

Preparativos de la Madre para el Parto

Diez minutos de repaso

- ¿A qué embarazadas debe atender la partera? ¿Cómo puede la partera serle de mayor servicio a la embarazada enferma?
- ¿Por qué es importante un examen médico detallado de la embarazada? Enumere algunos de los síntomas de peligro del embarazo.
- ¿Qué significa período prenatal?
- ¿Qué debe comer una embarazada que esté en salud, y por qué?
- ¿Qué cantidad de líquidos debe ingerir?
- ¿Cuántas horas debe dormir? ¿Cuál es la importancia del descanso?
- ¿Qué clase de ejercicio es recomendable?
- ¿Cómo deberá bañarse en el último mes del embarazo?
- ¿Qué vestidos debe usar?
- ¿Qué debe hacerse para corregir el estreñimiento?
- ¿Cuáles son los síntomas del comienzo del trabajo?
- ¿Cuándo debe la embarazada llamar a la partera?
- ¿Qué debe hacer una embarazada cuando comienza el trabajo?

PREPARACIÓN OPORTUNA

EXPLIQUE LA IMPORTANCIA de tenerlo todo dispuesto a su debido tiempo. Como no se sabe qué es lo que origina el comienzo del trabajo ni se puede predecir exactamente el día del parto, es importante prepararlo todo con anticipación.

La embarazada debe comenzar a hacer sus preparativos temprano en el embarazo, para no tener que andar con prisas al último momento. La precipitación y el ajetreo cansan mucho. Explique que todo debe estar listo en los comienzos del octavo mes, ocho semanas antes de la fecha probable del nacimiento.

Repase todos los renglones de la lista de artículos, explique su uso y enumere posibles substitutos para los mismos. La partera debe trazarle un plan a la embarazada para que ésta pueda reunir con tiempo todo lo necesario. Antes que nada, la embarazada debe conseguir dos cajones limpios, o preparar dos gavetas, en las que irá colocando ordenada y separadamente sus artículos y los del niño, a medida que los prepara, para que estén limpios y dispuestos.

ARTÍCULOS PARA LA MADRE (grabado 31)

Los siguientes son **imprescindibles**:

- A. Cuatro vasijas o recipientes (dos de igual tamaño).
- B. Dos peroles o cacerolas grandes con tapa, para hervir agua. (Una debe ser una cafetera con pitorro, y la otra una olla grande con tapa.)



4 Baldes o cubos

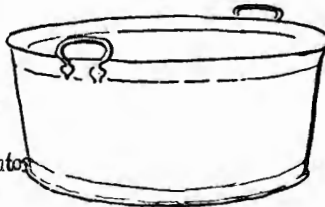


Una tetera

Una cacerola grande



1 taza, 4 platillos, 2 platos
2 cucharillas



Bañera o tina

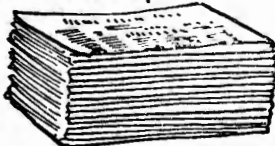


2 Cacerolas pequeñas



Saco de paños limpios

Un montón de periódicos



4 Palanganas

1 Rollo de papel de inodoro



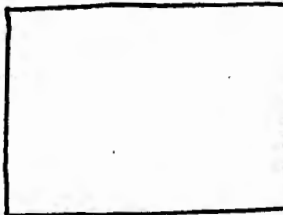
2 pastillas de jabón



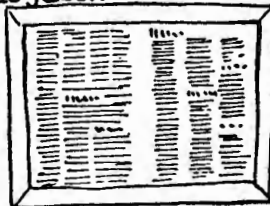
- 2 paños limpios de lavar
- 4 toallas
- 4 sábanas limpias
- 4 fundas limpias
- 2 camisas de dormir
- Cubrecamas y frazadas limpias
- 2 pares de medias (uno blanco)
- 1 cepillo de dientes
- 1 peine
- 1 par de zapatillas
- 4 Docenas de almohadillas higiénicas
- 1 jarro
- Medio kilo de algodón absorbente, calidad B
- 1 quimono



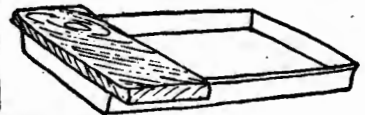
Un cucharón



Anverso



Reverso



Silleta o pato improvisada

6 Acolchados de papel de periódico recubiertos de muselina

Grabado 31.—Artículos necesarios para atender al parto.

