**Plan de Parto:** Para discutir con su persona de apoyo antes de ir al hospital.

Mi nombre:

El nombre y el número de teléfono de mi partera:

Nombre:



Número de teléfono:



Mi fecha de parto:



¿Dónde planeo tener mi bebé?



Mi alumbramiento está planeado como (marca uno):

* Vaginal
* Cesárea
* VBAC

¿Quién es mi persona de confianza?

Nombre:



Número de teléfono:



Relación:



¿Quién más quiero conmigo en el trabajo de parto y en el parto?



¿Qué tipo de apoyo quiero durante el trabajo de parto (marca uno)?

* Ayuda para respirar
* Ayuda para trabajar durante las contracciones
* Ayuda para relajarse entre las contracciones
* Ayuda para moverse
* Masajes
* Otros:



¿Qué me ayuda a relajarme que puedo llevar al hospital (esto es, los aceites esenciales, un kit de dibujo, etc.)?



¿Quiero poder moverme libremente durante el trabajo de parto (marca uno)?

* Sí
* No

¿Quiero comer y beber libremente durante el trabajo de parto (marca uno)?

* Sí
* No

¿En qué posiciones quiero estar durante el trabajo de parto (dibuje un círculo alrededor todo lo que corresponda)?

* Tirada
* Sentada
* Sentada en una pelota de parto
* De pie
* Moviendome
* Otros:



¿Qué tipos de medicamentos, si los hay, quiero ayudar para los dolores de parto?



Si es necesaria una cesárea, me gustaría (marca uno):

* Mi persona de apoyo se quede conmigo
* La cirugía se explique en el momento
* Tener contacto de piel a piel con mi bebé lo antes posible
* Amamantar en la sala de recuperación

¿Me gustaría evitar una episiotomía si es posible (marca uno)?

* Sí
* No

¿Quiero retrasar el corte del cordón umbilical?

* Sí
* No

¿A quién quiero que corte el cordón umbilical?



¿Quiero abrazar a mi bebé tan pronto como nazca (marca uno)?

* Sí, contacto inmediato de piel a piel hasta que mi bebé haya amamantado con éxito (por favor, retrasar la pomada en los ojos y los exámenes)
* No, quiero que mi bebé lo sequen y envuelvan primero

¿Quiero que mi bebé esté conmigo todo el tiempo después del nacimiento, o está bien que mi bebé pase tiempo en el cunero (marca uno)?

* Conmigo en todo momento
* Está bien estar en el cunero

¿Quiero amamantar a mi bebé?

* Sí
* No

¿Si mi bebé es un niño, quiero que sea circuncidado (marca uno)?

* Sí, en el hospital
* Sí, pero no en el hospital
* No

¿Hay alguna tradición especial que quiera que tenga lugar cuando nazca mi bebé?



¿Hay otros problemas que el hospital o el personal médico deben saber sobre mí o sobre el nacimiento de mi bebé?



