

Las etapas del parto

Amberly Odom está embarazada por segunda vez.

“La última vez lo gocé mucho, fue rápido y fácil; si pudiera ser así de nuevo, sería fantástico.”

El parto de cada mujer es distinto.

“Llegué al hospital a las 5am y estaba cargando a mi bebé a las 11 am.”

Aún de un embarazo al otro.

“Muchos dicen y la ciencia lo respalda, que el segundo parto es más corto y que los últimos pujidos son la mitad que la primera vez.”

Tatum Morris está en su segundo embarazo.

“Es agotador, es como estar preparada para cualquier deporte. Como si jugaras un partido completo de básquet y tuvieras que jugar varios tiempos extras, tienes que estar lista tanto mental como físicamente, pues pueden pasar 14 horas.”

“Las etapas del parto están divididas en tres categorías.”

La mejor preparación es entender las tres etapas del parto. La primera es la dilatación.

“Tu cuerpo pasa de 0 a 10 centímetros, o de 1 o 2 a 10 centímetros. Es cuando tu cérvix está cambiando activamente. Hay dos fases, el trabajo del parto inicial y la parte activa del parto.”

“Estoy dilatada 4 centímetros, espero que cuando regrese...”

“Tal vez te veamos hoy en la noche.”

“Así espero.”

Amberly está en la etapa inicial del parto, esto normalmente es de 0-6 centímetros.

“La mayoría de las mujeres toleran bastante bien esta fase inicial.”

“La etapa inicial del parto es cuando la mamá está feliz, el momento ha llegado. Tiene dolores, pero no son frecuentes.”

La fase inicial del dolor de parto puede durar de horas hasta unos dos días.

Para estar cómoda, puedes: salir a caminar, darte un baño de tina o de regadera, escuchar música relajante, usar técnicas de respiración y relajamiento, cambiar de posición, comer alimentos ligeros, beber bastante agua.

La siguiente fase es cuando te diriges a la sala de labor y parto.

“Es cuando la mayoría piden medicina para el dolor, ya sean narcóticos en la vena, o anestesia epidural.”

Para las mujeres que prefieren el parto natural sin medicinas.

Las etapas del parto

“Ahora sería buen momento para entrar en el agua, si el lugar del parto lo ofrece, para sumergir el vientre y sentir mejoría, o ponerle calor en su espalda, o hacer contracciones de cadera, o cambiar de posición.”

“Pero si han pasado por esos 30 minutos, y dicen ‘no la hago, ya no quiero hacerlo’ entonces es cuando pueden decir, ‘Bueno, lo traté.’ Ya hicieron todo lo posible, entonces aceptan tener que pedir medicina para el dolor.”

La siguiente etapa, la segunda, es cuando pujas y el bebé nace.

“Estás dilatada hasta los 10 cm. Es posible que tengas la urgencia de pujar. Tal vez examinen tu vagina para asegurar que todo está bien para que trates de expulsar al bebé.”

Pujar puede durar de minutos hasta varias horas o más. Es posible que sea más para las primerizas o para las que usan anestesia epidural. Al final de esta fase, tendrás a tu bebé en brazos.

La tercera y final etapa del parto es el nacimiento de la placenta, lo que normalmente toma entre 5 y 30 minutos.

“El profesional ayuda con el nacimiento de la placenta, y creo que las mujeres piensan, ‘¿Tengo que pujar más?’ Pero no es tan difícil como piensan, y en realidad sientes alivio cuando sale, es cuando oficialmente ya dejas de estar embarazada.”

Algunas mujeres no tienen la opción de un parto vaginal y puede que sea necesaria una cesárea, como en el caso de Samantha Hudson.

Voy a tener al bebé en 2 semanas y 3 días.

Su embarazo es de alto riesgo, ésta es la mejor opción para ella y su bebé.

“Todo va muy bien, el bebé está contento.”

Durante un parto vaginal, es posible que también recomienden una cesárea si hubiera complicaciones.

“Hay múltiples razones para las cesáreas, pero en general se podrían dividir en problemas con el bebé, si no tolera el parto; o problemas con la mamá, si no hay espacio para que nazca el bebé.”

La cesárea es la cirugía más común en E.U. y en general es segura. Aún así implica riesgos para el bebé y para la mamá, así que solo se debe hacer si es necesario.

Se le rompió la fuente a Amberly, su labor y parto están por empezar.

“Es un bebé saludable.”