

Evita ayunos prolongados

Si todo transcurre con normalidad, durante el trabajo de parto podrá beber líquidos claros o comer alimentos ligeros, indicados por el personal de salud.



En la atención del parto

Durante el control prenatal, trabajo de parto y parto, el personal de salud realizará las acciones que permitan un parto lo más natural posible, evitando procedimientos en forma rutinaria, como inducir o acelerar el parto, usar medicamentos o realizar cesárea, a menos que sea indispensable, previa valoración médica.



**Si tiene alguna duda,
acuda al Grupo de Apoyo
de su Unidad de Medicina
Familiar o de su Hospital.**

**No tire este folleto, regáleselo a
otra persona que lo necesite.**



Atención amigable

durante el embarazo,
trabajo de parto y parto



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL



imss.gob.mx

¿Qué es la atención amigable?

Se refiere a una serie de acciones preventivas, educativas, de orientación y consejería en la atención integral para usted y su bebé, que otorga el equipo de salud durante el embarazo, trabajo de parto, parto y después del nacimiento del bebé. Usted también puede realizarlas en su casa o en el hospital, si su condición de salud lo permite.



Controlar el dolor

Existen alternativas y métodos no medicamentosos que le ayudarán a sentirse más cómoda y controlar mejor el dolor durante el trabajo de parto y el parto, como masajes, ejercicios físicos y de respiración o aromaterapia.



Estar en movimiento

Durante el trabajo de parto, el personal de salud le alentará a caminar y moverse, con apoyo de su acompañante.



Acompañamiento

Durante su embarazo y trabajo de parto podrá estar acompañada por la persona que elija, con quien se sienta más segura y en confianza para:

- Recibir apoyo físico y emocional.
- Alentarlo a moverse.
- Ofrecerle alimentos ligeros y líquidos.
- Ayudarlo a manejar el dolor y la ansiedad.
- Brindarle palabras de aliento.
- Proporcionarle masajes relajantes y que alivien las molestias.

En la sala de parto y durante su recuperación estará acompañada por el personal de salud, quien se mantendrá al tanto de usted y de su bebé, y le informará a su acompañante de las condiciones de salud de ambos.