

The Empathy Belly® **Manual de Capacitación para el Instructor**

Cómo utilizar y demostrar
The Empathy Belly® Simulador de Embarazo,

NOTA:

Para obtener el máximo beneficio de "The Empathy Belly®", es ESCENCIAL que usted lea este manual, y aprenda a utilizar correctamente el producto. Usted también debe ver el vídeo que se incluye con este producto.

La presentación eficaz de este recurso para la enseñanza depende de ¡USTED!

* * * Mantener para referencia futura * * *

Introducción

The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo (Patente de EE.UU. 4,531,919) es una "prenda" de vestir ponderada, multi-componente, que, a través de una simulación precisa, permite a los portadores de ambos sexos una experiencia temporal de más de 20 de los síntomas típicos y los efectos del embarazo. A través de esta práctica, de tipo experimental de aprendizaje, los usuarios descubren lo que se siente al estar embarazada, y obtienen un conocimiento práctico de la condición de embarazo. Los siguientes son algunos de los síntomas y los efectos que se pueden sentir con el uso de The Empathy Belly[®] durante 10 minutos o más:

- ganancia de peso corporal de 30 a 33 libras (13.6 a 16 kg)
- perfil de agrandamiento de las mamas embarazadas y del vientre abdominal extendido
- cambios en la física y la imagen de sí mismo
- presión continua sobre el abdomen y los órganos internos
- cambios posturales de la espalda con un aumento de la lordosis o "inclinación de la pelvis"
- cambio en el centro de equilibrio
- dolor de espalda baja
- patadas "fetales" leves y movimientos con sensaciones de caricias
- capacidad reducida de la respiración y falta de aliento
- aumento de la temperatura corporal, del pulso y de la presión arterial
- una sensación de sofoco y de aumento de la transpiración
- torpeza en los movimientos del cuerpo
- presión en la vejiga, con mayor sentido de urgencia y la frecuencia de la necesidad de orinar
- aumento de la fatiga, restricción de la actividad y de ritmo lento
- cambios en la imagen sexual y de habilidades

The Empathy Belly[®] simula estos efectos a través del uso de una faja costal y el posicionamiento estratégico de los distintos componentes ponderados. Es una prenda estrictamente externa, y no tiene ningún componente mecánico, eléctrico o electrónico.

Tallas

The Empathy Belly[®] viene en dos tallas. Asegúrese de elegir el tamaño de The Empathy Belly[®] adecuada para el (los) voluntario (s) que estarán presentes. La talla chica se adapta para la mayoría de las mujeres, los hombres de baja estatura, y los adolescentes de entre 12 y 18 años de edad. La talla grande está diseñada para los hombres de tamaño promedio o por encima de la media, o adolescentes que tienen la estatura de un varón adulto.

Cualquier persona que pesa menos de 100 libras (45 kg) o más de 300 libras (136 kg) no debe utilizar The Empathy Belly[®].

¿Por qué usar The Empathy Belly[®]?

The Empathy Belly[®] fue creado originalmente para simular el embarazo de una forma médica exacta. Fue diseñado para ayudar a los futuros padres a mejor comprender las necesidades crecientes de sus parejas, como resultado de las demandas de la condición de embarazo. El uso de The Empathy Belly[®] se ha ampliado en la comunidad adolescente. Como herramienta de enseñanza, permite a los adolescentes a mejor comprender y evaluar la condición de embarazo, a aplicar sus propios valores. A través de la simulación, son capaces de comprender el impacto que tiene el embarazo sobre el estilo de su vida adolescente.

Para el hombre

Naturalmente muchos padres futuros sienten una sensación de desapego, curiosidad, escepticismo o frustración, al escuchar las descripciones de todos los cambios y las molestias que su pareja embarazada experimenta. Durante una clase de parto, una sesión de aconsejo para parejas, o un chequeo prenatal en el consultorio del médico, los futuros padres pueden usar de The Empathy Belly[®] y aumentar en gran medida su sentido de la participación, la conciencia y la empatía. Al darse cuenta de primera mano que su malestar es genuino y que el embarazo requiere un esfuerzo significativo y ajuste por parte de la mujer, los futuros padres, invariablemente, aumentan su aprecio, la comunicación y el comportamiento de apoyo hacia su pareja embarazada

