

EL NOSTRE PLA DE **NAIXEMENT**



Servei d'Obstetrícia i Ginecologia, Pediatria, Anestesiologia de la FPHAG
ASSIR (Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva) de Granollers
EAPT (Equip d'Atenció Pediàtrica Territorial) de Granollers



Hospital General de Granollers
Hospital Universitari
Fundació Privada Hospital Asil de Granollers



DE TOTS

Fem junts l'hospital que vols

Preferències per a l'atenció al part i al postpart

L'equip de professionals de l'ASSIR i l'Hospital General de Granollers us desitgem que el vostre part sigui una experiència única inoblidable, i per això conjuntament hem elaborat aquest document per a poder oferir-vos la millor assistència.

El pla de naixement és un document on expressar per escrit les voluntats, desitjos i expectatives sobre l'atenció que voleu rebre en el moment del naixement del vostre nadó i fer-vos partícips del vostre part. Això ens ajudarà a tots els/ les professionals a oferir una millor cura a la mare i al nadó, una atenció individualitzada, personalitzada i satisfactòria. L'objectiu d'aquest pla de naixement és que davant d'un part de baix/mig risc, pugueu tenir un part tan fisiològic com sigui possible, mínimament medicalitzat i respectuós.

Durant el procés d'elaboració del pla de naixement, la llevadora d'atenció primària del vostre CAP o del centre mèdic privat us aportarà la informació necessària i us ajudarà a resoldre els dubtes, a més a més a la nostra web també trobareu informació que us pot ser d'utilitat (<https://www.fphag.org/informacio-usuari/ser-mare/>). Aquest document us podrà ajudar a reflexionar sobre els diferents aspectes del part perquè aquests s'adaptin millor als vostres valors, preferències i/o circumstàncies concretes.





Recordeu que aquest document és dinàmic, que podeu canviar d'opinió en qualsevol moment segons les circumstàncies, tant en el mateix moment del part com abans.

En el moment d'arribar a la sala de parts, heu d'entregar aquest document a la llevadora, que serà la vostra professional de referència i us acompanyarà durant tot el procés de part mantenint el contacte en tot moment amb la resta de l'equip (obstetres, pediatres, anestesiòlegs infermeres i TCAIS). **Cal tenir en compte que mantenir una comunicació constant i fluida amb la vostra llevadora referent facilitarà tot el procés.**

El part és un procés actiu i durant aquest poden haver-hi canvis i/o imprevistos que suposin una alteració de la normalitat. Això implicaria la modificació d'algun aspecte del vostre pla de naixement depenent de la situació que es produeixi. Per tant, individualitzarem cada cas.

En cas que el vostre part hagués de ser induït o per cesària, el/la ginecòleg/a us explicarà tot el procés per prendre una decisió de forma conjunta i consensuada, intentant respectar al màxim les vostres preferències en aquells aspectes que sigui possible.

Totes les cures que rebreu per part dels professionals segueixen les recomanacions dels protocols actualitzats de l'OMS (Organització Mundial de la Salut), amb l'objectiu d'oferir una atenció respectuosa i humanitzada, basada en l'evidència científica i estàndards de qualitat. Ens basem també en el Protocol per a l'Assistència Natural al Part Normal de la Generalitat de Catalunya i les guies de pràctica clínica sobre l'atenció al part normal del SNSalut.

EL NOSTRE CENTRE

L'Hospital General de Granollers és un hospital que pomou la **pell a pell, no separació del nadó i promoció de l'al·letament matern**. Al nostre hospital entenem que cada experiència de part és única i especial.

- Brindem un ambient càlid, íntim i respectuós, on la personalització de l'atenció és fonamental.
- Disposem d'un equip de professionals que t'acompanyin durant tot el procés, oferint-te el suport necessari en cada etapa.
- Treballem amb tu per a dissenyar un pla que s'ajusti a les teves necessitats i desitjos.



Al nostre hospital, som aquí per a tu, per a fer de la teva experiència de part un record bell i significatiu que atresoraràs per sempre.

