



# El Parto



# ¡Por fin, llegó el momento de la llegada de tu bebé!



Este momento tan esperado puede ser intimidante para muchas personas, pues se conoce como un proceso largo, cansado y con muchas emociones encontradas.

Sin embargo, en Libera Tu Salud te compartimos lo que sucede en la labor de parto, para que puedas disfrutar de tu proceso, sentirte segura y darle la bienvenida a tu bebé sin estrés.

# El parto se divide en 3 etapas:

## 1 Periodo de dilatación o trabajo de parto:

Esta suele iniciar con contracciones rítmicas en la parte inferior del abdomen, posteriormente existe la expulsión del tapón mucoso, este tapón se crea durante el embarazo, y sirve como una barrera de protección contra bacterias y agentes externos al bebé y a la madre.

Después tenemos la ruptura del saco amniótico, comúnmente conocido como “la fuente”, en este momento la persona embarazada debe acudir a su centro de salud, pues ha comenzado la labor de parto.

Una vez en el centro médico, el ginecólogo realizará una evaluación de dilatación en el canal vaginal y cuello uterino, **se busca que para este momento la dilatación sea alrededor de 4 cm.**

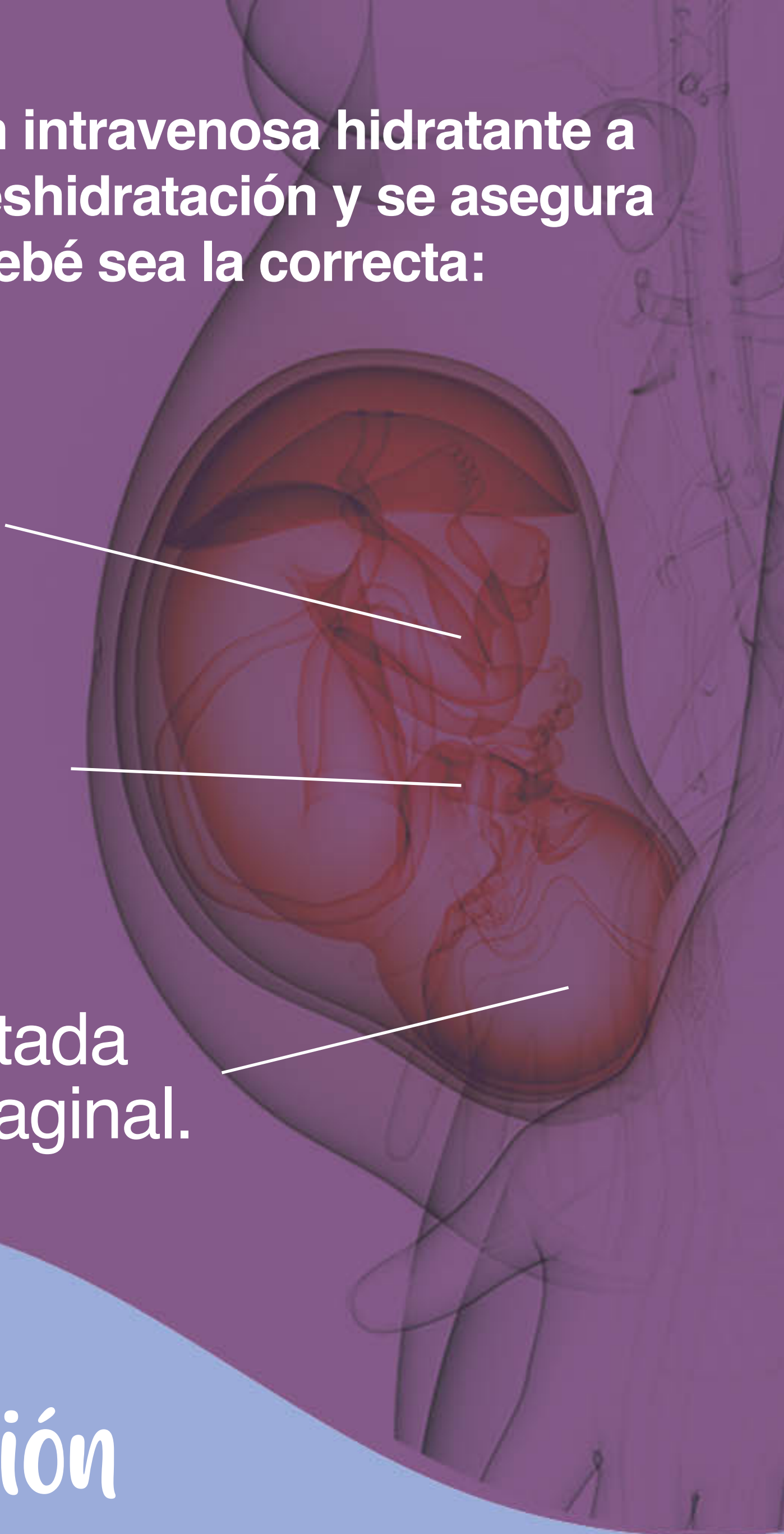


Se administra una solución intravenosa hidratante a la madre para prevenir la deshidratación y se asegura que la posición del bebé sea la correcta:

Los brazos cruzados sobre el pecho.

La barbilla pegada al pecho.

Cabeza orientada hacia el canal vaginal.



## 2 Periodo de expulsión

Se alcanza una dilatación de 10 cm en el canal vaginal y se le pide a la madre que comience a pujar con cada contracción, para facilitar el desplazamiento del bebé, se recomienda que la madre esté acompañada de su pareja o alguna persona cercana, ya que puede ser un proceso tardado.





**Cuando la cabeza del bebé sale, el ginecólogo puede tomarlo con cuidado y facilitar su expulsión.**

En cuanto se completa la salida del bebé se aspira la mucosidad de la nariz, boca, garganta y se corta el cordón umbilical.

Posteriormente, se seca al recién nacido, se envuelve en una manta y se entrega a la madre para comenzar con la hora dorada.

Si te interesa conocer más acerca de la hora dorada, visita nuestro artículo “Conoce la hora dorada”, en la herramienta <<Cuerpo / Mente / Espíritu>>.