Para el adolescente

Como una herramienta educativa diseñada para el movimiento y la acción por parte de los adolescentes, The Empathy Belly[®] puede ser utilizado no sólo para educar, sino también para ayudar a reducir la epidemia nacional actual de embarazos en adolescentes y la paternidad. En un ambiente de consejería o un curso de salud o durante una clase que enseña detalles de la vida familiar, los adolescentes pueden usar The Empathy Belly[®] y descubrir por sí mismos las muchas "etiquetas de precio" o es decir las consecuencias negativas que un embarazo implica en sus estilos de vida. Este realismo rompe rápidamente sus ilusiones románticas y sentimientos típicos de la adolescencia de la invencibilidad con respecto al embarazo adolescente. Los adolescentes pueden empezar a ver realmente por qué las exigencias inevitables del embarazo requiere el matrimonio maduro, comprometido y responsable con sistemas de apoyo, si la maternidad realmente será la experiencia positiva y de alegría que puede ser. El uso hábil de The Empathy Belly[®] no sólo aumenta el conocimiento de los adolescentes y la comunicación, y aclara los valores, sino también motiva a los adolescentes a prevenir el embarazo prematuro.

Para el profesional de la salud

The Empathy Belly[®] es útil para los estudiantes de medicina, médicos y profesionales de la obstetricia en los campos de la Maternidad de la Salud y Educación. Con el uso de The Empathy Belly[®] aumenta significativamente la comprensión y sensibilidad acerca de la condición de embarazo. Por lo tanto están mejor preparados, más eficaces, y tienen más probabilidades de establecer una relación real con las mujeres embarazadas en su cuidado. Por razones obvias, esto es especialmente cierto para los proveedores de servicios de ambos sexo que nunca han experimentado un embarazo por completo.

Historia del aparato

The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo fue inventado por Linda Isabel, B.S.W., quien es la fundadora y directora ejecutiva de Birthways Childbirth Resource Center, Inc. También ha sido trabajadora social y educadora para The Neighborhood Youth Corps, y especialista de la maternidad con Salvation Army Booth Memorial Home. Como educadora, consejera y asistente en partos por más de doce años, la Sra. Ware ha trabajado estrechamente con miles de mujeres embarazadas y futuros padres. En base a los conocimientos que obtuvo de la experiencia tan amplia y su propio embarazo, el innovador concepto de The Empathy Belly[®] fue desarrollado. Los resultados de cinco años de pruebas de campo y numerosas evaluaciones profesionales, incluyendo un análisis de seguridad por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional, han demostrado que The Empathy Belly[®] es un material didáctico muy eficaz, beneficioso y seguro cuando se usa correctamente.