L'Hospital i l'ASSIR de Granollers estan vinculats i en constant comunicació, per tal de poder-vos oferir un bon acompanyament i assessorament durant la vostra gestació, part i postpart.



Disposem d'un **servei d'Obstetrícia, Ginecologia, Pediatria i Neonatologia, i Anestèsia i Reanimació** amb dotació de professionals i recursos/espais per a patologies CatSalut 3A. Donant atenció a gestacions de risc baix/mitjà i a gestacions d'alt risc, com p. ex: gestants amb patologia materna (diabetis gestacional i pregestacional, malalties autoimmunes, trombofílies, placenta prèvia, estats hipertensius de l'embaràs, malformacions uterines, miomes uterins, risc de prematuritat, etc.) i patologies fetals (com p. ex. retards de creixement intrauterí, gestacions de bessons bicorials i monocorials, infeccions maternes amb risc de transmissió fetal, isoimmunitzacions, etc.).

Disposem d'una **Unitat de Treball Social i Mediació Cultural** (Marroc i Senegal) de dilluns a divendres, per a donar suport quan sigui necessari o quan hi hagi barrera idiomàtica i/o cultural.

I també disposem d'una **Comissió de Lactància** que vetlla per a la correcta formació dels/les professionals i així assessorar-vos durant la instauració de la lactància.

Preferències d'acompanyament durant el part

L'acompanyament continu durant el part està relacionat amb una major satisfacció amb el procés, contribuint a reduir l'ansietat, la por i la necessitat de fer ús de tractaments farmacològics per alleugerir el dolor.

El nostre hospital està plenament a favor de la personalització de les cures, per això promovem que sigui sempre el mateix equip de professionals que estiguin presents en el vostre procés, acompanyat d'un entorn confortable, íntim i respectuós.

Durant el treball de part podreu estar acompanyades, si així ho desitgeu, per una persona que vosaltres haureu triat prèviament i que estarà present fins i tot en el cas de cesària (tret de situacions excepcionals de risc, tant per la mare com pel nadó).

Som un hospital universitari això vol dir que potser durant el procés hi ha presents professionals en formació, que en tot moment estaran correctament identificats i sempre supervisats pels professionals del servei.

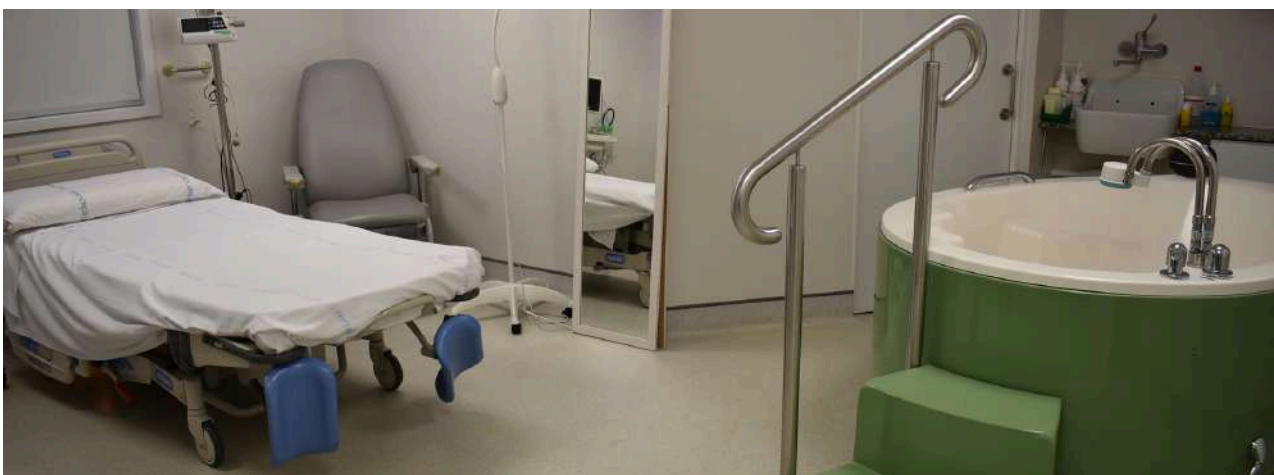


ESPAI FÍSIC

La nostra sala de parts té 5 sales de dilatació, totes elles amb lavabo.



