, meditación y atención plena; como así también el uso de técnicas manuales, masajes o compresas tibias, ayudan a aliviar el dolor durante el trabajo de parto.

RECOMENDACIONES PARA UN PARTO RESPETADO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) brindó una serie de recomendaciones para disminuir las intervenciones que inicien, aceleren o apuren el proceso de nacimiento, garantizando una experiencia positiva en el trabajo de parto, y en donde la mujer participe en la toma de decisiones.



Contacto piel con piel:

Todos los recién nacidos, incluso los de bajo peso al nacer, pueden amamantarse y deben colocarse en el pecho materno tan pronto como sea posible, en contacto piel a piel con la madre. El contacto precoz tiene efectos positivos tanto inmediatos como a largo plazo y favorece la lactancia.