

Estar en el centro de su equipo de atención durante su parto

El parto es un trabajo en equipo en el que recibirá el apoyo de su equipo de proveedores, enfermeros y personas de apoyo. Usted es el centro de este equipo, especialmente durante las reuniones, es su cuerpo y su parto.

¿Qué es una reunión de TeamBirth?

Las reuniones de TeamBirth ocurren cuando su equipo de atención se junta, ya sea en persona o por teléfono, para darles a todos los miembros del equipo la oportunidad de hablar en los momentos clave de su atención.

Quiénes: Las reuniones la incluyen a usted, su proveedor, su enfermero y sus personas de apoyo.

Qué: Usted y su equipo de atención hablarán sobre sus preferencias, sus planes para la atención y cuándo será la próxima reunión. Se usará un pizarrón para la planificación del trabajo de parto y el parto que se compartirá con el equipo para la comunicación y la documentación.

Cuándo: Las reuniones se harán en la admisión, para las decisiones o los cambios en el plan de atención, o cuando algún miembro del equipo las solicite.

¿Qué papel tienen los miembros del equipo en las reuniones?

Su atención cambiará durante el trabajo de parto. Piense cómo puede ayudarla su equipo compartiendo información o brindándole apoyo para sentirse bien con los cambios y las decisiones.

- **Usted** conoce su cuerpo y sus preferencias. Su voz es la más importante en la habitación. Usted puede elegir el papel que desee en la toma de decisiones pero, sin importar su papel, siempre debe compartir lo que sabe sobre su cuerpo y cómo se siente con su equipo.
- Su **enfermero** sabe cómo apoyarla a usted y al trabajo de parto. Estará a su lado la mayor parte del tiempo durante el trabajo de parto para poder sugerirle lo que podría ser más útil para usted según su atención hasta el momento.
- Su **proveedor** sabe las ventajas y desventajas de cada opción. La mayoría de las veces, el proveedor guiará al equipo para tomar una decisión juntos, pero habrá momentos en los que el proveedor deberá tomar decisiones rápidas para su seguridad y la de su bebé.
- Su **persona de apoyo** puede darle apoyo físico, emocional y mental, y defenderla durante el trabajo de parto. Hable con su persona de apoyo sobre cómo quiere que la ayude. Si no conoce a nadie que quiera que la apoye en el trabajo de parto, pregunte a su proveedor quién más podría estar con usted en el parto.

¿Cómo puede estar en el centro de su equipo de atención durante el parto?

Pídale una reunión a su equipo en cualquier momento para juntar a su equipo de atención. Si siente que no puede decir algo por algún motivo, pídale a su persona de apoyo o al miembro del equipo en el que confíe más que hablen por usted.

Si quiere reunir a su equipo de atención por algún motivo: Quisiera hablar sobre esto con todo el equipo. ¿Cuándo podemos reunirnos para hablar más?

Confíe en usted misma y comparta lo que sabe sobre su cuerpo con su equipo — ¿Cómo va su trabajo de parto? ¿Cuánta energía tiene? ¿Qué la hace sentirse bien? ¿Qué no la hace sentirse bien?

Si necesita que su equipo escuche lo que usted sabe sobre su cuerpo o que comparta más de lo que sabe con usted: Yo sé que ven esto a diario, pero esto se siente diferente para mí (o me asusta). ¿Pueden ayudarme a entender por qué me siento así y si hay algo que debería preocuparme?

Comparta sus valores y preferencias — ¿Qué es importante para usted en el trabajo de parto? ¿Quién quiere que la esté apoyando? ¿Qué la hará sentirse cómoda ahora?

Si han cambiado sus preferencias: Me siento diferente ahora y tengo diferentes preferencias para mi trabajo de parto. ¿Qué opciones tenemos para cambiar el plan de atención para que se ajuste a lo que quiero ahora?

Si su plan de atención no coincide con sus preferencias: Esto es importante para mí. ¿Pueden ayudarme a entender por qué esto no es posible ahora?

Haga preguntas para asegurarse de entender su atención — Tiene derecho a conocer todas las opciones para su atención. ¿Cómo están usted y su bebé? ¿Qué opciones tiene para su atención? ¿Cuáles son las ventajas y desventajas para cada una?

Si necesita mayor claridad con respecto a su plan de atención o sus opciones: Quiero más información sobre mis opciones. ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de este plan? ¿Qué otras opciones podríamos considerar? ¿Qué pasaría si en cambio no hiciéramos nada?

Si quiere pedir más tiempo para el trabajo de parto: Todavía me siento bien, me gustaría seguir en trabajo de parto si es posible. ¿Pueden ayudarme a entender el motivo por el que están recomendando el parto? ¿Hay alguna otra opción que podríamos considerar para darme más tiempo?

Si quiere saber más sobre qué esperar después en el trabajo de parto: ¿Cómo estoy yo y cómo está mi bebé? ¿Qué se puede esperar después? ¿Cuándo debería preocuparme?