4 equipades amb llits totalment articulats per adaptar-los a qualsevol posició que desitgeu durant el part. Aquestes sales estan preparades per atendre-us durant la dilatació i l'expulsiu, sense canviar d'espai.



A la sala destinada preferentment als parts naturals disposem de banyera per a la dilatació, llit articulad, liana, miralls, llums graduables...

A més, disposem de dues sales de part i un quiròfan.



També tindreu a la vostra disposició material de suport pel treball de part com pilotes, cordes, coixins específics per dilatar (lenties i cacauet), etc. per afavorir el moviment lliure.



En cas que fos necessari, a les dues sales de part, a la sala de part natural i al nostre quiròfan, **disposem d'un bressol tèrmic específic per la reanimació inicial del teu nadó per part de la llevadora.** A més, disposem d'una sala específica de reanimació pel cas que el teu nadó requereixi reanimació completa per part de l'equip de Pediatria.

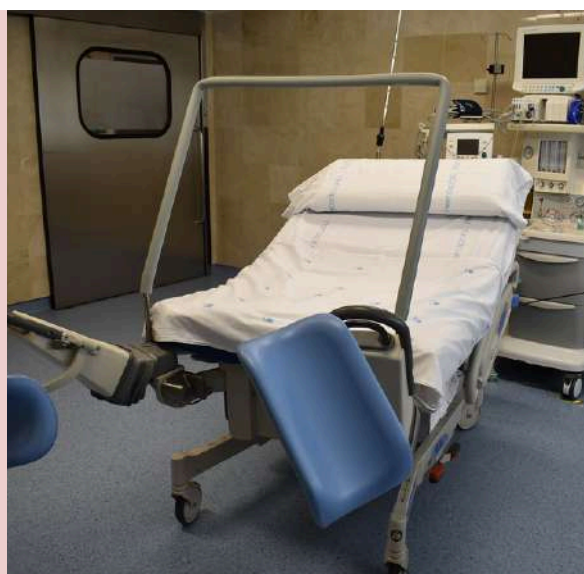
PERÍODE DE DILATACIÓ

El procés del treball de part s'inicia amb les contraccions que permeten la dilatació del coll de l'úter, fins als 10 cm, just abans del naixement.

Aquestes contraccions de treball de part han de ser d'una regularitat i intensitat que permetin el progrés de la dilatació. El treball de part varia molt d'una dona a una altra, depenent també de si és el seu primer o no.

Un cop realitzat l'ingrés per treball de part, es valorarà la necessitat de canalitzar una via venosa com a mesura preventiva.

Durant la primera fase de la dilatació, sempre que no hi hagi cap contraindicació, podreu beure líquids clars, preferentment aigua, suc de poma o begudes isotòniques per mantenir-vos hidratades amb total normalitat.



En el cas d'estar ingressats per observació a l'inici del treball de part (fase de pròdroms), i sempre que no hi hagi cap risc, podeu fer àpats lleugers inclosos en la vostra estada hospitalària. És convenient no prendre cap mena de producte làctic ni derivats i sempre informant prèviament al personal d'infermeria.

Amb l'objectiu de valorar la progressió del part es faran les exploracions vaginals pertinents en cada cas. Per assegurar el benestar del vostre fill/a es realitzarà el monitoratge i/o auscultació de la freqüència cardíaca fetal.

Si el vostre part no és de risc i transcorre amb normalitat, es pot fer l'auscultació del batec fetal de manera intermitent mitjançant el registre extern de freqüència cardíaca fetal i dinàmica uterina. Si en el transcurs del treball de part s'haguessin de prendre decisions mèdiques com per exemple l'administració de medicació, oxitocina o derivats, analgèsia epidural, etc. us ho faríem saber, i aleshores el control del benestar fetal es faria de manera contínua.

En tot moment us informarem de qualsevol dels procediments que siguin necessaris durant aquest període i us demanarem el consentiment verbal.