Componentes

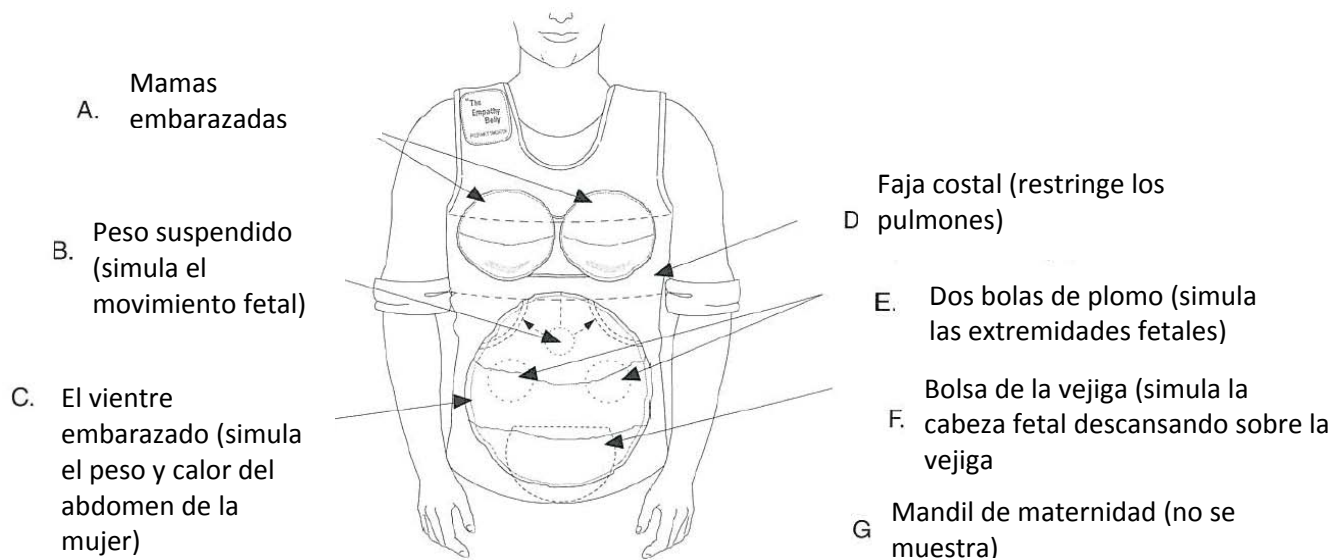


Figura 1 Nombres y funciones de los componentes del Vientre de Empatía^{MR}

The Empathy Belly[®] consiste de siete componentes como se ilustran en la Figura 1.

Desglose del Peso

Componente	Small		Large		
	Cantidad	Peso en libras (kg)	Peso Combinado en libras (kg)	Peso en libras (kg)	Peso combinado en libras (kg)
A. Senos hinchados por el embarazo	2	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
B. Peso suspendido	1	2 (0.9)	2 (0.9)	2 (0.9)	2 (0.9)
C. Vientre embarazado (agua)	1	8 (3.6)	8 (3.6)	11 (5.0)	11 (5.0)
D. Cinturón para las costillas	1	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
E. Dos bolas de plomo	2	7 (3.2)	14 (6.4)	7 (3.2)	14 (6.4)
F. Bolsa de la vejiga	1	6 (2.7)	6 (2.7)	6 (2.7)	6 (2.7)
G. Mandil de maternidad	1	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
Peso Total de The Empathy Belly[®]			30 libras (13.6 kg)	33 libras (15 kg)	

El Manual del Instructor

Este manual se organiza en tres secciones:

- Montaje –montaje del vientre relleno de agua;
- Demostración- procedimiento para una demostración en vivo;
- Apéndice-formatos necesarios, información sobre limpieza y reparación.

Instrucciones de montaje para The Empathy Belly[®]

NOTA:

Para obtener el máximo beneficio de "The Empathy Belly[®]", es **ESENCIAL** que usted lea este manual, y aprenda a utilizar correctamente el producto. Usted también debe ver el vídeo que se incluye con este producto.

La presentación eficaz de este recurso para la enseñanza depende de ¡usted!

Después de familiarizarse con los nombres y las funciones de los componentes de The Empathy Belly[®] que se demuestran en la Figura 2, usted está listo para montar "el vientre de embarazada" relleno de agua que se encuentra en la prenda del torso.

Figura 2 Nombres y funciones de los componentes de The Empathy Belly[®]

