



LA EXPERIENCIA DEL EMBARAZO Y EL PARTO EN DEXEUS MUJER

Todo lo que necesitas saber

Si has llegado hasta aquí es porque has tomado una de las decisiones más importantes de tu vida: **vas a ser mamá**. Durante toda esta etapa, en cada paso que des, estaremos junto a ti compartiendo cada emoción, cada cambio que experimentes como mujer y ayudándote siempre que lo necesites.



ÍNDICE

1

Embarazo. Comienza una etapa inolvidable

- Por qué llevar tu embarazo en Dexeus Mujer
- Descubre todo lo que podemos hacer por ti
 - Te ayudamos a cuidarte

2

Confort y seguridad para el momento de dar a luz

- Salas de parto
- Quirófanos
- Unidad de Neonatología
- Habitaciones
- Suites

3

El día del parto

- ¿Cómo sé si estoy de parto?
 - Tu llegada al hospital
- ¿Qué controles me realizarán en el hospital?
 - ¡Estoy de parto! ¿Y ahora qué?
 - Tranquila estás en las mejores manos
- Favoreciendo en vínculo desde el primer momento
 - Pequeños detalles complementarios
 - La canastilla y tu maleta
 - Visita postparto

1 Embarazo. Comienza una etapa inolvidable

El embarazo es solo el principio de un largo camino que recorrerás junto a tu bebé y a tu familia. Una **experiencia única e inolvidable** que queremos compartir contigo, **acompañándote en cada etapa** que vivirás como futura madre.

En **Dexeus Mujer** vivirás tu embarazo con la tranquilidad de saber que estás en las mejores manos y en un centro de referencia tanto en embarazos sin problemas como en embarazos que presenten algún tipo de complicación.

Queremos que disfrutes de un embarazo seguro y sin contratiempos, para que puedas vivir cada etapa con total tranquilidad.

Todo lo que necesitas saber sobre el embarazo y el parto lo encontrarás aquí, en Dexeus Mujer.



Por qué llevar tu embarazo en Dexeus Mujer

- Somos el centro privado que atiende más embarazos de Cataluña (**3.000 partos al año**) y **con una historia de más de 85 años**.
- **Contamos con una sección especializada en Medicina fetal**, con un equipo médico dedicado exclusivamente al diagnóstico prenatal que trabaja con ecógrafos de última generación.
- **Unidad de Alto Riesgo**. Disponemos del mejor equipo para llevar tu embarazo en situaciones especiales: gestación gemelar, antecedentes de embarazos complicados, enfermedades preexistentes o si presentas cualquier situación que incremente la probabilidad de tener complicaciones.
- **Unidad de Genética Médica**. En base a tus antecedentes podemos recomendarte las mejores pruebas para el diagnóstico precoz de distintas enfermedades y ofrecerte un asesoramiento posterior de una forma multidisciplinar.
- **Todas las semanas se reúne el Comité de Medicina Materno fetal** (pediatría, neonatología, obstetricia, genética...) para ofrecerte el mejor consejo en caso de cualquier eventualidad.
- Disponemos de **tests genéticos preconceptionales** para disminuir el riesgo de transmisión de posibles enfermedades a tu bebé.
- **Visita sin hora**, para que puedas acudir a nosotros ante cualquier duda cuando lo necesites.
- **Equipo de guardia 24 horas**: obstetras, pediatras y anestesiastas los 365 días del año.
- **El Hospital Universitario Dexeus** cuenta con el reconocimiento IHAN promovido por UNICEF, que lo acredita como "Hospital Amigo del Niño" por sus prácticas en este sentido, incluyendo la promoción de la lactancia materna, el piel con piel en sala de partos, rooming in, etc.
- Contamos con unos **servicios adicionales** ofrecidos por un equipo de profesionales que podrán acompañarte y asesorarte durante y después de tu embarazo como la nutrición, fisioterapia, acupuntura o soporte psicológico.



Descubre todo lo que podemos hacer por ti

Ponemos a tu disposición una serie de servicios y ventajas para que vivas tu embarazo de la forma más completa posible.



Tour Virtual

Descubre y explora nuestras salas e instalaciones en nuestro Tour Virtual 360°. Tendrás la sensación de encontrarte físicamente en nuestro centro, y podrás moverte por todos los rincones de Dexeus Mujer, incluyendo las salas de partos y las habitaciones del hospital.



Área Privada de la paciente

Desde nuestra aplicación tendrás acceso a tu espacio virtual privado con tu historial médico, todas tus ecografías y visitas online, podrás realizar gestiones relacionadas con tu salud con toda la comodidad, cuando quieras y desde tu teléfono móvil.



