



# Hidroterapia en el Trabajo de Parto

La hidroterapia es una técnica de manejo de dolor durante el parto.

Es el uso de una tina profunda de agua para la inmersión de una persona durante el trabajo de parto. El agua puede tener un efecto tranquilizador que podría ayudarle a relajarse durante el trabajo de parto. También puede reducir el dolor y la necesidad de la intervención médica durante el parto. Si la persona ha tomado medicamentos para el dolor, por vía intravenosa o una epidural, no podrá usar la tina debido a que deberá ser monitoreada en cama por el personal médico.

La hidroterapia no es parto en agua. La persona debe salirse de la tina para dar a luz.



## Beneficios potenciales de la hidroterapia en el parto y en el trabajo de parto

- Partos más cortos y menos necesidad de una epidural.
- Reduce el dolor y aumenta la comodidad y la relajación.
- Aumenta la sensación de control y de privacidad.
- Ofrece una experiencia más positiva.
- Reduce la producción de la hormona del estrés.
- Ingravidez (sin peso) y mayor soporte a todas las superficies del cuerpo.
- Más facilidad de movimiento en una variedad de posiciones al flotar en el agua.
- Soporte del tejido perineal y los músculos del suelo pélvico relajados.
- Una mejor circulación sanguínea y más oxígeno a la madre y al bebé.



## Si está pensando en la hidroterapia

Al considerar hidroterapia en el trabajo de parto es importante hablar con su proveedor de servicios médicos para determinar si esta es una opción para usted. Para usar hidroterapia durante el trabajo de parto usted debe:

- Tener un embarazo de bajo riesgo.
- No tener una condición médica o fetal.
- No haber tenido una operación de cesárea previamente.
- No estar embarazada con mellizos.
- Por lo menos tener de 37.0 a 41.6 semanas de embarazo cuando esté en trabajo de parto.
- Tener ritmo fetal normal.
- No tener un bebé en posición de nalgas.
- No tener anomalías en la placenta.
- Su bebé no viene con complicaciones.
- No tener fiebre, infección o meconio en su líquido amniótico.
- No haber recibido oxitocina Pitocina en el trabajo de parto.

## Requisitos para recibir hidroterapia

- Ser paciente de Eisner Health (o a clínicas afiliadas) y tener su historia médica completa si se transfiere de otra clínica.
- Discutir su plan de parto con la partera de Eisner Health en una cita de rutina o durante la sesión "Conociendo a la partera" si recibe cuidado prenatal en una clínica afiliada.
- Haber asistido a la clase de hidroterapia en Eisner Health.
- Tener facilidad de movimiento para entrar y salir de la bañera.
- Haber comprado su equipo personal de bañera para el parto (water kit).

## Apoyo en el parto y servicios de una Doula

Se requiere tener una persona de apoyo en el parto para ensamblar, limpiar y botar el equipo de agua. La persona de apoyo puede ser su pareja, acompañante de parto o doula. Una doula es una persona entrenada para el parto que brinda apoyo emocional, físico y educativo a una madre que está embarazada, en trabajo de parto o que ha dado a luz recientemente.

## Equipo de Hidroterapia

- Por favor NO compre el equipo sin antes haber tenido una conversación con la Partera Certificada de Eisner Health.
- Puede comprar el water kit en [waterbirthsolutions.com](http://waterbirthsolutions.com) o en otro lugar. Asegúrese de que el water kit que compre tenga un recipiente inflable, forro desechable, manguera con conector normal, bomba de aire, bomba para drenaje y un termómetro. Usted debe traer su kit al hospital.

### Para más información:

- Para empezar su cuidado prenatal en el Eisner Women's Health Center, llame al (213) 747-5542.
- Para información de elegibilidad y cambio de cuidado médico a Eisner Health contacte (213) 742-5542, ext. 3358.
- Para registrarse a la clase de Hidroterapia llame a (213) 747-5542, ext. 3505, o envíe un correo electrónico a [Prenatal.ed@eisnerhealth.org](mailto:Prenatal.ed@eisnerhealth.org)

### Eisner Women's Health Center

1513 S. Grand Avenue, Suite 220 and 250, Los Angeles, CA 90015