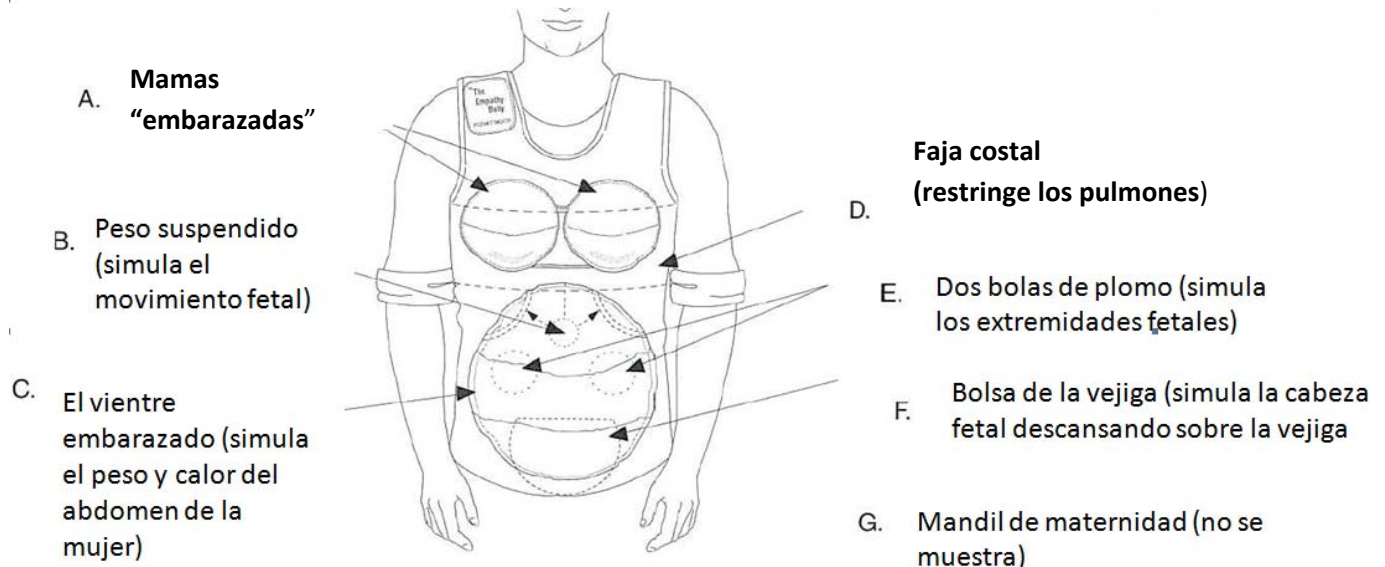


Figura 1 Nombres y funciones de los componentes del Vientre de Empatía

Para llevar acabo esto, debe tener:

1. espacio limpio para trabajar
2. fuente de agua con agua caliente
3. embudo o regadera con pico estrecho
4. contenedor preciso para medir líquidos (tazas o litros)
5. toallas de papel o de tela para limpiar derrames de agua
6. la prenda del torso
7. la vejiga abdominal de vinilo

Para Montar el Mandil del Torso:

1. Ponga la prenda del torso al revés, como se muestra en la Figura 3.

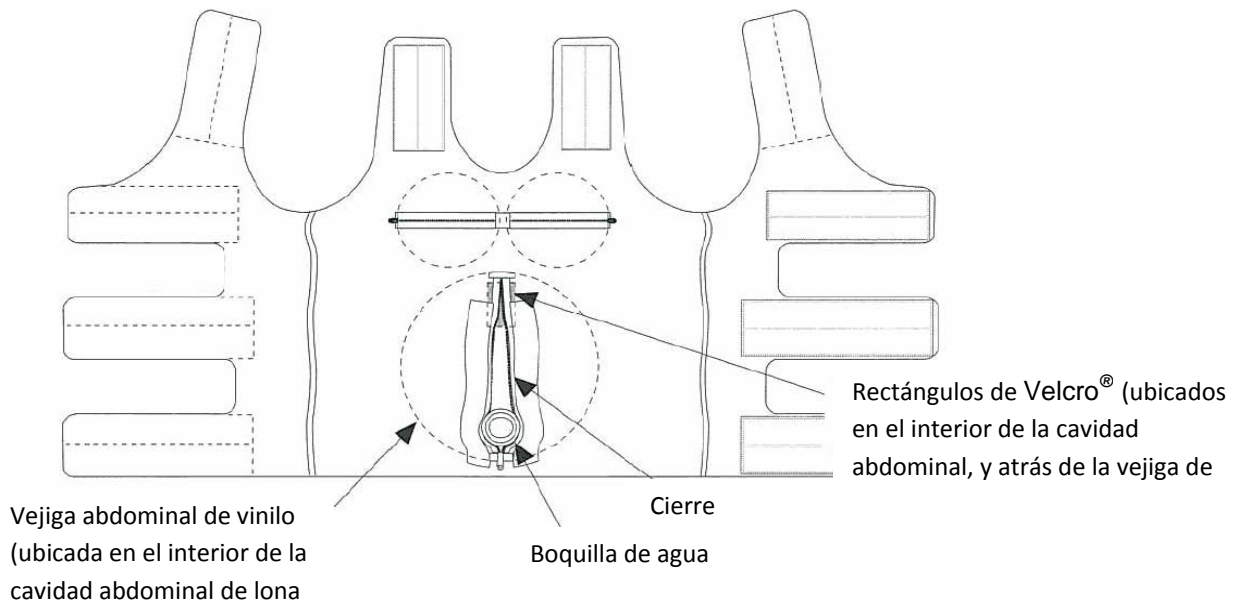


Figura 3 Mandil del Torso

2. Abra el cierre que se encuentra en el interior del "vientre" circular.
3. Asegúrese que la vejiga se posicione con la boquilla de agua más cercano a usted, ubicada en la cavidad abdominal del vientre de lona en la bata del torso.
4. Alinee el rectángulo de 2 x 3 pulgadas (5 x 7.5 cm) de Velcro® negro ubicado en el reverso de la vejiga abdominal de vinilo, con el rectángulo de Velcro® negro ubicado en el interior de la cavidad abdominal de la bata del torso.

