




# Parto de emergencia

**Para obtener más información sobre dónde puede asistir para recibir atención prenatal o para el nacimiento de su bebé llame al 1-800-723-3638.**

Generalmente las mujeres siempre llegan al hospital o a un centro de maternidad antes del parto, pero algunas veces no es posible. Las emergencias, como tormentas de nieve o cierres de carretera, la pueden mantener en su casa. Otras veces, los bebés nacen demasiado rápido. Si esto le sucede a usted, llame al 911 y trate de mantenerse tranquila. Podría ser útil saber qué hacer y estar preparada.

## **Provisiones sugeridas:**

- Toallas absorbentes grandes (o periódicos y una sabana)
- Un desinfectante para manos y guantes desechables
- Almohadillas de gasa o trapos limpios para limpiar
- Cobijas pequeñas para mantener al bebé caliente y seco
- Cobijas grandes para mantener a la mamá caliente y seca
- Un gorro para la cabeza del bebé
- Una bolsa de plástico para la placenta



Lávese bien las manos. Cuando comience a aparecer la parte superior de la cabeza del bebé, usted debe exhalar o soplar, no pujar. Una mano colocada ligeramente sobre la cabeza del bebé hará que no salga repentinamente. Deje que la cabeza salga gradualmente; ¡nunca debe de jalar! Facilite la salida del bebé junto con las contracciones. Continúe exhalando ligeramente con cada contracción para evitar el desgarre del tejido. Soporte la cabeza del bebé cuando aparezca. Después que salga la cabeza, cuidadosamente limpie hacia abajo los lados de la nariz y boca con una gasa limpia para que estas partes estén limpias. Si el cordón umbilical está alrededor del cuello del bebé, éste se necesita aflojar o, si es posible, deslizarlo sobre la cabeza del bebé. Soporte cuidadosamente al bebé al nacer. Recuerde que no debe jalar.

Después del nacimiento, cargue a su bebé con la cabeza un poco más abajo que el cuerpo para ayudar que el líquido se drene de su nariz y pulmones. Si el bebé necesita ayuda con su primer respiro, dé masaje en la espalda del bebé o en las plantas de sus pies. Séquelo rápidamente y luego envuelva al bebé en cobijas para mantenerlo caliente. Coloque un gorro en la cabeza del bebé para ayudarlo a conservarse caliente. Si el cordón umbilical está lo suficientemente largo, coloque al bebé sobre su pecho y amamántelo. De otra forma, coloque al bebé sobre su estómago. Ponga cobijas sobre usted y el bebé para que estén secos y calientes.

No corte el cordón umbilical para jalar la placenta. Es normal que el cordón umbilical se vuelva flácido y pálido al pasar unos minutos. Generalmente la placenta se expulsa en quince minutos. Será útil que amamante al bebé. Coloque la placenta en una bolsa de plástico para que el médico la pueda revisar para asegurarse de que esté completa. Generalmente hay sangrado vaginal. El sangrado disminuirá más rápido si amamanta al bebé. También ayudará darle masaje a la parte inferior de su vientre. Obtenga atención médica lo antes posible.

**Ahora descanse y disfrute a su bebé.**