- C. Un cucharón de mango largo.
- D. Dos cacerolas con tapa, como las que se usan para hervir viandas.

- E. Un jarro aporcelanado.
- F. Una tasa, cuatro platillos, dos cucharillas y dos platos.
- G. Un balde o cubo sanitario con cubierta, y tres sin ella (uno para el , agua limpia y dos para la sucia).
- H. Una tina grande para lavar.
- I. Dos pastillas de jabón blanco.
- J. Dos paños para limpiar.
- K. Cuatro toallas limpias.
- L. Cuatro sábanas limpias.
- M. Cuatro fundas de almohada limpias.
- N. Cubrecamas o colchas limpias.
- Ñ. Dos camisas de dormir limpias.
- O. Un quimono.
- P. Dos pares de medias limpias (blancas preferiblemente).
- Q. Un par de zapatillas.
- R. Un cepillo de dientes.
- S. Un peine.
- T. Unas tijeras corrientes.
- U. Seis acolchados de papel de periódico. (Véase Lección IV, pág. 46.)
- V. Cuatro docenas de almohadillas o paños higiénicos de los que se venden en el comercio, empaquetados en sus cajas, o doce de los de muselina vieja y limpia hechos en la casa. (Véase Lección IV, pág. 47.)
- X. Un saco de paños blancos y limpios de diversos tamaños para limpiar, o para hacer apósitos, almohadillas higiénicas y cubiertas para los acolchados de periódico, etc.
- Y. Un buen montón de periódicos, no menos de 200 hojas.

Sería *muy conveniente* tener, además:

- A. Un rollo de papel de inodoro.
- B. Una libra de algodón absorbente, calidad B, para usarlo en lugar de los paños de limpiar.
- C. Una silleta o pato (de hojalata, zinc o hierro esmaltado), o una tartera con una tabla limpia cubierta de papel y colocada en un extremo de la tartera para improvisar la silleta.

La partera es responsable de que toda embarazada a quien se comprometa a cuidar tenga dispuestos sus materiales y artículos a tiempo. Puede ayudar a la embarazada que no disponga de medios a hacer el mejor uso posible de los artículos caseros.

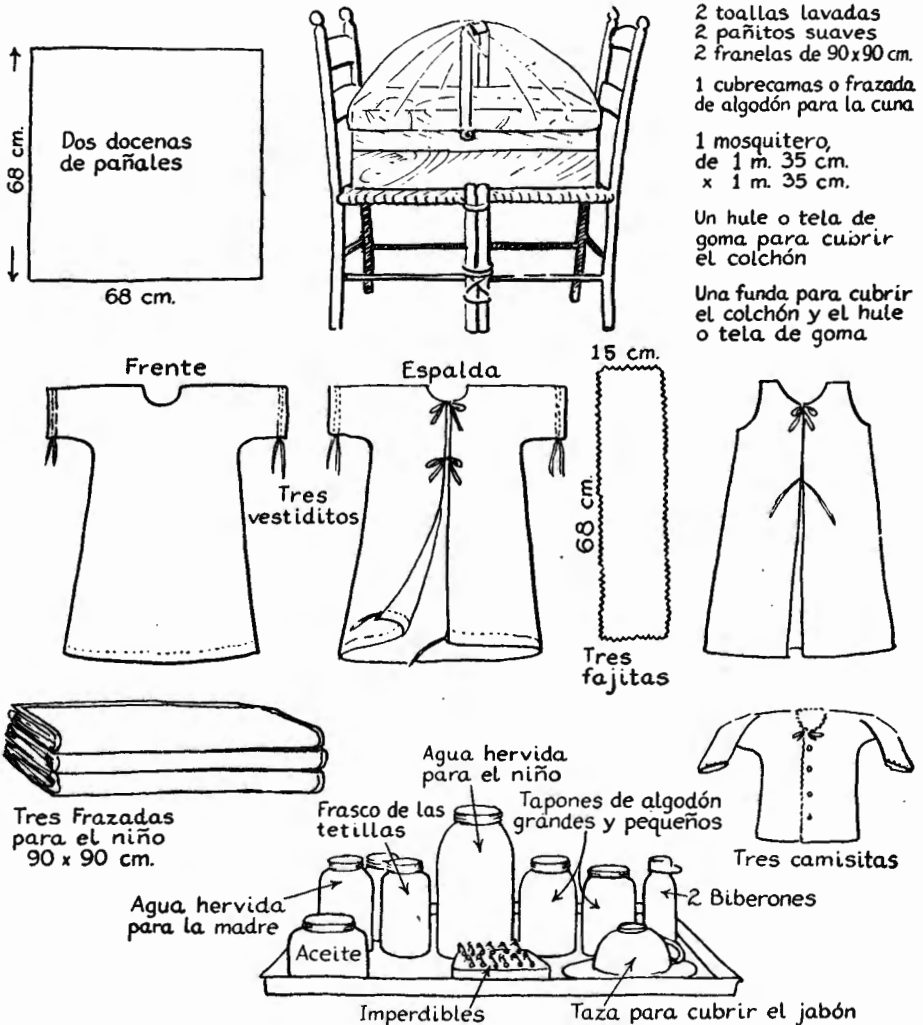
ARTÍCULOS PARA EL NIÑO (grabado 32)

