

Manejo del Dolor durante el Trabajo de Parto y el Parto

Lindsay y Brian Richards están esperando su primer bebé.

“Nuestro plan es tener un parto natural, sin medicamentos y nos gustaría un parto en el agua.”

Olga y Hayelom Tadesse también esperan a su primer hijo. Pero prefieren un método más convencional.

“Si, acepto que me administren anestesia epidural y cualquier medicina en la vena que sea necesaria.”

Lo que escojas, es importante que te instruyas sobre tus opciones para el control del dolor de labor y el parto. Para Olga y Hayelom, quiere decir asistir a una clase de partos, ofrecida por su doctor.

“El tercer trimestre es ideal para empezar a pensar si quieres anestesia epidural, si quieres medicina para el dolor.”

Más de la mitad de las mujeres que tienen partos vaginales, reciben anestesia epidural.

“La anestesia epidural se administra en la espalda y te adormece por completo de la cintura para abajo. Esta anestesia es maravillosa durante el parto. Lo mejor es que la administren cuando el dolor es fuerte y activo.”

Otra opción son los narcóticos para el dolor.

“No quita el dolor por completo, pero va a disminuir. Se administra en la vena, va a causarle sueño al bebé porque atraviesa la placenta.”

Óxido Nitroso, conocido por el gas de la risa, es una opción en algunos estados.

“En hospitales y centros de maternidad con personal de Parteras, lo han usado por muchos años en el Reino Unido, y quienes lo usan lo hacen con mucho éxito.”

“Mi esposo y yo estamos preocupados, sobre lo que sucede con las medicinas que me den, y cómo afectarán al bebé durante el parto.”

“Eso es lo primero que escucho. Cómo afectará al bebé o si va a alterar el parto de alguna manera. Cada intervención tiene efectos secundarios, son preocupaciones legítimas, sin embargo, la mayoría de medicinas son seguras.”

Aun así, las mujeres como Lindsay prefieren no usar medicinas.

“Me gustaría cubrir algunas técnicas para el control del dolor con medios naturales.”

Ella y Brian contrataron a una doula, una especialista entrenada para el apoyo en el parto y el manejo del dolor.

“La mayoría de mis clientes prefieren no tomar medicinas y prefieren a alguien con experiencia y conocimiento para ayudarlos.”

“Brian voy a mostrarte la manera de tocarla durante el parto para que cuando suceda, puedan trabajar bien en equipo.”

Es importante para un parto natural, aprender técnicas de tacto y varias posiciones del cuerpo.

Manejo del Dolor durante el Trabajo de Parto y el Parto

“Nos enfrentamos mejor cuando nos movemos. Cuando una mujer cambia posiciones, de cuclillas, o sentada en una pelota para el parto, o un baño de regadera, parada, bailando suavemente con su pareja, todo esto ayuda a manejar la intensidad del parto.”

“Nos ha dado ideas para el manejo del dolor y también de movimiento, que va a necesitar para tener el parto que deseamos.”

Sea un parto con o sin medicamentos, tener apoyo emocional brinda alivio durante el trabajo del parto y el parto.

“Tener a alguien quien te de masaje en la espalda, o quien esté contigo y te diga, “Vas bien, esto es normal.”

Relajación con aromaterapia o música puede ayudar. Checa con tu hospital si están permitidos, algunos hospitales los restringen debido a alergias o sensibilidades.

“Cuando tu cuerpo se relaje, y permitas que todo suceda, vas a sobrellevar el dolor con más facilidad.”

Aun planeando bien, puede suceder lo inesperado durante el parto, deben estar preparadas a ser flexibles.

“Tenemos un plan A, un plan B y un Plan C. Sabemos que tal vez necesitemos algún tipo de intervención.”

“Mi recomendación es que no decidan solo una ruta perfecta, ya que, si se desviarán de ese plan decidido mucho antes de saber lo que van a enfrentar, podrían sentir que sería un fracaso.”

La labor de parto es un camino maravilloso con o sin medicamentos. Lo que prefieras, la meta final es un parto seguro para la mamá y para el bebé.