Estos dos rectángulos deben estar alineados con precisión, con un "ajuste de imagen en espejo" el uno al otro, ya que suspenden el péndulo interno que simula los movimientos las patadas fetales y los movimientos con sensación de caricias.

5. Posicione la vejiga a permanecer tan plana y lisa como sea posible dentro de la cavidad abdominal de lona.
6. Meta la mano en el caparazón abdominal de lona para encontrar los dos bolsillos de que se extienden desde los bordes superiores del vientre.

Los bolsillos parecen pestañas redondas de tela desde este lado del vientre.

7. Coloque los bolsillos planos encima de la vejiga de vinilo, dentro del caparazón de lona. (Figura 4).

Esto hará que los bolsillos permanezcan en la posición correcta para "recibir" las dos bolas de plomo (insertadas más adelante), y proteger la vejiga de los daños causados por la cierre.

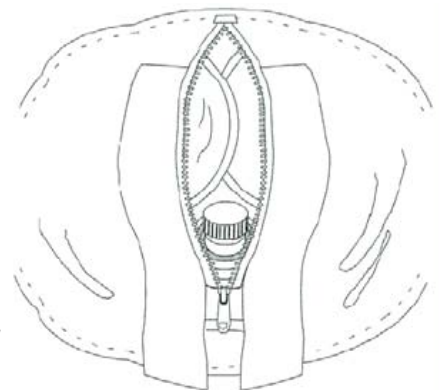
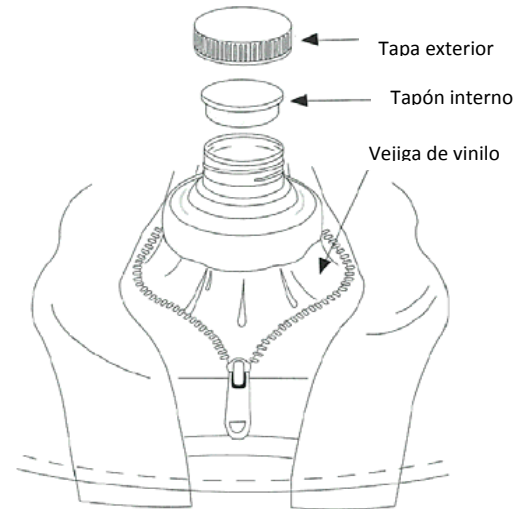


Figura 4 Fajando las bolsas de tela

Para rellenar la vejiga de vinilo:

1. Levante con firmeza la boquilla hasta que sobresalga 2 pulgadas (5 cm) de la superficie de vinilo (Figura 5).
2. Desenrosque la tapa exterior.
3. Retire el tapón interno.
4. Mida y vierta agua muy caliente (menos de 100 ° F o 38 ° C) en la vejiga de vinilo a través de la boquilla de apertura.
 - Para la talla chica de The Empathy Belly[®], mida 15 tazas (3.5 litros).
 - Para la talla grande de The Empathy Belly[®], mida 20 tazas (4.7 litros).

La prenda del torso que se utiliza durante ocasiones repetidas se habrá estirado, creando un vientre un poco más grande. Cuando esto ocurre, usted necesitará agregar 2 a 4 tazas adicionales (.5 a 1 litro) de agua a la vejiga de vinilo para representar un perfil realista de embarazada. (Ver "Contemplando el perfil realista del 'vientre' en la página 8.)



Asegúrese medir precisamente, para que la simulación final sea correcta.

Con la práctica usted podrá calcular la cantidad correcta de agua sin tener que medir.

El embudo o la regadera con pico estrecho ayudarán minimizar los derrames.

5. Lentamente empuje el pico hacia abajo hasta que el nivel del agua sube al borde.
6. Empuje tapón interior, asegurándose de que no entre aire entre la tapa y el tapón. El aire que quede atrapado causaría un sonido de "chapoteo" no natural durante la presentación. Tire con firmeza en el pico hasta que sobresalga 2 pulgadas (5 cm) de la superficie de vinilo (Figura 5).
7. Tornillo de la tapa exterior, asegurándose de que está muy apretado.

Si ocurre una fuga más tarde, por lo general se debe a que no se haya enroscado con suficiente fuerza la tapa.
8. Jale la boquilla hacia arriba para el aire atrapado suba a la parte superior de la vejiga.

