



# Cómo escoger el hospital donde nace tu bebé

Llegó la hora de escoger el lugar en donde recibirás a tu bebé, y en Libera Tu Salud sabemos que un momento tan importante en tu vida, la de tu pareja y la de tu bebé, merece un lugar que se adecúe a sus necesidades.

No siempre es fácil escoger el hospital o centro de salud en donde recibiremos a nuestro bebé, pues algunos permiten el parto humanizado, el contacto piel con piel, fomentan el inicio de la lactancia materna dentro de la hora dorada y otros no.



En Libera Tu Salud deseamos, que esta decisión sea emocionante y no estresante, por lo que te compartimos algunos Tips para que el proceso de discernimiento sea mucho más fácil.

# 1

Comunica todos tus deseos e inquietudes: muchas veces el problema es que no se tiene un canal de comunicación con el ginecólogo durante las consultas prenatales. Te presentamos una serie de preguntas importantes a realizar:

**A**

¿Está dispuesto a trabajar un parto humanizado?

**B**

¿En ese hospital administran fórmula láctea a los recién nacidos?

**C**

¿Podré comenzar con el contacto piel con piel cuando nazca mi bebé?

**D**

¿Podré aprovechar la hora dorada para comenzar con la lactancia materna?

**E**

¿Se llevarán a mi bebé a una sala aparte para que se recupere?

**F**

¿Cuántas personas me pueden acompañar durante el parto?

**G**

¿En caso de que no se respete alguno de estos acuerdos, puedo hacer algo?

## 2

Contacta a alguna persona que haya tenido su proceso en ese hospital: hablar con alguien que ya vivió el protocolo de una institución médica puede ser de mucha ayuda, para determinar el panorama al que te estarás enfrentado ese día.



## 3

Compara tus opciones: entendemos que muchas veces el hospital en el que nosotros nacimos o en el que nacieron nuestros papás puede llamarnos la atención, sin embargo es importante que conozcas sus lineamientos y actualizaciones, para que no te lleves ninguna sorpresa ese día.

Si te interesa conocer más sobre el protocolo que tienen algunos hospitales, puedes consultar la sección de Blogs del mes de mayo, donde encontrarás el contenido bajo el nombre: “Lineamientos del hospital para la llegada de tu bebé”.

# 4

Rodéate de gente que sea de toda tu confianza: sabemos que es una decisión muy importante por la que contar con una red de apoyo puede ser de mucha ayuda. Apóyate en tu pareja, amigos o familiares, para expresarles tus inquietudes y sentirte apoyada a lo largo de este proceso.



# 5

Confía en tu decisión, sabemos que tu intuición de madre te llevará a tomar la mejor decisión para ti y para la salud de tu bebé.

En Libera Tu Salud te guiamos a lo largo de este proceso tan importante, por lo que te invitamos a que consultes el artículo “El parto”, dentro de la herramienta <<Conoce más>> ya que ahí te explicamos el proceso que vivirás el día de la llegada de tu bebé y te ayudará a estar más tranquila y preparada.

El parto  
Click aquí



Libera Tu Salud  
te acompaña en tu camino  
de bienestar.