ALLEUJAMENT DEL DOLOR DURANT EL TREBALL DE PART

Per alleugerir el dolor del part disposeu de diferents mètodes, des de **tractaments no farmacològics** (com l'ús de la banyera, pilota, lianes, etc.), i/o tractaments farmacològics com analgèsia epidural (i walking-epidural en casos seleccionats i sota la supervisió adequada) o **altres alternatives farmacològiques** quan l'epidural està contraindicada (PCA remifentanil).

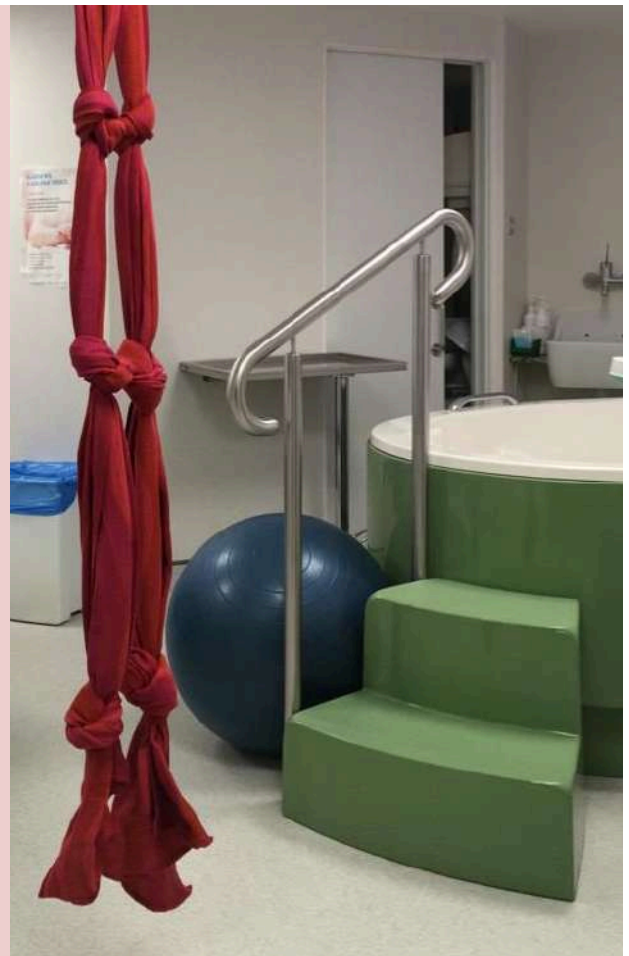


Durant el transcurs del treball de part, la percepció del dolor és canviant. Si arribat el moment voleu modificar la vostra preferència triada inicialment al pla de part, comuniqueu-lo a la vostra llevadora, que juntament amb l'equip mèdic buscaran l'opció més adequada en cada cas.

L'equip d'anestesiologia, us anirà informant sobre el procediment anestèsic més indicat segons la vostra situació, i haureu de signar un consentiment informat.

Material de suport del qual disposem a l'hospital:

- **Banyera**
- **Pilotes**
- **Lianes**
- **Llenties i cacauets (coixins de suport pel treball de part)**
- **Sèrums calents**
- **Aromateràpia**
- **Mirall i coixins**
- **Aparell de TENS (Electroestimulació Nerviosa Transcutànea)**
- **Cromoteràpia (tècnica de medicina alternativa que utilitza la visualització de llum i de colors)**
- **Altaveus**





Material de suport que podeu portar:

- **Música pròpia (amb altaveu i/o auriculars)**
- **Olis de massatge**
- **Olis essencials (per l'aromateràpia)**
- **Begudes isotòniques**
- **Coixins propis**
- **Tractament d'homeopatia**
- **Flors de Bach**

Moment del naixement o període expulsiu

El naixement és un moment únic, **la llevadora us aconsellarà perquè pugueu participar-hi activament, segons els vostres desitjos i/o necessitats**. Us recomanarà durant el procés posicions que poden afavorir el naixement del vostre nadó, intervenint el mínim necessari. Podreu iniciar els esponderaments quan sentiu necessitat i, en altres ocasions, quan us ho indiquem.