Si el aire todavía está atrapado en la vejiga, retire la tapa exterior y el tapón interior, de nuevo empuje hacia abajo el pico para eliminar el aire atrapado, y reemplace el tapón y la tapa.
9. Empuje el pico hacia a su posición original, situada a ras de la superficie de vinilo.

NOTA:

Se recomienda vaciar y volver a llenar la vejiga de vinilo con agua muy caliente antes de cada demostración, para simular de forma práctica la calidez natural del abdomen de una mujer embarazada. (También sería incómoda para el usuario a sentir el agua fría en el abdomen.)

Si esto no es práctico, puede dejar la vejiga llena de agua, para retardar el crecimiento de hongos, asegúrese de usar el acondicionador de agua incluido en este paquete (114 cucharillas por el estómago lleno).

Si el vaciado y llenado de la vejiga para cada presentación no es práctico, también puede:

- **Guardar la prenda del torso en un lugar templado, tal vez por encima de un calentador eléctrico puesto en "BAJO CALOR" o**
- **Vaciar parcialmente la vejiga y rellenarla con agua caliente, para mantener la temperatura normal.**

Montaje

Para completar el montaje de The Empathy Belly[®]:

1. Asegúrese de que las dos bolsas de lona estén acostadas en la parte superior de la vejiga que está llena de agua. (Figura 4).
2. Cerca de la cremallera, para envolver la vejiga de vinilo de forma segura dentro del abdomen.
3. Mantenga la ropa del torso firmemente en contra de su propio cuerpo, sosteniendo con un brazo debajo de los senos de la ropa del torso, con la otra mano tirando del borde inferior firmemente en su contra (ver Figura 6).
4. Inspeccione su imagen en un espejo. Compruebe que tiene el certificado de "perfil de embarazo" (ver Figura 7).

Debidamente cumplimentada, el vientre debe tener un poco "plano" área en la parte superior.

- El agua de muy poco va a causar a inclinarse en exceso.
- El exceso de agua va a crear una superficie redonda que es "muy completo", y no se permiten insertar las dos bolas de plomo en los bolsillos durante la manifestación.



Figura 6

Demostración de cómo agarrar la prenda del torso

Si la lona se arruga, hay que volver a abrir la cierre y reposicionar la vejiga de vinilo para que se oriente adecuadamente dentro del cascarón de lona.

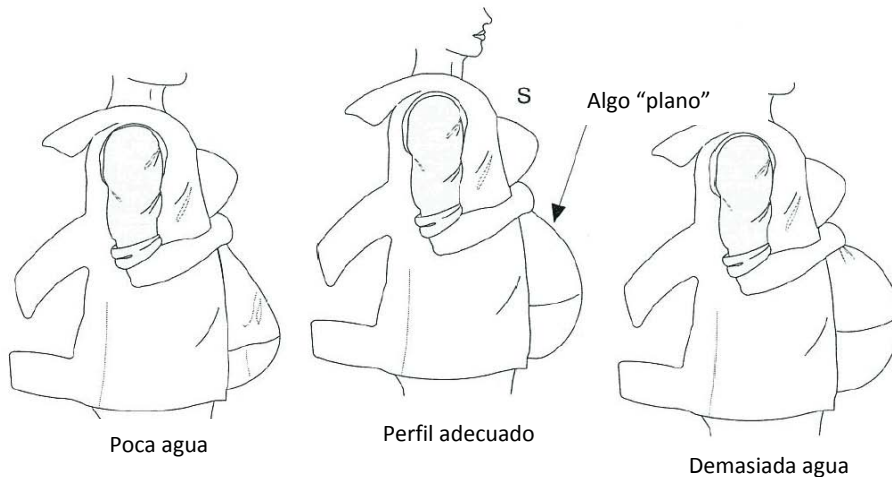


Figura 7 Contemplando el perfil adecuado del "vientre"

5. Si es necesario, vuelva a abrir el cascarón abdominal y ajuste la cantidad de agua.

Agregue o vierta el exceso de agua como sea necesario para lograr el "perfil" correcto."

¡Felicidades! Usted ha logrado llenar el "vientre" con 8 a 11 libras (3.6 a 5 litros) de agua, y está listo para proceder con la demostración en vivo.

