

3.1: Preparación para el nacimiento del bebé

Estar preparados para el parto, no solo significa estar en buena condición física que ayuda a crear un ambiente sano para el desarrollo del bebé, también implica ayudar a las personas a prepararse para aceptar su nuevo papel como padres. Además, los padres pueden recibir información, capacitación que los ayudará en el parto y en cómo será la vida con el bebé. Mientras los futuros padres aprendan más del parto y del recién nacido, estarán mejor preparados para adaptarse a su nueva vida.

Enfoques del Parto

Existen diferentes enfoques que influyen en cómo lo padres se preparan. El siguiente cuadro describe algunos:

Tabla 3.1 – Enfoques del Parto ([Lifespan Development: A Psychological Perspective](#) (página 59) por Martha Lally y Suzanne Valentine-French bajo licencia [CC BY-NC-SA 3.0](#); [Lifespan Development - Module 3: Prenatal Development](#) por [Lumen Learning](#) referencias [Psyc 200 Lifespan Psychology](#) por Laura Overstreet, bajo licencia [CC BY 4.0](#))

Método	Descripción
Método Lamaze	Este método da énfasis en enseñar a la mujer a estar bajo control en el proceso de parto. Incluye aprender a relajar los músculos, la respiración en las contracciones, tener un punto focal (generalmente tener una imagen donde ver) durante las contracciones y tener una persona de apoyo que este durante el proceso de capacitación con la madre y la actúa como ayudante durante el proceso de parto.
Método Leboyer	Este método implica dar a luz en un lugar tranquilo, en una habitación poco iluminada, dejando que el recién nacido se acueste en el vientre de la madre aun con el cordón umbilical intacto por varios minutos, mientras toma un baño de agua caliente.
Método Grantly Dick-Read / Método Mongan / Hipn parto	El método se da por una propuesta el cual menciona que el miedo en el parto aumenta la tensión y hace que el proceso de maternidad sea más doloroso. Da énfasis a la relajación y respiración adecuada en las contracciones, así también como el apoyo para la familia y educación.
Método Bradley	“El método Bradley se enfoca en preparar a la madre para un parto natural con la ayuda de su compañero. Ambos aprenden técnicas que reduce la percepción del dolor y a mantenerse relajados. Da importancia a estar preparados para un parto vaginal sin ayuda y sin medicación.” ²
Técnica de Alexander	Esta técnica puede usarse durante el parto, incluye una capacitación para calmar las reacciones comunes al dolor, como la tensión muscular, poder estar consciente en el proceso y controlar la postura y movimientos. Esto implica poder moverse libremente y mantenerse en posición vertical durante el trabajo de parto y estar en cualquier posición que sea de ayuda para el proceso. ³
Parto en Agua	Implica la inmersión en agua templada. Quienes apoyan este método creen que es seguro y que tiene muchos beneficios para la madre como para el bebé, incluye alivio para el dolor y menos experiencias traumáticas para el bebé. Sin embargo, los críticos argumentan que el procedimiento incluye riesgos innecesarios para el bebé, como una infección o inhalación de agua. ⁴
Nacimiento Lotus	Es la práctica de dejar el cordón umbilical sin cortar después del parto así, el bebé esta unido a la placenta hasta que de forma natural se desprenda. Esto usualmente ocurre entre los 3 – 10 días después del nacimiento. Esta práctica se realiza principalmente por razones espirituales de los padres, para percibir la conexión espiritual entre la placenta y el recién nacido. ⁵
Parto Silencioso	Es un proceso de parto recomendado por L. Ron Hubbard y abogado por los científicos, este menciona “todos los que participan en el parto deberían abstenerse de hablar lo que más puedan.” ⁶
Parto con Medicamentos	Quienes se encargan de la asistencia médica pueden proveerle un calmante durante el trabajo de parto. Existen diferentes medicamentos anestesia epidural, el bloqueo espinal, la combinación de espinal – epidural. Sistemática o anestesia local. Existen beneficios y efectos secundarios. ⁷



Figura 3.1: Futuros padres en una clase de preparación para el nacimiento del bebé. (Imagen suministrada por [liz.schrenk](#) bajo licencia [CC BY-NC-ND 2.0](#))

Elegir el lugar de nacimiento y quien lo realiza

La mayoría de los partos se llevan a cabo en un Hospital. Sin Embargo, un porcentaje de mujeres escogen dar a luz en casa. (Martin, Hamilton, Osterman, Curtin, & Mathews, 2015). Las mujeres que no tienen muchos riesgos de complicaciones en el parto pueden dar a luz en casa con éxito. Más de la mitad (67%) de los partos en casa los realizan enfermeras parteras certificadas. Las parteras son capacitadas y autorizadas para asistir un parto, el costo es menor que un hospital. No obstante, debido a posibles complicaciones durante el parto, los profesionales médicos recomiendan que el parto debería ser en un hospital. En el caso de nacimientos en casa, un tercio de los partos fuera de hospitales se llevan a cabo en clínicas independientes, centros de natalidad, consultorios médicos u otros lugares.⁹

Contribuyentes y atribuciones

2. Oberg, Erica (n.d.). *Childbirth Delivery Methods and Types*. Recuperado de https://www.medicinenet.com/7_childbirth_and_delivery_methods/article.htm#childbirth_and_delivery_methods_and_types_facts.
3. Machover, Ilana. (n.d.). *The Alexander Technique in Natural Childbirth*. Recuperado de <https://www.alexandertechnique.com/articles/childbirth/>.
4. [Water Birth](#) por Wikidoc bajo licencia [CC BY-SA 3.0](#)
5. [Lotus Birth](#) por [Wikipedia](#) bajo licencia [CC BY-SA 3.0](#)
6. [Silent Birth](#) por [Wikipedia](#) bajo licencia [CC BY-SA 3.0](#)
7. [Epidural and Spinal Anesthesia Use During Labor: 27-state Reporting Area, 2008](#) por Michelle J.K. Osterman y Joyce A. Martin en el dominio publico
9. [Lifespan Development: A Psychological Perspective](#) (página 59) por Martha Lally y Suzanne Valentine-French bajo licencia [CC BY-NC-SA 3.0](#); [Lifespan Development - Module 3: Prenatal Development](#) por [Lumen Learning](#) referencias [Psync 200 Lifespan Psychology](#) por Laura Overstreet, bajo licencia [CC BY 4.0](#)

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