

Birth & Infant Feeding Menu

Attendants: Partner Children Relatives Friends Doula or birth assistant

LABOR CHOICES

I would like to:

- labor naturally.
- remain at home for as long as possible.
- have my bag of water break naturally.
- wear my own clothing for as long as possible.
- move freely.
- not receive Pitocin, if my labor is progressing naturally.
- not have IV (intravenous fluids), but instead drink fluids on my own during early labor.
- have an IV capped off, so I can move freely.

I would like my labor pain managed by the following choices:

- Music
- Whirlpool bath
- Birthing balls
- Rocking chair
- Squatting bar
- Aromatherapy
- Medication
- Epidural
- Limit visitors
- Focal Point
- Lights dimmed
- Other: _____

BIRTH CHOICES

I would like to:

- push instinctively.
- push in a position of my choosing:
 - Semi-reclining Side-lying
 - Hands and knees Squatting
- be coached on when to push and for how long.
- avoid an episiotomy if possible.
- use a mirror, so I can watch my baby being born.
- have my baby placed skin to skin on my chest, immediately after birth.
- breastfeed as soon as possible after birth.
- have hand expression of breast milk within the first hour after birth.
- have delayed umbilical cord clamping, if safe and possible.
- bank my baby's cord blood, that I have prearranged.
- take my placenta home with me.

CESAREAN BIRTH CHOICES

Sometimes, emergency situations happen and a rapid conversation about risks and benefits of cesarean birth can happen.

I would like to (if safe and possible):

- have my partner stay with me.
- view the birth of my baby.
- have an arm left free so I can touch my baby.
- have my baby placed skin-to-skin with me in the operating room and during the recovery period.
- Breastfeed and have hand expression of breast milk in the recovery room.

NEWBORN CARE CHOICES

I would like to:

- be present for my baby's first bath.
- have all newborn procedures and medications explained to me before they are performed or given.
- have _____ accompany my baby, and remain present for all procedures if my baby needs to leave my side for any reason.

NEWBORN FEEDING CHOICES

I plan to:

- exclusively breastfeed.
- combine breast and formula feeding.
- formula feed.

Menú Respecto al Parto y la Alimentación del Bebé

Asistentes: Pareja Hijos Familiares Amigos Doula o asistente de parto

ELECCIONES PARA EL PARTO

Yo quiero:

- un parto natural.
- permanecer en casa durante el mayor tiempo posible.
- permitir que mi fuente se rompa naturalmente.
- usar mi propia ropa durante el mayor tiempo posible.
- moverme libremente.
- no recibir Pitocin, si mi trabajo de parto avanza naturalmente.
- no recibir IV (líquidos intravenosos), en su lugar beber yo misma líquidos durante la labor de parto inicial.
- tener un IV bloqueado, para poder moverme libremente.

Yo quiero que mi dolor de parto sea tratado mediante las siguientes elecciones:

- música
- bañera de hidromasaje
- pelotas de parto
- silla mecedora
- barra para ponerme en cuclillas
- aromaterapia
- medicamentos
- epidural
- limitar el acceso de visitantes
- punto Focal
- luces tenues
- otro: _____

ELECCIONES DE PARTO

Yo quiero:

- pujar instintivamente.
- pujar en una posición que yo elija:
 - Semi-reclinada
 - Acostada de lado
 - sobre las manos y las rodillas
 - en cuclillas
- ser dirigida respecto a cuándo pujar y durante cuánto tiempo.
- evitar una episiotomía de ser posible.
- utilizar un espejo, para que pueda ver cuando nace mi bebé.
- que mi bebé sea colocado piel a piel sobre mi pecho, inmediatamente después del parto.
- amamantarlo tan pronto como sea posible después del parto.
- extraer manualmente mi leche dentro de la primera hora después del parto.
- que el pinzamiento del cordón umbilical se retrase, en caso de que sea seguro y posible.
- almacenar en un banco la sangre del cordón umbilical de mi bebé, lo cual ya he organizado.
- llevar mi placenta conmigo a casa.

ELECCIONES PARA PARTO MEDIANTE CESÁREA

Algunas veces se presentan situaciones de emergencia y puede ser necesario llevar a cabo conversaciones rápidas respecto a los riesgos y beneficios de un parto por cesárea.

Yo quiero (de ser seguro y posible):

- que mi pareja esté conmigo.
- ver el nacimiento de mi bebé.
- tener libre un brazo para poder tocar a mi bebé.
- que mi bebé sea colocado piel a piel sobre mí en la sala de operaciones y durante el periodo de recuperación.
- Amamantar y extraer manualmente mi leche en la sala de recuperación.

ELECCIONES PARA EL CUIDADO DEL RECIÉN NACIDO

Yo quiero:

- estar presente para el primer baño de mi bebé.
- que todos los procedimientos y los medicamentos para el recién nacido me sean explicados antes que sean realizados o proporcionados.
- que _____ acompañe a mi bebé y esté presente en todos los procedimientos en caso que mi bebé deba alejarse de mi lado por cualquier razón.

ELECCIONES PARA LA ALIMENTACIÓN DEL RECIÉN NACIDO

Tengo la intención de:

- amamantar exclusivamente.
- combinar la lactancia con la alimentación con leche de fórmula.
- alimentar con leche de fórmula.