Embarazo Plus

En Dexeus Mujer sabemos lo importante que es para ti tu embarazo. Por eso, además de acompañarte durante todo el proceso, queremos ofrecerte la posibilidad de hacer de tu embarazo una experiencia todavía más personalizada, disfrutando de otras ventajas más.



Mum's Cool

En la escuela digital de madres de Dexeus Mujer encontrarás contenido útil y de calidad con vídeos y talleres para que vivas y afrontes de la mejor manera todos y cada uno de los momentos del embarazo y posparto.



Ecografías 4D-5D

Deja de imaginar cómo será, ¡ahora puedes ver la cara de tu bebé antes de que nazca! Con las ecografías 4D-5D podrás ver a tu bebé en tres dimensiones y en movimiento.



Plan de parto

Podrás expresar tus preferencias, necesidades, deseos y expectativas sobre el proceso del parto y el nacimiento de tu bebé en el Plan de parto, en el que podrás escoger entre diferentes opciones para que vivas este momento de la manera que tú decidas.



Unidad de Cuidados Intensivos (UCI)

El hospital cuenta con el soporte de una moderna UCI, completamente equipada, con la mejor tecnología disponible en la actualidad.



UCI Neonatal

El hospital cuenta con una UCI Neonatal de nivel III, que puedes atender nacimientos prematuros de cualquier edad gestacional.



Comadrona en el parto

Una comadrona a tu lado durante todo el tiempo que dure la dilatación y el parto, controlando su evolución y asesorándote en todo momento.

Te ayudamos a cuidarte

En Dexeus Mujer queremos que disfrutes de tu embarazo con todas las **comodidades**, por eso ponemos a tu servicio una serie de **servicios adicionales** pensados para ofrecerte lo que necesites en cada etapa de tu embarazo, porque cada fase tiene unas necesidades particulares que requieren atenciones diferentes.



Nutrición

Fieles a nuestra vocación de cuidar de tu salud y de ofrecerte una atención integral, en Dexeus Mujer contamos con una Unidad de Nutrición, para ayudarte a mejorar tus hábitos, seguir una alimentación sana y equilibrada y perder peso una vez hayas dado a luz y dejado de lactar.



Psicología

Nuestra Unidad de Psicología está pensada para ofrecerte apoyo psicológico y cuidar tu bienestar emocional siempre que lo necesites. Te ayudaremos a afrontar un diagnóstico, un tratamiento o una situación personal complicada, mediante una atención psicológica adecuada a cada momento.



Acupuntura

La acupuntura puede ser de ayuda para reducir dolores y aliviar algunas molestias, como las náuseas, el insomnio, los edemas, los dolores musculares, etc.



Drenaje linfático

El drenaje linfático es un método de masaje que estimula la circulación y favorece la eliminación de líquidos retenidos durante el embarazo. Eliminarás toxinas y notarás como la hinchazón de piernas y tobillos se alivia al momento. Se recomienda especialmente en el último trimestre de embarazo.



Masaje terapéutico

Con el masaje terapéutico, aliviarás las molestias en las zonas que más se ven afectadas durante el embarazo, como piernas, brazos y espalda. Además, te ayudará a relajarte física y emocionalmente y a reducir el cansancio. Cuídate y disfruta de tu embarazo con todo el bienestar.



Fisioterapia del suelo pélvico

Tras el parto es importante que la musculatura pélvica recupere su tono, ya que son los músculos encargados de soportar el peso de los órganos abdominales. Durante el embarazo y el parto estos músculos se ven muy debilitados dando lugar a problemas de incontinencia o a disfunciones sexuales.

2 Confort y seguridad para el momento de dar a luz

En Dexeus Mujer queremos que tengas un parto totalmente seguro y cómodo, con los mejores profesionales y todos los recursos para reducir al máximo los riesgos.

El hospital cuenta con 7 salas de parto, 2 quirófanos y una sala de control postoperatorio inmediato.

Salas de parto

La mayoría de nuestras salas de parto cuentan con luz natural, y están preparadas para que puedas estar en la misma habitación durante todo el proceso, desde tu llegada hasta el nacimiento de tu bebé.

En las salas de parto se lleva a cabo el **proceso de dilatación y el alumbramiento**. Son salas espaciosas y cómodas con aseo, televisión y pelotas de pilates por si las necesitas.

Disponemos de camas de parto articuladas que permiten configurarse de múltiples maneras y darte la posibilidad de dar a luz en la postura que elijas. También tenemos una silla de partos con disponibilidad de liana.

