

3.1: Preparación para el Parto

El parto preparado se refiere a estar no sólo en buenas condiciones físicas para ayudar a proporcionar un ambiente saludable para que el bebé se desarrolle, sino también ayudar a las personas a prepararse para aceptar sus nuevos roles como padres. Adicionalmente, los padres pueden recibir información y capacitación que los asistirán para el parto y la vida con el bebé. Cuanto más aprendan los futuros padres sobre el parto y el recién nacido, mejor preparados estarán para el ajuste que deben hacer a una nueva vida.

Enfoques al Parto

Existen muchos enfoques diferentes para el parto que influyen en cómo se preparan los futuros padres. En la siguiente tabla se describen algunos de estos:

Tabla3.1.1: Enfoques al parto ([Desarrollo de la Vida: Una Perspectiva Psicológica](#) (página 59) por Martha Lally y Suzanne Valentine-French está licenciado bajo [CC BY-NC-SA 3.0](#); [Desarrollo de Vida útil - Módulo 3: Desarrollo Prenatal](#) por [Lumen Learning](#) referencias [Psyc 200 Lifespan Psychology](#) por Laura Overstreet, licenciada bajo [CC BY 4.0](#))

Método	Descripción
El Método Lamaze	El énfasis de este método está en enseñar a la mujer a tener el control en el proceso de parto. Incluye aprender la relajación muscular, respirar a través de las contracciones, tener un punto focal (generalmente una imagen para mirar) durante las contracciones y tener una persona de apoyo que pasa por el proceso de entrenamiento con la madre y sirve como entrenador durante el parto.
El Método Leboyer	Este método consiste en dar a luz en una habitación tranquila y poco iluminada y permitir que el recién nacido se acueste sobre el estómago de la madre con el cordón umbilical intacto durante varios minutos mientras se le da un baño tibio.
Método Dick-Read/Método Mongan/Hipnoparto	Este método proviene de la sugerencia de que el miedo al parto aumenta la tensión y hace que el proceso de maternidad sea más doloroso. Destaca el uso de la relajación y la respiración adecuada con contracciones así como el apoyo familiar y la educación.
Método Bradley	“El Método Bradley se enfoca en preparar a la madre para un parto natural entrenado por su pareja. Aprenden técnicas para reducir la percepción del dolor y mantenerse relajados. El énfasis está en estar preparado para un parto vaginal sin asistencia sin medicación” 2.
Técnica Alexander	Esta es una técnica que se puede utilizar durante el parto que implica entrenar para detener las reacciones habituales al dolor, como tensar los músculos y aumentar la conciencia consciente y el control sobre la postura y el movimiento. Esto implica poder moverse libremente y mantenerse erguido durante el trabajo de parto y usar un posicionamiento corporal que sea beneficioso para el proceso de trabajo.3
Waterbirth	Implica inmersión en agua tibia. Los defensores creen que este método es seguro y proporciona muchos beneficios tanto para la madre como para el bebé, incluido el alivio del dolor y una experiencia de parto menos traumática para el bebé. Sin embargo, los críticos argumentan que el procedimiento introduce riesgos innecesarios para el lactante, como la infección y la inhalación de agua.4

Método	Descripción
Nacimiento de loto	O no ruptura del cordón umbilical — UCNS, es la práctica de dejar el cordón umbilical sin cortar después del parto para que el bebé quede adherido a la placenta hasta que el cordón se separe naturalmente en el ombligo. Esto suele ocurrir dentro de los 3—10 días después del nacimiento. La práctica se realiza principalmente con fines espirituales de los padres, incluso para la conexión espiritual percibida entre la placenta y el recién nacido. ⁵
Nacimiento Silencioso	A veces conocido como parto tranquilo, es un procedimiento de parto aconsejado por L. Ronald Hubbard y defendido por los científicos en el que “todos los asistentes al parto deben abstenerse de las palabras habladas tanto como sea posible” ⁶ .
Parto Medicado	Los proveedores de atención médica pueden proporcionar alivio del dolor durante el trabajo de parto con diferentes tipos de medicamentos, incluyendo epidurales, bloqueos espinales, epidurales combinados y analgesia sistémica y local. Hay beneficios y efectos secundarios de cada uno. ⁷



Figura3.1.1: Los futuros padres en una clase de preparación para el parto. (La imagen de [liz.schrenk](#) está licenciada bajo [CC BY-NC-ND 2.0](#))

Elegir la ubicación del parto y quién entregará

La gran mayoría de los nacimientos ocurren en un entorno hospitalario. No obstante, el uno por ciento de las mujeres opta por dar a luz en casa (Martin, Hamilton, Osterman, Curtin, & Mathews, 2015). Las mujeres que tienen bajo riesgo de complicaciones en el parto pueden dar a luz con éxito en casa. Más de la mitad (67%) de los partos a domicilio son realizados por enfermeras parteras certificadas. Las parteras están capacitadas y licenciadas para ayudar en el parto y son mucho menos costosas que el costo de un parto hospitalario. Sin embargo, debido al potencial de una complicación durante el proceso de parto, la mayoría de los profesionales médicos recomiendan que el parto se realice en un hospital. Además de los partos domiciliarios, un tercio de los partos fuera del hospital ocurren en clínicas independientes, centros de parto, en consultorios médicos u otros lugares.

Colaboradores y Atribuciones

- Oberg, Erica (n.d.). *Métodos y Tipos de Parto*. Recuperado de https://www.medicinenet.com/7_childbirth_and_delivery_methods/article.htm#childbirth_and_delivery_methods_and_types_facts.
- Machover, Ilana. (n.d.). *La Técnica Alexander en el Parto Natural*. Recuperado de <https://www.alexandertechnique.com/articles/childbirth/>.
- Nacimiento en el agua por Wikidoc está licenciado bajo [CC BY-SA 3.0](#)
- Lotus Birth por Wikipedia está bajo la licencia [CC BY-SA 3.0](#)
- Nacimiento Silencioso por Wikipedia está bajo la licencia [CC BY-SA 3.0](#)
- Uso de anestesia epidural y espinal durante el parto: 27-state Reporting Area, 2008 por Michelle J.K. Osterman y Joyce A. Martin es de dominio público

9. [Desarrollo de la vida útil: una perspectiva psicológica](#) (página 59) por Martha Lally y Suzanne Valentine-French está licenciado bajo [CC BY-NC-SA 3.0](#); [Desarrollo de vida útil - Módulo 3: Desarrollo prenatal](#) por [Lumen Learning](#) referencias [Psyc 200 Lifespan](#) Psicología por Laura Overstreet, licenciada bajo [CC BY 4.0](#)

This page titled [3.1: Preparación para el Parto](#) is shared under a [CC BY](#) license and was authored, remixed, and/or curated by [Paris, Ricardo, Raymond, & Johnson](#) ([College of the Canyons](#)) .