

# ¿Qué Experimentaré Durante la Cesárea?

Ya sea que tengas planeada una Cesárea o que sea una Cesárea de emergencia, es natural preguntarte cómo será la experiencia. Tal vez tengas preguntas como, “¿Cómo me voy a sentir?” “¿Va a poder estar mi pareja en la habitación?” “¿Voy a poder cargar a mi bebé?” “¿Cómo puedo empezar a amamantar después de la cirugía?” Esto es normal, miles de bebés nacen por Cesárea mensualmente sin problemas ni complicaciones.

Todos los partos son diferentes y únicos, incluyendo las Cesáreas. La experiencia que tendrás con una Cesárea dependerá si es de emergencia o planeada. Una Cesárea de emergencia se realiza durante el parto, debido a condiciones médicas que requieren que el bebé nazca de inmediato. Con la Cesárea planeada, vas a tener tiempo para prepararte. Asegúrate de seguir las indicaciones de cuándo debes dejar de beber y comer antes de tu cirugía.

El día de tu Cesárea, tu equipo médico va a revisar tus signos vitales, y van a controlar a tu bebé. Te van a colocar una intravenosa y harán estudios de sangre. Y vas a tener que firmar un permiso para la cirugía. En la sala de operaciones, te van a administrar anestesia, -normalmente epidural o bloqueo espinal. Esto va a bloquear el dolor en la parte inferior de tu cuerpo, pero vas a estar completamente despierta durante el nacimiento. Durante la cirugía, vas a sentir presión y movimiento, pero no dolor.

*"El cuarto va a tener mucha actividad. Tu pareja va a estar sentada a tu lado. El personal de anestesia va a estar sentado junto a tu cabeza atendiéndote. El doctor y el asistente del doctor, el personal de cirugía y las enfermeras, van a estar ahí para atender al bebé."*

Si vas a tener una Cesárea de emergencia, te van a dar medicina para el dolor, en muchos casos, dan anestesia general para la intervención. Esto es debido a que los epidurales tardan para hacer efecto, y tal vez no haya tiempo durante una Cesárea de emergencia. Si has tenido una epidural, tu pareja podrá estar a tu lado. La mayoría de los hospitales permiten solo un visitante en la sala de operaciones durante la Cesárea. La cirugía es normalmente rápida, el bebé nace a través de una incisión en la parte baja del abdomen.

*"Desde el inicio de la Cesárea a cuando nace el bebé toman entre cinco y siete minutos. Después de esto, los siguientes 35 minutos son para reparar las heridas, asegurándose que la mamá está bien atendida."*

Una vez que nace tu bebé, el equipo médico lo revisará rápidamente y te lo entregarán. Puedes empezar con el contacto de piel-a-piel si te sientes de hacerlo, y tu pareja o enfermera puede ayudarte. Esta es parte de la hora dorada y es una manera maravillosa para que se empiecen a conocer. Puedes tratar de amamantar ahora también, y tu enfermera puede ayudarte. Es un gran momento para tomar fotos y celebrar la llegada de tu nuevo bebé.

Terminada la cirugía, pasaran todos juntos como familia a la sala de recuperación. En recuperación, tu equipo médico va a controlar el dolor y asegurarse que estás cómoda. Este es buen momento para practicar amamantar al bebé o continuar con el contacto de piel-a-piel si así lo prefieres. Pregúntale a la consultora de lactancia cuáles son las mejores posiciones para alimentar a tu bebé, sin comprometer tu progreso de la cirugía. De la sala de recuperación te pasarán a la habitación de posparto, donde podrás tener visitantes. Tal vez estés cansada. Descansa si lo necesitas. Limitar las visitas es también bueno para darte tiempo de descanso y permitir que tu familia se una al bebé.

# ¿Qué Experimentaré Durante la Cesárea?

Van a retirar la intravenosa y la sonda urinaria al siguiente día. Puedes empezar a comer y beber bastantes líquidos. Te van a motivar a que te levantes y camines. Te irás a casa después de dos o cuatro días en el hospital. Sigue con cuidado tus instrucciones de alta, sobre el cuidado de tu herida y nivel de actividad. Tal vez te aconsejen que no levantes nada pesado ni tener relaciones por unas seis semanas. Toma las cosas con calma, descansa lo más posible, y pide a tu pareja que ayude con el recién nacido conforme te recuperas de la Cesárea.

Si tuvieras síntomas inusuales, dolor o alguna duda, llama a tu doctor. Planificada o no, la Cesárea es una manera segura de que nazca tu bebé. Recuerda de hacerle preguntas a tu profesional médico antes de tu gran día para que puedas sentirte tranquila y concentrarte en tu trabajo de nueva mamá.