

lo más hermoso y natural del mundo

Avanzamos  
Patria!

m p  
Ministerio  
de Salud Pública



Es natural que se sienta insegura, es natural que se sienta preocupada,

Pero también  
**será natural**  
que se olvide de  
todo esto cuando su  
**bebé nazca**





### Deja que la vida ocurra de forma natural

---

El parto es el primer encuentro entre madre e hijo, este momento es muy especial, lleno de sentimientos y emociones que marcan un cambio profundo en tu vida y en la de tu familia.

Para vivir este acontecimiento plenamente, participa en todas las decisiones que se tomen acerca de tu parto, conversa con el médico y considera cómo fue tu embarazo.

### El bebé necesita tiempo para estar listo y nacer

---

Durante las semanas 37 y 42 del embarazo, el bebé termina su crecimiento y algunos de sus órganos maduran para que pueda llegar al mundo externo.

Planificar una cesárea durante estas semanas de embarazo, sin permitir que el parto ocurra naturalmente, puede ocasionar al bebé problemas respiratorios, ya que aún no se encuentra listo para nacer.

Si el bebé nace con este tipo de problemas, es posible que necesite cuidados especiales y permanezca separado de su madre durante las primeras horas después del parto. El vínculo afectivo que debe formarse entre madre e hijo es afectado y el bebé tendría dificultades para adaptarse a la vida e iniciar la lactancia materna.

### El médico puede orientarte

---

Conversa con tu médico acerca de cuáles son las señales de inicio de trabajo de parto, también otras madres que ya pasaron

por la experiencia de tener un parto normal podrán ayudarte. Es común que las mujeres acudan a la maternidad y sean internadas de forma muy anticipada, con poca dilatación uterina y contracciones débiles. Esto ocasiona estrés y preocupación, y puede provocar que se tomen decisiones apresuradas para realizarse una cesárea que no es necesaria.

### Infórmate, es tu derecho.

### Mantenga la calma durante el parto

---

El parto normal es mucho más seguro que una cesárea, ya que no es una cirugía y tiene menor riesgo de sufrir sangrado o algún tipo de infección después del parto. La mayoría de veces está de pie al día siguiente, lista para disfrutar de cada momento con su bebé.

### Una experiencia única, segura y saludable

---

Existen varias técnicas que ayudan a que el parto normal sea más cómodo y tranquilo.

Debes procurar mantenerte activa y adoptar una posición cómoda.

**Con estos consejos, el parto puede ser una experiencia enriquecedora y dejar una huella positiva para ti y tu familia.**