****

**Planificación con su proveedor**

***Hable con su partera u obstetra sobre sus preferencias. Pueden darle información y hablar de expectativas realistas.***

* *Hable de sus preferencias de parto durante las visitas prenatales*
* *Explore sus opciones de parto vaginal y por cesárea*
* *Determine si tendrá una doula*
* *Defina sus preferencias después del parto*

**Cosas que debe saber al crear su lista de preferencias   
de parto**

**3**

**Flexibilidad**

***Las preferencias para el parto pueden tener que cambiar en función de varios factores, como la salud de la persona que da a luz y del bebé. Es importante estar preparada por si surgen complicaciones.***

* *Hable con su proveedor sobre lo que puede ocurrir durante el parto*
* *Incluya opciones alternativas en su lista de preferencias*

**El entorno del parto**

***Hay varios componentes del entorno que la persona que da a luz puede crear para sí misma.***

* *Identifique a la(s) persona(s) de apoyo que desea en la sala*
* *Determine si desea música, iluminación o masajes*
* *Explore sus opciones para moverse y caminar*
* *Determine las posiciones de trabajo de parto y accesorios para el parto*

**2**

**1**

**3**

Esta información está disponible en parte gracias al apoyo de la Red de Salud Materna (MHN) del Condado de San Bernardino en asociación con **[insertar nombre del socio]**. Publicado en 2022.

Para saber más sobre la MHN, visite nuestro sitio web <https://www.maternalhealthnetworksb.com/>

**INSERTAR EL LOGO DEL SOCIO**

**Presented by [name], [organization]**

Insert two sentence biography of subject matter expert.