

*PROTOCOLO*

*DE*

*PREPARACIÓN AL PARTO*

# ÍNDICE

*Página*

<b>1.-DEFINICIÓN DE LA ACTIVIDAD .....</b>	<b>3</b>
<b>2.-OBJETIVOS .....</b>	<b>5</b>
<b>3.-RESPONSABLE DE REALIZAR LA ACTIVIDAD .....</b>	<b>7</b>
<b>4.-CONTENIDOS EDUCATIVOS .....</b>	<b>9</b>
<b>5.-METODOLOGÍA .....</b>	<b>11</b>
<b>6.-ORGANIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD .....</b>	<b>13</b>

*1*



## *DEFINICIÓN DE LA ACTIVIDAD*

*El propósito de esta actividad es proporcionar a las futuras madres las técnicas necesarias para que tome un papel activo en el momento del parto y disminuir riesgos obstétricos maternos y fetales.*

2



## *OBJETIVOS*

*Los objetivos de esta actividad son que las futuras madres:*

- 
- 2.1.-ALIVIAR EL TEMOR Y COMBATIR LA FALTA DE CONOCIMIENTOS SOBRE EL PARTO POR MEDIO DE LA ENSEÑANZA DE LA ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL APARATO REPRODUCTOR Y DEL MECANISMO DEL PARTO.*
- 2.2.-REALIZAR LOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DIRIGIDOS A REFORZAR LOS GRUPOS MUSCULARES IMPLICADOS EN LE ESFUERZO NATAL Y DAR MAYOR ELASTICIDAD Y FLEXIBILIDAD A LOS TEJIDOS Y ARTICULACIONES IMPLICADOS EN EL CANAL DEL PARTO Y MEJORAR LA CIRCULACIÓN.*
- 2.3.-ENSEÑAR LA RELAJACIÓN MUSCULAR, TÉCNICAS DE RELAJACIÓN Y RESPIRACIONES.*
- 2.4.-PROPORCIONAR APOYO PSICOLÓGICO PARA QUE LA MUJER PONGA EN PRÁCTICA LA ENSEÑANZAS RECIBIDAS EN EL MOMENTO DEL PARTO.*

3



***RESPONSABLE DE REALIZAR  
LA ACTIVIDAD***

*El responsable de realizar esta actividad es la matrona Atención Primaria.*

4



## *CONTENIDOS EDUCATIVOS*

*Son siete bloques temáticos que se desarrollan de la forma siguiente:*

#### **4.1.-ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL APARATO REPRODUCTOR.**

4.1.1.- Anatomía y fisiología del aparato genital.

4.1.2.- Fisiología de la reproducción.

#### **4.2.-EMBARAZO.**

4.2.1.- Alteraciones que se producen durante el embarazo.

4.2.2.- Cuidados básicos e higiene durante el embarazo.

4.2.3.- Actitud ante determinadas situaciones durante el embarazo.

4.2.4.- Cuidados sanitarios durante el embarazo: monitorización, ecografías, revisiones periódicas, educación sanitaria, etc...

4.2.5.- Gimnasia, relajación y respiraciones.

#### **4.3.-PARTO EUTÓCICO.**

4.3.1.- Parto normal.

4.3.2.- Dilatación.

4.3.3.- Expulsivo.

#### **4.4.-PARTO DISTÓCICO.**

4.4.1.- Partos distócicos.

4.4.2.- V.E., fórceps.

4.4.3.- Cesáreas.

#### **4.5.-ALUMBRAMIENTO.**

4.5.1.- Concepto y fisiología.

#### **4.6.-INGRESO EN LA MATERNIDAD.**

4.6.1.- Cuando, como y qué llevarse (canastilla).

4.6.2.- Formas de aviso de parto: Contracciones, rotura de bolsa. Expulsión de tapón mucoso.

#### **4.7.-POSTPARTO.**

4.7.1.- Postparto-puerperio.

4.7.2.- Higiene mental y depresiones postparto.

4.7.3.- Visita domiciliaria a la puerpera y recién nacido.

5



## *METODOLOGÍA*

*Estos siete bloques de temas se desarrollan a lo largo de DIEZ sesiones de dos horas de duración cada una, y con una periodicidad semanal o quincenal.*

*Cada sesión consta de tres partes:*

### **5.1.-PRIMERA PARTE DE INFORMACIÓN.**

*Durante un máximo de 30 minutos donde se aportan los contenidos teóricos a través de la exposición oral y/o por medios audiovisuales.*

### **5.2.-SEGUNDA PARTE DE COLOQUIO.**

*Durante un mínimo de 30 minutos donde a través de la participación activa de los asistentes no solo se pregunten o aclaren dudas, sino se produzca un debate sobre el tema que posibilite mejor el aprendizaje.*

### **5.3.-TERCERA PARTE DE GIMNASIA, RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN.**

*Durante 60 minutos para realizar la preparación del parto.*

*Las sesiones son para grupos de 15 personas como máximo. Su composición (parejas o solo las mujeres) dependerá de las condiciones y disponibilidades para ello.*

6



## *ORGANIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD*

### ***6.1.-RECURSOS HUMANOS.***

*Matrona.*

## **6.2.-RECURSOS MATERIALES.**

- 6.2.1.- *Local (con capacidad adecuada a 15 personas).*
- 6.2.2.- *Colchonetas, rodillos y sillas.*
- 6.2.3.- *Espejo.*
- 6.2.4.- *Pizarra y tizas.*
- 6.2.5.- *Proyector de diapositivas y/o transparencias.*
- 6.2.6.- *TV y vídeo.*
- 6.2.7.- *Historias y cuestionarios.*
- 6.2.8.- *Útiles necesarios para clases prácticas: bañera, biberones, pañales, muñeco, etc.*
- 6.2.9.- *Material didáctico: folletos, diapositivas, videos, etc.*

## **6.3.-TEMPORIZACIÓN.**

*El módulo tiene una duración mínima de DIEZ días (uno por sesión) con la distribución siguiente:*

- 6.3.1.- *1ª sesión: Toma de contacto. Presentación del curso. Gestación.*
- 6.3.2.- *2ª sesión: Anatomía y fisiología del aparato reproductor.*
- 6.3.3.- *3ª sesión: Ciclos menstruales, ovulación y fecundación.*
- 6.3.4.- *4ª sesión: Alteraciones durante el embarazo. Contracciones y palpación del útero. Movimientos fetales.*
- 6.3.5.- *5ª sesión: Cuidados durante la gestación hasta su término.*
- 6.3.6.- *6ª sesión: Parto eutócico.*
- 6.3.7.- *7ª sesión: Parto distócico.*
- 6.3.8.- *8ª sesión: Alumbramiento.*
- 6.3.9.- *9ª sesión: Ingreso en la Maternidad.*
- 6.3.10.- *10ª sesión: Postparto.*

## **6.4.-PARTICIPANTES.**

*Mujeres embarazadas a partir de la 28 semana de gestación pertenecientes a la Z.B.S.*