Evitem l'ús d'episiotomia (tall al perineu) de forma sistemàtica, per això fem protecció activa del perineu durant el naixement. Només es realitzarà en cas que hi hagi previsió de riscos per la mare o el nadó.

Gràcies al fet que disposem d'un quiròfan a la mateixa sala de parts, s'incrementa el número de cesàries provincles dia a dia. Aquest tipus de cesàries afavoreixen la no separació de la mare i el nadó, i permeten el pell amb pell, de la mateixa manera que els parts vaginals.



L'acompanyant estarà present en aquest tipus de cesàries, si així ho desitja, facilitant així el primer contacte amb el nadó.

DESLLIURAMENT

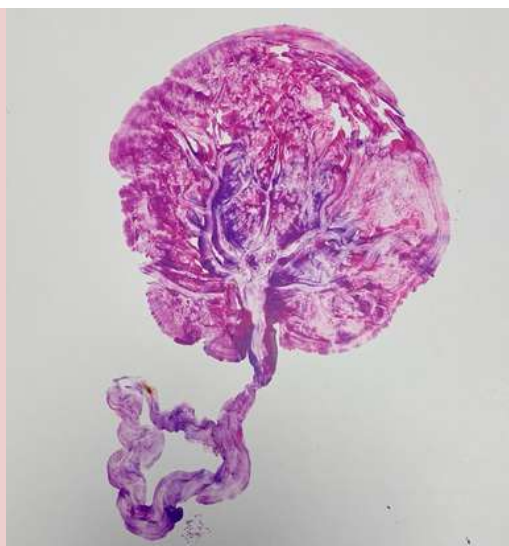
El període de deslliurament es produeix entre el naixement del vostre fill/a i la sortida de la placenta.

Habitualment realitzem un maneig actiu, és a dir, deslliurament dirigit amb l'administració d'oxitocina per facilitar la sortida de la placenta, ja que redueix el risc d'hemorràgia postpart.

Si desitgeu endur-vos la placenta, i no hi ha cap contraindicació mèdica, haureu de firmar un consentiment informat després del part i haureu de portar vosaltres mateixos el recipient per transportar-la. A més a més, haureu de portar bosses de fred per mantenir la seva conservació.

També podem fer la imprimació de la vostra placenta.

Cal que ens ho feu saber a través del pla de naixement o directament a la vostra llevadora el mateix dia del part.



El pinçament del cordó umbilical es realitza sempre tenint en compte l'estat del nadó i les preferències del pla de part.

Si l'estat clínic del nadó ho permet, i no hi ha cap contraindicació, s'espera un mínim d'un minut pel seu pinçament, i aquest es realitza habitualment abans dels dos minuts de vida, tret que els pares expressen explícitament el desig d'esperar que deixi de bategar, sempre que, recordem de nou, que l'estat clínic del vostre nadó no ho contraindiqui.

En cas que sigueu donant de sang de cordó umbilical, fet que haureu manifestat prèviament al vostre pla de part, realitzarem el pinçament també al minut de vida.

En el nostre hospital **es pot realitzar la donació altruista de sang de cordó** d'acord amb la normativa del Banc de Sang tant si és un part vaginal com una cesària.



https://www.bancsang.net/donants/banc-cordo/es_index/

ATENCIÓ I CURA DEL NADÓ

Després del naixement s'afavoreix i es manté contacte pell amb pell amb la mare, en allò que s'anomena l'hora daurada (Golden Hour). El contacte pell amb pell té efectes beneficiosos com són el manteniment de la temperatura, disminueix l'estrès de la mare i el nadó, fomenta la lactància natural i facilita l'adaptació del nadó, entre d'altres.

No realitzem l'aspiració sistemàtica de secrecions o la realització de sondatge al nadó. En cas de ser necessari, l'equip mèdic us informará degudament.





Després del contacte amb vosaltres i transcorregut el període pell amb pell, es procedirà a la identificació, pes i la valoració del nadó per part de la llevadora en la vostra presència.

