



TEMARIO **ESPERANDO JUNTOS: TALLER PARA EL PARTO**

Fisiología del Parto: Tipos de Partos

Explicación de cómo ocurre el parto desde el punto de vista fisiológico, incluyendo las contracciones y el proceso de dilatación.

Diferencia entre los distintos tipos de parto: parto vaginal, cesárea, parto instrumental y otros. Cómo reconocer las primeras señales de parto y cómo prepararse ante cada tipo de escenario, para tomar decisiones informadas y adecuadas.

Anatomía y Hormonas del Parto

Comprensión de la anatomía femenina durante el embarazo y el parto: el útero, el cuello uterino y la pelvis

El papel de las hormonas (oxitocina, endorfinas, adrenalina, etc.) en el parto y cómo influyen en las contracciones, el dolor y las emociones de la madre.

Cómo la interacción hormonal ayuda a preparar al cuerpo para el nacimiento y cómo estos procesos pueden ser facilitados de manera natural.

Fases del Trabajo de Parto

Descripción detallada de las tres fases principales del trabajo de parto: dilatación, expulsión y alumbramiento

Qué esperar en cada fase, cómo identificar cuándo se está pasando de una fase a otra, y qué recursos se pueden utilizar en cada etapa.

Recomendaciones prácticas para apoyar a la madre durante cada fase del trabajo de parto, con énfasis en el bienestar emocional y físico.

Rol de la Pareja Durante el Parto

El rol fundamental de la pareja o acompañante en el parto, tanto en el apoyo emocional como físico

Técnicas de respiración, relajación, masaje y contacto físico para aliviar el dolor y aumentar el bienestar de la madre.

Estrategias de comunicación con el equipo médico y cómo ser un buen defensor de las decisiones de la madre en el parto, siempre con respeto y empatía.



Manejo No Farmacológico del Dolor

Métodos naturales para manejar el dolor durante el parto: respiración, cambios de posición, masajes, uso del agua, entre otros

Los beneficios de estos métodos para promover un parto más respetuoso y menos intervenido, sin renunciar al bienestar de la madre.

Cómo evaluar las opciones de manejo del dolor y cómo decidir entre métodos no farmacológicos y farmacológicos de manera informada y respetuosa.

Plan de Parto

Qué es un plan de parto y por qué es importante. Cómo preparar un plan de parto personalizado que refleje las necesidades y deseos de la madre y el padre

Aspectos a considerar en el plan de parto: preferencias sobre el manejo del dolor, intervenciones médicas, el ambiente del parto, el contacto inmediato con el bebé, entre otros.

Cómo compartir y comunicar el plan de parto con el equipo médico para asegurar que las decisiones de la familia sean respetadas dentro de las posibilidades del contexto.

Objetivos del Taller:

Empoderar a los padres con información clara, precisa y accesible sobre el proceso del parto

Fomentar la participación activa de la pareja y los acompañantes, asegurando que ambos se sientan preparados para vivir esta experiencia juntos.

Crear un ambiente seguro y amoroso para que las familias disfruten de un parto respetado, informado y lleno de apoyo mutuo.

Ofrecer alternativas naturales y eficaces para el manejo del dolor y el bienestar de la madre durante el parto.

Promover la conexión familiar desde el primer momento del nacimiento, asegurando que todos los miembros de la familia se sientan parte activa del proceso.