Quirófanos

Las cesáreas, tanto programadas como de recurso, se realizan en los quirófanos obstétricos disponibles en el área de Obstetricia, de forma que no es necesario trasladarte a otro área hospitalaria si es preciso realizar una cesárea.

Cuando nazca tu bebé, la comadrona lo atenderá y lo colocará junto a ti para que puedas hacer el piel con piel. Tras la cesárea, permanecerás en la sala de reanimación durante una hora aproximadamente. Durante este periodo, tu bebé estará en todo momento junto a ti y, si quieres, podrás iniciar en ese momento la lactancia materna.

Unidad de Cuidados Intensivos (UCI)

El hospital cuenta con el soporte de una moderna UCI de adultos con 10 camas, completamente equipada, con la mejor tecnología disponible en la actualidad y está preparada para recibir pacientes adultos y pediátricos.

Unidad de Neonatología

El hospital cuenta con una **UCI Neonatal** de nivel III, que puede atender nacimientos prematuros extremos de cualquier edad gestacional desde el mismo momento de la viabilidad.

La Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales está ubicada en la planta 2, y ofrece **asistencia médica a los bebés que presentan algún problema o que sean prematuros.**

Tiene una capacidad para 21 bebés y está dotada con los recursos humanos y tecnológicos propios de una unidad de nivel III, es decir, de máxima complejidad asistencial que permite atender a todo tipo de patologías neonatales y los casos más extremos de prematuridad.

Unidad de Hemodinámica

Disponemos de una avanzada Unidad de Hemodinámica cuya intervención es primordial en los casos de hemorragias postparto que no responden a otros tipos de tratamiento. Mediante la embolización de los vasos que irrigan al útero este tipo de unidades consiguen reducir significativamente la necesidad de realizar una histerectomía (extirpación del útero) para cohibir las hemorragias severas.

Hospital seguro COVID-19

Debido a la pandemia de COVID-19 hemos establecido circuitos propios para la atención al embarazo y el parto completamente independientes de la atención a otros pacientes y enfermos del hospital. Los accesos -entradas y salidas- también se han diferenciado y delimitado. Además, el Hospital Universitari Dexeus ha recibido la Certificación Applus Hospital Seguro COVID-19 por todos los nuevos protocolos y medidas organizativas establecidas por la Generalitat de Catalunya y otras autoridades competentes que han implantado y que están relacionadas con el entorno físico, la higiene y otros aspectos técnicos y del personal sanitario.

Asimismo, se realiza el test COVID-19 a todas las pacientes que tengan previsto dar a luz en nuestro hospital y justo los días antes del parto si es programado o al ingreso si acudes por urgencias. Es importante tener esta información justo en ese momento para determinar el protocolo que hay que seguir en la atención al parto y las medidas de protección que debe utilizar el personal sanitario, así como en la atención y cuidados del bebé.

Habitaciones

En el Hospital Universitario Quirón Dexeus contamos con 160 habitaciones. Todas las habitaciones son individuales y disponen de cama para el acompañante y baño.

Suites

También disponemos de 4 Royal Suites, ubicadas en la 7ª planta, que te ofrecen la comodidad de un hotel y unos servicios únicos en un entorno cálido, agradable y acogedor:

- Salón de 25m²
- Cama de matrimonio para el acompañante
- Baño privado y acceso independiente
- Televisión gratuita
- Servicio de habitaciones
- Prensa diaria y conexión WIFI

*Reserva tu suite en el Servicio de Atención de la Paciente de Dexeus Mujer.

3 El día del parto

¿Cómo sé si estoy de parto?

El síntoma más frecuente es la aparición de contracciones uterinas. El útero o matriz se endurece ocasionando molestias en el vientre y en la espalda. Esas sensaciones dolorosas son intermitentes, progresivamente rítmicas y no desaparecen a pesar de cambiar de postura o levantarse de la cama. Pueden ir acompañadas de pequeñas señales de sangre. Otra posibilidad menos frecuente es que se rompa la bolsa de las aguas.

Es recomendable que acudas al hospital si:

- Rompes aguas, aunque no tengas contracciones dolorosas.
- Las contracciones son cada vez más seguidas, molestas y duraderas, y persisten cada 5-10 minutos durante más de una hora.
- Presentas un sangrado vaginal igual o superior a una regla.
- Si percibes una disminución en la movilidad del bebé.

Tu llegada al hospital

De urgencias

Si acudes al hospital de urgencias, dirígete a la recepción de Partos de la planta 3 para la admisión. Está abierto de lunes a viernes desde las 7:30 a las 22 h.