Explique a la partera todo lo relativo a los artículos que la embarazada debe tener preparados para facilitar la atención del niño.

Los siguientes son **imprescindibles**:

- A. Tres camisitas, tamaño pequeño (2), abiertas al frente.

- B. Tres fajas, hechas de franela. Con media yarda cortada en tres tablas se pueden hacer tres fajas de 6 por 27 pulgadas (15 cm. por 68 cm.).
 C. Dos docenas de pañales cuadrados, de 27 pulgadas (68 cm.).
 D. Tres frazadas cuadradas como de 36 pulgadas (90 cm.).
 E. Dos cuadrados de franela de 36 pulgadas (90 cm.).
 F. Dos pañitos de lavar suaves.
 G. Dos toallas; las viejas y lavadas varias veces son mejores.



Grabado 32.—Artículos para el niño.

- H. Una cunita para el niño. Puede hacer sus veces una caja de cartón, o de madera, un canastillo o una cunita hecha en la casa. Deberá tener no menos de 30 pulgadas (75 cm.) de largo, por 18 pulgadas (45 cm.) de ancho y 12 pulgadas (30 cm.) de profundidad.

- I. Un colchón para la cuna. Una almohada de cerda es lo mejor, pero puede usarse como sustituto una frazada de algodón o un cubrecamas doblado.
- J. Un pedazo de tela de goma, o un hule para proteger el colchón.
- K. Una funda para cubrir el colchón y la tela de goma.
- L. Un mosquitero para la cunita. Puede usarse un pedazo cuadrado de tela de mosquitero de 54 pulgadas (1 m. 35 cm.) con las esquinas redondeadas, y los extremos repulgados con una banda elástica dentro. Este tamaño sirve bien para la cunita corriente, cuyas medidas se indican aquí.
- M. Una bandeja de 12 por 15 pulgadas (30 por 38 cm.), o mayor.
- N. Cinco frascos de cristal con tapa para:
1. El aceite.
 2. Agua hervida para la madre.
 3. Tetillas y tapones de goma.
 4. Tapones grandes de algodón.
 5. Tapones pequeños de algodón.
- O. Una botella o frasco de una pinta ($\frac{1}{2}$ litro), con tapa, para el agua hervida del niño.
- P. Dos biberones.
- Q. Cuatro tetillas.
- R. Dos tapones de goma para los biberones.
- S. Una docena de imperdibles grandes.
- T. Una docena de imperdibles pequeños.
- U. Dos pastillas de jabón blanco, sin perfume.
- V. Una pinta de aceite de semilla de algodón.
- X. Una jabonera. (Un platillo con una taza boca abajo puede servir igualmente.)
- AA. Medio kilo de algodón absorbente, calidad A.

Sería **muy conveniente** tener además:

Tres vestiditos—con mangas estilo quimono y abiertos por detrás. (Es más importante tener las frazadas.)

LA HABITACIÓN PARA EL PARTO

Explique a la partera lo que hay que tener en cuenta al aconsejar a la embarazada sobre la habitación que debe escoger para recluirse. Si es posible elegir, que escoja la más limpia, cómoda y conveniente, según las siguientes consideraciones:

- A. Tamaño. Debe ser lo suficientemente amplia para que se pueda trabajar cómodamente.
- B. Debe estar cercana al cuarto de baño y a la cocina para facilitar la atención durante el parto y después de éste.
- C. Ventilación. Debe ser fácil de orear, y sin corrientes.
- D. Luz solar. Debe ser alegre y clara para la convalecencia.