

Ya pronto llegará el bebe: Como manejar los riesgos conforme se acercas el parto

Katrina y Chris Sarvis tienen a un niño pequeño, y una niña en camino, bebé número dos.

“Creo que tener a Luca, de casi dos años, en realidad mantiene bajo mi nivel de estrés. Es buena distracción y mantiene alto mi nivel de energía. Me mantiene activa.”

La actividad es importante para un embarazo y un bebé saludable. Llegar a término completo, casi o a las 40 semanas, es una meta alentada por los profesionales de la salud, incluyendo la Asociación de la Salud de la Mujer y las Enfermeras Obstétricas y Neonatales.

“Quieren que tanto los proveedores de la salud como las mujeres, sepan lo que va a significar la seguridad del bebé. Esperarte hasta que tu cuerpo empiece el parto naturalmente por sí solo, lo más que sea posible.”

Como lo sabe Katrina, la atención prenatal es clave para tener un embarazo saludable a término completo.

“Tu presión es perfecta, la prueba de orina salió muy bien, tu peso ha sido el adecuado para el embarazo, así que sigue así.”

“Siempre les hablo de mantener un estilo de vida saludable, y esas son cosas sencillas, incluyendo no fumar ni usar drogas ilícitas o alcohol. Comer de manera saludable también va a ser muy importante. Y tomar una vitamina prenatal. Y lo más importante, es seguir sin falta con las citas prenatales a tiempo y durante el embarazo para asegurarte que lo estamos controlando y detectar cualquier problema que pudiera ocurrir.”

La Dra. Kathleen Kahn, también nueva mamá, ha investigado los beneficios de los partos a término completo. Los resultados muestran que los partos antes de las 39 o 40 semanas, pueden tener complicaciones.

“Sabemos que los bebés siguen creciendo a las 37 semanas; necesitan desarrollar más el cerebro y los pulmones en particular. Así que estos bebés corren mayor riesgo si nacen antes, de tener complicaciones respiratorias y potencialmente necesitar ser admitidos a la unidad neonatal de cuidado intensivo.”

Otra cosa importante, el uso de medicinas para provocar o inducir el parto, no siempre funciona. Y tiene otras desventajas.

“Y no vas a ponerlas en riesgo de una cesárea, y esto pone más en riesgo para que la mamá adquiera una infección.”

Nacer antes de tiempo puede tener consecuencias duraderas para los niños, incluyendo retrasos del desarrollo, dificultades académicas en la escuela y mayor riesgo de tener el trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Julie Duncan la especialista en lactancia, es testigo de la gran diferencia de tener un bebé a término completo.

“Es mucho mejor permitir que la naturaleza tome su curso y que el parto empiece por sí solo.”

Katrina Sarvis toma el consejo de corazón. Goza a su familia y permite que su esposo, Chris, la ayude a reducir el estrés, lo que también contribuye a un embarazo saludable.

“Cada semana que pasa es un gran logro, no solo para mí como mamá, es mejor también para el bebé. Con este embarazo espero empezar el parto cuando mi cuerpo y mi bebé estén listos.”

Ya pronto llegará el bebe: Como manejar los riesgos conforme se acercas el parto

“Les aconsejo a las mujeres que Gocen lo más posible, lo que están haciendo por su bebé, para darle la mayor oportunidad de un nacimiento y una vida saludables.”

Este programa es unicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este vídeo como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.

healthclips[®]