

Etapas del parto

Etapa 1: parto

Preparto

Puede sentir contracciones en este momento. Su cuello uterino será grueso y firme.

Parto prematuro

Su cuello uterino se ablandará y comenzará a abrirse. Las contracciones se acercarán. Comer, beber y respirar constantemente pueden ayudar.

Parto activo

Su cuello uterino seguirá abriéndose y las contracciones serán cada vez más prolongadas y fuertes. Trate de respirar constantemente y caminar.

El cuello uterino se abrirá de 1 a 10 cm durante este tiempo



Transición

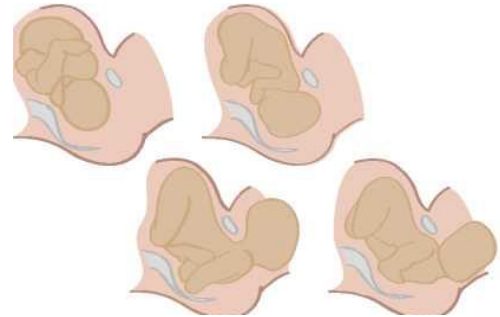
Su cuello uterino se abrirá y la cabeza de su bebé pasará del útero a la vagina. Es posible que sienta el "impulso de pujar". Siga respirando.



Etapa 2: puje

Descanso

Puede hacer una "pausa" durante el trabajo de parto. Este es un buen momento para descansar y apoyarse.



Descenso

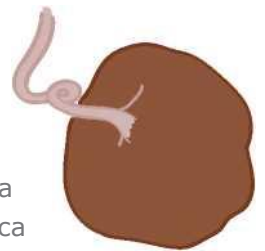
Las contracciones y el "impulso de pujar" comenzarán de nuevo. La cabeza de su bebé pasará por el canal de parto y su médico podrá verlo.

Nacimiento

Las mejores posiciones para pujar son semi sentada, acostada sobre un costado, sobre sus manos y rodillas, o en cuclillas.

Placenta

Después de que nazca su bebé, seguirá sintiendo contracciones. Expulsará la placenta entre 10 minutos a 1 hora después de que nazca su bebé.



Etapa 3: posparto

Inmediatamente después del nacimiento, es un buen momento para crear un vínculo emocional con su bebé. El contacto piel a piel es una excelente manera de acercarse y también ayuda a iniciar la lactancia materna. Si su bebé está sano, los médicos pueden realizar todas las pruebas necesarias a su lado.