

YA SEA DURANTE EL EMBARAZO, PARTO
O POSTPARTO TIENES DERECHO A:

1. DISFRUTAR

DEL MÁS ALTO NIVEL POSIBLE DE
SALUD FÍSICA, MENTAL Y SOCIAL.
A RECIBIR ATENCIÓN DE CALIDAD Y
CALIDEZ ANTES, DURANTE Y DESPUÉS
DEL EMBARAZO.

Aun cuando estos procedimientos no son lo usual en los hospitales públicos y privados de México, tienes derecho a exigirlos en el marco de los derechos humanos que implican una vida libre de violencia; además, están plenamente respaldados en la medicina basada en evidencia científica actualizada, por lo que tienes derecho a solicitarlos.

INFÓRMATE:

www.partolibremexico.org

(55) 57 84 04 86

www.cd hdf.org.mx

(55) 52 29 56 00

www.gire.org.mx

(55) 56 58 66 84

ESTE DOCUMENTO FUE ELABORADO POR:

PARTO LIBRE, CDHDF Y GIRE CON BASE EN:

- Las Recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para la atención del parto normal.
- La propuesta del derecho de la mujer a un cuidado respetuoso de la maternidad por White Ribbon Alliance.
- Las revisiones del grupo de Embarazo y Nacimiento de la Biblioteca Cochrane.



CARTILLA

ATENCIÓN HUMANIZADA AL PARTO

2. SER TRATADA SIN DISCRIMINACIÓN ALGUNA Y ESTAR LIBRE DE VIOLENCIA FÍSICA, PSICOLÓGICA O INSTITUCIONAL.

Nadie puede agredirte o negarte la atención médica por tu origen étnico, género, edad, discapacidad, condición social, condición de salud, religión, preferencia sexual, estado civil o cualquier otra razón que atente contra tu dignidad. Tus necesidades específicas y preferencias culturales siempre deben ser respetadas.

3. TOMAR DECISIONES LIBRES E INFORMADAS SOBRE LA ATENCIÓN QUE RECIBES.

Recibir información objetiva, veraz y oportuna de forma clara y completa sobre los procedimientos clínicos que te van a realizar y sus consecuencias a corto y largo plazo. A este procedimiento se le llama consentimiento informado.

4. PRIVACIDAD.

Nadie te puede exponer frente a otras personas ni exhibir información personal sin tu autorización.

EN EL PROCESO DE PARTO, SIEMPRE Y CUANDO TU SALUD LO PERMITA, PUEDES:

- **DECIDIR** el lugar del nacimiento en caso de ser un parto normal, sin complicaciones. Actualmente tienes la posibilidad de recibir atención de calidad en: tu hogar, clínicas y hospitales.
- **SOLICITAR** comida/bebida durante el trabajo de parto.
- **ACEPTAR O NO** el uso de analgésicos o anestésicos.
- **CONTAR O NO** con un/a acompañante en todo momento y/o una partera.
- **TENER** libre movimiento durante tu trabajo de parto.
- **ELEGIR** la postura durante el periodo expulsivo.
- **DEFINIR** el destino de la placenta y otras prácticas culturales importantes para ti.
- **ACEPTAR O NO** la realización de una lavativa intestinal y el rasurado del vello púbico antes del parto.

LA OMS RECOMIENDA QUE EN LA ATENCIÓN DEL PARTO NO SE REALICEN CIERTAS PRÁCTICAS MÉDICAS DE FORMA RUTINARIA O INNECESARIA, QUE SE ATIENDA DE FORMA INDIVIDUALIZADA Y DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES QUE CADA PARTO DEMANDE. RECOMENDACIONES:

SIEMPRE Y CUANDO TU SALUD LO PERMITA, LAS Y LOS PROFESIONALES DE LA SALUD DEBEN:

- **PROMOVER EL PARTO VAGINAL**, aun cuando hayas tenido una cesárea y siempre que así lo quieras.
- **EVITAR EL USO RUTINARIO DE:**
 - Episiotomía*
 - Inducción o conducción del parto
 - Rotura precoz artificial de membranas
 - Maniobras que interfieran con el esfuerzo natural de pujo
 - Exploración manual del útero postparto

CUANDO TU BEBÉ NAZCA:

- Esperar a que el cordón umbilical deje de latir antes de cortarlo.
- Tener contacto físico piel a piel con tu bebé siempre que la salud de ambos lo permita.
- Lactancia materna inmediata, de 10 minutos a dos horas, después del nacimiento.

* Corte para engrandecer la apertura vaginal y facilitar la expulsión del producto.