



Plan de Parto en Caso de un Desastre

Los hospitales, centros de parto, doctores, parteras y dulas pueden tener reglas diferentes durante un huracán o una tormenta. Saber con anticipación cómo trabaja tu equipo médico y qué hacer si no están disponibles puede ayudarte a mantenerte segura junto a tu bebé. Habla con tu equipo médico para entender sus planes y hacer uno propio por si necesitas atención o te vas de parto durante una tormenta. Mantén una copia impresa de este plan contigo.

Habla con tu equipo médico sobre lo siguiente para que sepas qué esperar:



¿Cuáles son sus procedimientos durante un huracán?

¿Cómo me avisarán si hay cambios en mi equipo médico o plan de cuidado? (por ejemplo, si los proveedores tienen que evacuar o el centro no está aceptando pacientes)

Si mi hospital o equipo médico no está disponible, ¿a dónde puedo ir?

¿Hay partes de mi plan de parto que podrían cambiar durante un huracán o una tormenta? (Por ejemplo, cuartos de parto/ciertos servicios no estarán disponibles; límites en la cantidad de personas de apoyo permitidas)

¿Cambiará algo en el cuidado de mi bebé durante la tormenta? (p.ej., servicios de guardería, políticas de tener al bebé en mi cuarto, tiempo de estadía, localización de servicios, disponibilidad del NICU, servicios de circuncisión)

¿Qué pasará con una inducción o cesárea programada?

¿Habrá intérpretes si los necesito?

¿Hay algo más que deba considerar debido a mi situación? (por ejemplo, otras condiciones médicas)

NOTAS:



Información del lugar de parto:

Lugar principal (dirección y teléfono):



Lugar alternativo (dirección y teléfono):

Lugar de evacuación: (dirección y teléfono):

Para obtener información sobre qué hospitales/facilidades están ofreciendo cuidado prenatal o servicios de obstetra durante una tormenta, debo contactar:

Información de proveedores:

Información de contacto del médico OBGYN:



Disponibilidad durante tormenta/huracán:

Proveedor alternativo si mi médico OBGYN no está disponible:

Disponibilidad durante tormenta/huracán:

Información de contacto para consultas médicas durante emergencias:

Disponibilidad durante tormenta/huracán:

Información médica importante para darle a tu nuevo equipo médico



Si tienes que ir a otro hospital o ver a otro equipo médico, ten lista la siguiente información (impresa de ser posible):

Medicamentos que toma actualmente y dosis

Información importante de tu embarazo

Cualquier equipo médico necesario

Otra información relevante (por ejemplo, alergias, condiciones médicas, tipo de sangre, historial médico relevante)

Es probable que puedas acceder a partes importantes de tu récord médico o a un “resumen de tu embarazo” e imprimirlo y mantenerlo en tu mochila de emergencias.



Habla con tu equipo médico respecto a tu cuidado actual:

¿Si mi embarazo es de alto riesgo, hay pasos adicionales que debo considerar?

¿Cuáles son las señales y síntomas de un parto prematuro?

¿Qué pasos debo tomar de experimentarlos?

¿Hay algunas otras señales o síntomas de los que debo estar pendiente dado mi embarazo particular? ¿Qué pasos debo tomar si los experimento?

Si me expongo a un riesgo ambiental (aguas estancadas, toxinas), ¿qué pasos debo tomar?

NOTAS:



Parto de Emergencias y Plan



Aunque poco probable, es importante hablar con su proveedor sobre qué hacer en caso de que se vaya de parto y no pueda llegar a un hospital. Esto ha tomado por sorpresa a algunas personas y lo encontraron aún más difícil cuando no sabían qué hacer o qué esperar. Dialoga con tu persona de apoyo sobre este plan, de ser posible. Pregunta sobre:

- **Higiene y seguridad** (p.ej., lavarse las manos)
- **Cosas que serían útiles tener a la mano** (p.ej. linterna, toallas y sábanas limpias)
- **Materiales para alimentar, cuidar y dormir al bebé**

Busque atención médica tan pronto las carreteras y servicios estén accesibles.

Recursos Adicionales:

Safety Messages for Pregnant, Postpartum, and Breastfeeding Women During Natural Disasters and Severe Weather

https://www.cdc.gov/reproductive-health/emergency-preparation-response/safety-messages.html#cdc_generic_section_4-during-and-after-a-natural-disaster-if-you-are-breastfeeding-or-feeding-a-baby

Feeding Your Child Safely During a Disaster

<https://www.cdc.gov/breastfeeding/php/guidelines-recommendations/feeding-your-child-safely-during-a-disaster.html>

www.Ready.gov