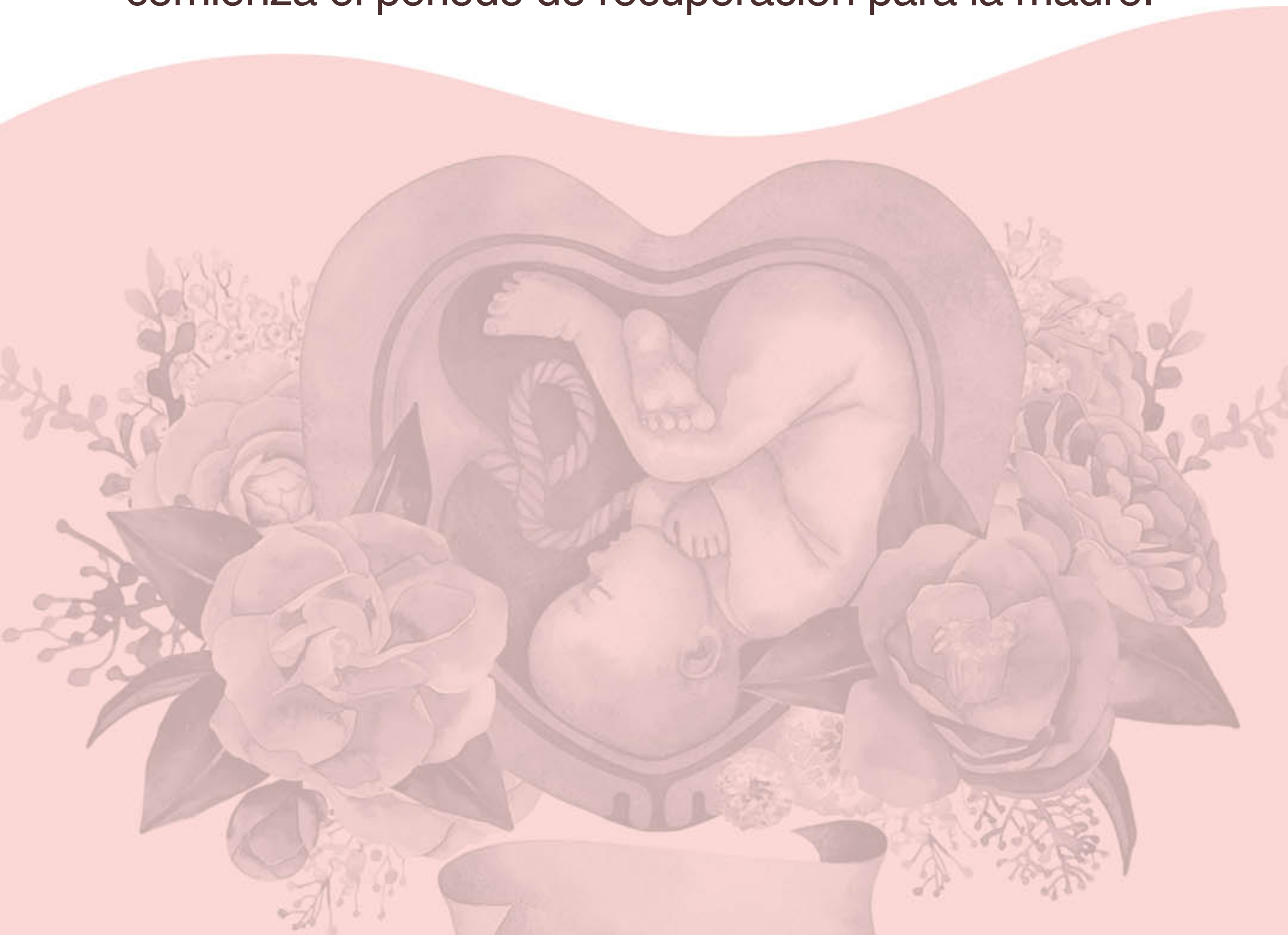
### 3 Periodo de alumbramiento o expulsión de la placenta

**La placenta es un órgano que se desarrolla dentro del útero durante el embarazo, este sirve para transportar nutrientes y oxígeno al bebé, así como cuidarlo de agentes externos.**

Es necesario que la placenta salga por completo después del parto, ya que esto manda señales al cuerpo que indican el fin del embarazo.

Después de dar a luz, generalmente la madre puede expulsar la placenta por sí sola, pero en caso de no ser así, se administra oxitocina por vía intravenosa y se masajea el abdomen para conseguir expulsar la placenta.

Una vez afuera, se revisa que esté completa, ya que no puede quedar nada de este órgano dentro del útero y comienza el periodo de recuperación para la madre.



**Ahora que conoces las etapas del parto, puedes estar más tranquila por la llegada de tu bebé.**

Libera Tu Salud te invita a que te informes sobre los lineamientos del hospital en donde será el nacimiento de tu bebé, consúltalos en la sección <<Tips>>, en el tip de vida diaria, la ficha bajo el nombre: “Cómo escoger el hospital en donde nace tu bebé”.



### Bibliografía

Manuales, M. S. D. (2023, Enero 16). El útero, el cuello uterino y el canal cervical. Consultado el 15 de marzo del 2023, desde MANUAL MSD: <https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-femenina/parto-normal/parto>

Las etapas del trabajo de parto y el parto: ¡llegó el momento de tener al bebé! (2022, enero 13). Recuperado el 15 de marzo de 2023, desde Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/labor-and-delivery/in-depth/stages-of-labor/art-20046545>