En el postpart immediat, romandreu a la mateixa sala de dilatació, per fer-vos controls i iniciar l'alimentació del vostre fill/a, fins que pugueu pujar a la planta d'hospitalització.

Abans de pujar a planta, s'administra una dosi de pomada antibiòtica oftàlmica com a profilaxi (prevenció) de l'oftalmia neonatal. Un cop a planta se li administrarà al vostre fill/a una dosi de vitamina K intramuscular per tal de prevenir la malaltia hemorràgica del nadó.

En tots els casos es realitzarà com a mínim una valoració i exploració física del nadó per part del Servei de Pediatria durant les primeres 12 hores de vida, i també abans de l'alta hospitalària.

Es faran o programaran tots els cribratges neonatals establerts amb l'objectiu de detectar, diagnosticar i tractar precoçment algunes malalties.

Aquests controls del nadó es fan habitualment en presència de la mare i el seu acompanyant i s'informa en tot moment dels resultats i observacions. Només en cas de necessitat d'ingrés del nadó a la Unitat de Neonatologia caldrà separar el nadó de la mare i sempre l'informarem en tot moment.

ALLETAMENT

La decisió sobre com alimentar al nadó és vostra, tot i això recomanem alletament natural com a millor opció tant per a la mare com per al nadó.



Us informarem dels avantatges i inconvenients de les diferents opcions d'alletament i rebreu ajuda i suports en tots els casos. **El nostre hospital adopta pràctiques que protegeixen, promouen i donen suport a l'alletament matern exclusiu des del naixement.**

POSTPART



Estada a l'hospital:

L'estada a l'hospital **en cas de part sense cap complicació** serà el més breu possible un cop superades les **24h de vida del nadó, el que anomenem alta precoç.**

En cas de cesària o part complex, les altes són habitualment a partir de les 48h.

Si el vostre nadó requereix qualsevol mena de control per criteri mèdic, **intentarem que l'ingrés sigui el més breu possible**, per afavorir la continuïtat del vincle familiar.

Previ a l'alta hospitalària, rebreu informació de com gestionar els tràmits administratius (inscripció al registre civil, targeta sanitària...).

Us demanem ajuda perquè durant la vostra estada mantingueu:

Un ambient tranquil a l'habitació, amb el mínim de sorolls (a ser possible sense aparells electrònics).

La normativa de visites amb un/a acompanyant per habitació.



Després de l'alta hospitalària:

Si l'alta es produeix en menys de 48 hores, rebreu una trucada de la llevadora de l'ASSIR o privada i serà ella qui gestionarà el seguiment postpart a domicili (valoracions a la mare i al nadó, suport a la lactància, prova del taló...).

Si l'alta es produeix a les 48 h o més, aquestes proves es realitzen a l'hospital.

Durant els 3 - 5 primers dies de vida haureu de demanar hora al vostre centre d'atenció pediàtrica (CAP) de referència per un primer control de pes amb l'infermer/a. Posteriorment abans dels primers 15 dies de vida, es programa la primera revisió del nadó amb el/la pediatra.



També disposeu de diferents recursos que us poden ajudar, una vegada arribeu a casa, a fer més amena la maternitat.

És convenient que contacteu amb la vostra llevadora per a informar-vos dels grups de postpart i lactància que es realitzen al vostre Centre d'Atenció Primària (CAP) i també a l'ASSIR, on es treballen temes com la recuperació postpart, sòl pelvià, grups d'al·letament, entre d'altres.

I també amb l'infermer/a pediàtric/a pels grups de criança, on parlen de cures del nadó, alimentació, primers auxilis, maneig de les malalties més freqüents, prevenció d'accidents infantils, etc.



El nostre centre agraeix la confiança i esperem que el naixement del/de la vostre/a fill/a es visqui com una experiència enriquidora, segura, tranquil·la i molt gratificant.

Agrairíem que qualsevol problema o disfunció que detecti ens ho comuniqui per a poder millorar el servei.



Hospital General de Granollers
Hospital Universitari
Fundació Privada Hospital Asil de Granollers



DE TOTS

Fem junts l'hospital que vols