Si vinieras a partir de las 22 h, en fines de semana o festivos deberás dirigirte primero a la recepción del Servicio de Urgencias (planta 1) para formalizar los trámites de admisión

¿Por dónde se accede?

Peatonal: Sabino Arana, 5-19

Parking: Gran Vía Carlos III, 75. Abierto 24 h.

Parto programado o cesárea

Si tienes fecha para la inducción al parto o para la cesárea, dirígete a la recepción de Partos de la planta 3 para la admisión directamente.

¿Qué controles me realizarán en el hospital?

A tu llegada al hospital, te recibirá el equipo de guardia, integrado por ginecólogos/as, comadronas/es, residentes, y anestelistas, que realizarán los siguientes controles:

- Revisión de tu historial clínico, integrado en el sistema informático de sala de partos
- Exploración para saber si estás de parto
- Monitorización materno-fetal con registro cardiográfico para valorar el estado del feto y la regularidad de las contracciones.
- Toma de constantes: tensión arterial, pulso y temperatura.

Si tienes una dilatación de 3 cm o más y contracciones regulares, entonces estás de parto. A partir de ese momento te quedarás en el área de partos. En caso de tener contratado el [Servicio de Embarazo Plus](#), el equipo de guardia avisará a tu ginecólogo/a.

Si la bolsa está rota y aún no ha comenzado el parto, también te quedarás ingresada, a la espera de que se inicie el parto en las siguientes horas.

En cambio, si se trata de una falsa alarma y se descarta que estés de parto o con la bolsa rota, podrás volver tranquila a casa.



¡Estoy de parto! ¿Y ahora qué?

- 1 Te asignarán una **sala de parto con luz natural**, preparada para que puedas estar en la misma habitación durante todo el proceso, desde tu llegada hasta el nacimiento de tu bebé, y podrás estar acompañada por una única persona que tú elijas.
- 2 La comadrona te ofrecerá un camisón del hospital para cambiarte y te colocará una vía de manera preventiva, por si necesitaras medicación endovenosa.
- 3 El equipo asistencial te solicitará la documentación del parto. En caso de que hayas convenido con tu obstetra el **Plan de Parto**, lo leerán y comentarán contigo para así poder ajustar todas las actuaciones en el sentido de tus deseos.
 - Condiciones del espacio físico: escuchar música, intensidad de la luz, ver la televisión, etc.
 - Dilatación y parto: enema, deambulación, ingesta de líquidos, información previa a la administración de fármacos.
 - Monitorización fetal: continua o intermitente.
 - Tratamiento del dolor: anestesia epidural, “walking epidural”, calor local...
 - Material de apoyo: pelota, espejo, almohada, silla de parto...
 - Decisiones del periodo expulsivo: posición, inicio de pujos, episiotomía, rasurado, etc.
- 4 **Durante la dilatación**, monitorizamos el feto para controlar el estado del bebé, ya sea mediante registro continuado, con periodo “ventana” o con telemetría. Gracias al equipamiento tecnológico del área, podemos ver en todo momento los resultados de los registros desde el control de enfermería, para que tu acompañante y tú tengáis mayor intimidad.
- 5 **Después del nacimiento**, el bebé permanecerá en todo momento junto a ti, y si lo deseas podrás vivir el “piel con piel” e iniciar la lactancia materna. El traslado a planta lo haréis juntos madre e hijo/a.
- 6 En caso de **cesárea**, se realizará en los quirófanos obstétricos ubicados en el mismo espacio que las salas de parto. También se permite el acceso de un acompañante, excepto en el caso de cesárea de urgencia o que concurran factores de riesgo. Tras la cesárea, permanecerás en la sala de reanimación durante una hora aproximadamente.

Durante este período, tu bebé estará en todo momento junto a ti y, si quieres, podrás iniciar la lactancia materna.

Tranquila, estás en las mejores manos

Una vez haya nacido tu bebé, si todo ha ido bien, lo pondremos encima de ti, piel con piel, valoraremos su adaptación al medio con el Test de Apgar y le administraremos la medicación preventiva.

En el **Plan de Parto** podrás escoger diferentes opciones después del nacimiento del bebé:

- Realizar el pinzamiento tardío del cordón umbilical.
- Conservación de la sangre de cordón umbilical para donación a banco público o disponibilidad particular.
- Que la pareja pueda cortar el cordón umbilical.
- Lactancia materna.

Favoreciendo el vínculo desde el primer momento

Nuestro hospital posee el título de “Hospital Amigo de los Niños”, un distintivo promovido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) que indica que se ofrece el contacto piel con piel entre madres y padres e hijos, así como la permanencia del bebé en la habitación materna las 24 h para facilitar la lactancia materna y el vínculo entre la madre y el bebé. Esta iniciativa se conoce a nivel internacional como Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia (IHAN).



