

## 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.

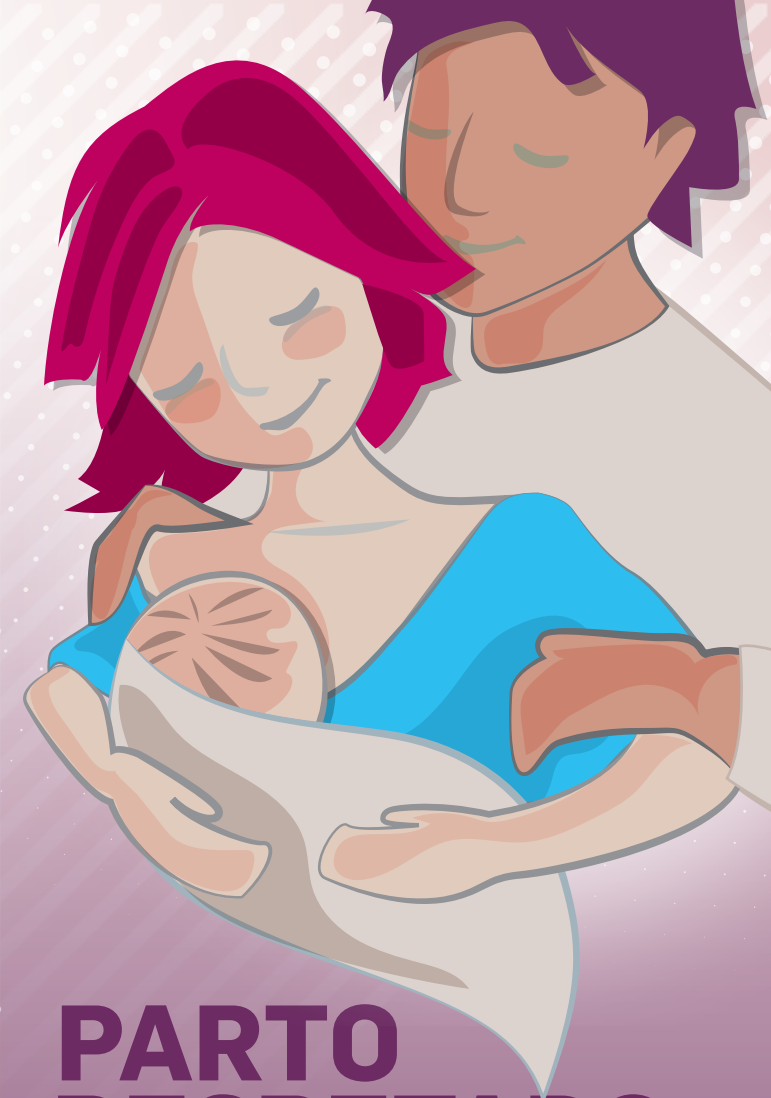
## Ingesta de líquidos y alimentos:

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.

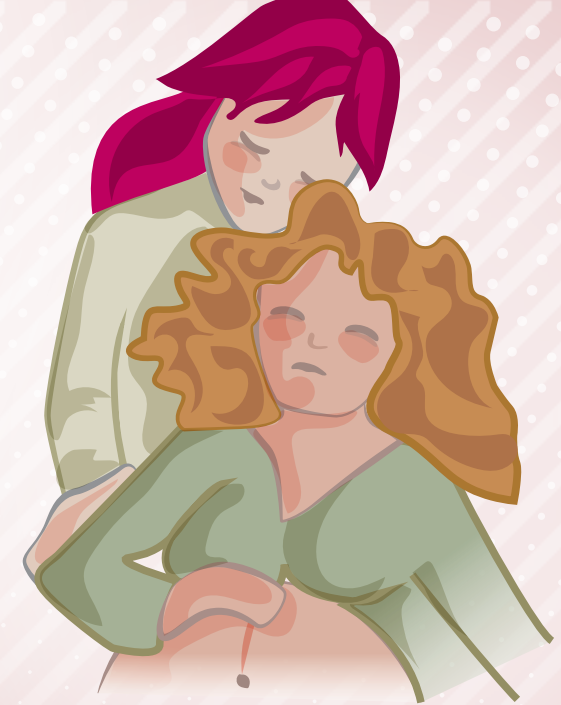
Algunos de esos lineamientos son:

### 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.