Piel con piel

Las primeras horas después de nacer, tu bebé estará en contacto directo, inmediato y continuo contigo. Ese momento inolvidable favorece el vínculo y estimula su sistema inmunológico.



Lactancia materna

La leche materna es el mejor alimento para tu bebé durante los primeros meses de su vida. Si decides dar el pecho a tu bebé, contarás con un [grupo de apoyo para iniciar la lactancia materna](#) y ayudarte a resolver todas tus dudas.



Conservación de la sangre de cordón umbilical

Puedes donar la sangre de cordón a un banco público o conservarla de forma privada:

- **Pública:** te facilitaremos toda la documentación en el momento del ingreso.
- **Privada:** se necesita haber contactado previamente con el Servicio de Atención a la Paciente para contratar este servicio con uno de los bancos acreditados con nuestro hospital.. En Dexeus Mujer te facilitaremos toda la información que necesites: con qué bancos colaboramos, cómo es el proceso, etc.

Es aconsejable recordar al ingreso en sala de partos al personal que quieres conservar la sangre de cordón (tanto en el supuesto de donación como de preservación particular).

Pequeños detalles complementarios

Pendientes*

Si quieres ponerle pendientes a tu bebé, comunícaselo a la comadrona durante tu estancia en la sala de partos o a la puericultora. Por motivos de esterilidad, sólo se colocarán los pendientes facilitados por el Hospital.

Otoemisiones*

Es un método objetivo, no invasivo, para la evaluación del sistema auditivo de manera rápida y segura. Puede practicarse a partir de las 24h de vida del bebé, no produce molestias y no necesita preparación previa.

Fotoreportaje bebé*

Durante tu estancia en el hospital, fotógrafos profesionales autorizados te visitaran en tu habitación para ofrecerte la posibilidad de hacer un álbum a tu bebé.

En el Hospital Universitario Quirón Dexeus obsequiamos a todos los padres con una foto recuerdo del recién nacido, que puede ser publicada en nuestra página web previa autorización por escrito de los padres.

Los trámites*

Cuando nazca el bebé, deberás llevar a cabo toda una serie de trámites como la inscripción en el registro, la gestión de las prestaciones, el alta en la seguridad social... Si quieres olvidarte del papeleo y preocuparte solo de disfrutar de tu bebé, colaboramos con un servicio de gestoría que se ocupan de todo.

*Estos procedimientos no están cubiertos por ninguna compañía de seguros

La canastilla y tu maleta

Para que tu estancia sea lo más cómoda y agradable posible, no olvides incluir en tu maleta:

Para ti

- Camisones para después del parto.
- Bata.
- Zapatillas.
- Artículos de aseo personal.
- Ropa para el regreso a casa y lo que necesites para distraerte en los ratos de ocio.

Para tu bebé

Para evitar sorpresas, te aconsejamos que tengas preparada la canastilla con suficiente antelación a la llegada del bebé. En ella debes incluir:

- 6 bodys de algodón o camisetas de batista de manga larga.
- 6 conjuntos (jersey y pantalón) de perlé o lana fina o algodón.
- 2 arrullos.
- Neceser: jabón, peine y cepillo.
- Toallitas húmedas para bebé.
- Ropa adecuada para el regreso a casa (vestido, saco, etc.).
- Pañales (el hospital los proporciona, pero no está de más que traigas alguno extra).
- Te recomendamos traer un cojín de lactancia.

Recuerda: las vendas umbilicales ya no se utilizan para sostener el cordón.

Visita postparto

A los 40 días aproximadamente de dar a luz, es fundamental realizar una **visita posparto** para comprobar que tras el parto todo haya vuelto a la normalidad.

Además, te recomendamos realizar una valoración del suelo pélvico con fisioterapeutas especializadas, mediante la cual podremos determinar el estado de la musculatura pélvica (muy importante a la hora de prevenir problemas de incontinencia y disfunciones sexuales).

Te recordamos que también ponemos a tu disposición nuestros **servicios adicionales** siempre que los necesites. Si tienes dudas puedes informarte en el Servicio de Atención a la Paciente.



Dexus Mujer Barcelona
Gran Via Carles III, 71 - 75, 08028 Barcelona

También puedes encontrarnos en
Sabadell Vic Manresa Reus

.....
Para más información, ponte en contacto con nuestro
Servicio de Atención a la Paciente (SAP) o visita nuestra web.

93 227 47 12
www.dexus.com

¡Síguenos en Dexus Mujer!