Demostración en Vivo de The Empathy Belly[®]

Tiempo Necesario

Al demostrar The Empathy Belly[®] :

- En un salón de clases, la presentación completa durará aproximadamente 30 minutos.
 - Para un segundo voluntario que se pone "la panza" en la misma sesión es necesario calcular 10 minutos adicionales.
 - Tiempo adicional se puede permitir para el seguimiento de la discusión, en función del plan de estudios.
 - Futuras reuniones de clase con el mismo grupo se requieren menos tiempo, ya que la introducción completa y las explicaciones no serán necesarias. Simplemente coloque The Empathy Belly[®] a otro estudiante.
- En una situación de uno-a-uno, como una sesión de médicos o de asesoramiento, o en una presentación de gran grupo, donde el tiempo se limita, deje pasar 15 minutos para otra demostración rápida.

Sólo se recomienda lo anterior una vez si ya han tenido la experiencia suficiente en presentar The Empathy Belly[®], y son capaces de moverse rápida y fácilmente a través de los pasos necesarios.

Tamaños de la The Empathy Belly[®]

The Empathy Belly[®] viene en dos tallas. Asegúrese de elegir la talla adecuada para el voluntario

- La talla grande está diseñada para los hombres de tamaño promedio o por encima de la media, o adolescentes que tienen la estatura de un varón adulto.
- La talla chica se adapta para la mayoría de las mujeres, los hombres de baja estatura, y los adolescentes de entre 12 y 18 años de edad.

Si no está seguro, la talla se indica en la etiqueta de cuidado cosida en el interior de la prenda.

RECORDATORIO: The Empathy Belly[®] no se debe utilizar en cualquier persona que pesa menos de 100 libras (45 kg) o más de 300 libras (136 kg).

Materiales necesarios

Para hacer esta demostración, usted debe tener:

- Una caja que contiene lo siguiente:
 - artículos típicos para el hogar que pueden ser estar en el suelo, tales como zapatos, calcetines, pantalones de hombre, periódicos, libros, toallas de baño, juguetes para niños
 - Los componentes de The Empathy Belly[®], colocados en la caja en este orden (de modo que la faja costal puede salir primero):
 - a. bata de maternidad
 - b. dos bolas de plomo
 - c. bolsa de vejiga
 - d. prenda del torso que contiene la vejiga de vinilo llena de agua
 - e. cinturón para las costillas (con la etiqueta de advertencia visible)
- Cinco almohadas de cama o de piso
- Piso despejado, lo suficientemente grande como para que el voluntario pueda acostarse (son ideales 100 pies cuadrados (13 metros cuadrados))
- Espejo grande de pared (puede ser del baño en el pasillo)
- Sofá o sillón tapizado (opcional)
- Escritorio con silla, o de escritorio estudiantil y con silla cuando funciona con adolescentes (opcional)

Demonstración

A. Presentación de The Empathy Belly[®]

Explique brevemente The Empathy Belly[®] o es decir, su propósito y los beneficios. (Refiérase a la introducción de este manual.)

B. Seleccione un Voluntario

- Cuando se muestra The Empathy Belly[®] con un adulto, pida a un voluntario que lo use. Pídale que lea en silencio y completa el formulario de consentimiento informado (véase el Apéndice).
- Si el voluntario es un menor, el formulario de consentimiento informado debe ser completado por su padre / madre o tutor antes de la presentación.

Debería de haber firmado y fechado la sección de Supervisión de Instructor que se encuentra en la página 2 del formulario.

C. Explique los Gráficos Anatómicos

Refiera a los cambios de la anatomía diferentes que se muestran en los gráficos de la Asociación del Centro de Maternidad incluidos en este paquete. Se enfocan en las placas 1, 4 y 5, con una explicación breve de los cambios fisiológicos y síntomas del embarazo que se simulará The Empathy Belly[®].

Si aún no está **muy** familiarizado con la fisiología del embarazo, usted debe estudiar a fondo el folleto que acompaña los siete gráficos de la Asociación del Centro de Maternidad.

Los cambios fisiológicos y sus síntomas son:



Figura 8 Gráficos de la Asociación del Centro de Maternidad

- Aumento en el tamaño del útero; el aumento de peso normal de 30 + libras (13 + kg), que ocasiona:
 - el aumento de la fatiga
 - presión interna en los órganos abdominales y los tejidos del suelo pélvico y los nervios
 - punzadas en los ligamentos redondos
 - edema (hinchazón) y dolor en las piernas y los pies
 - jalada de los ligamentos uterosacros, causando dolores de espalda baja
- Cabeza fetal descansando en la vejiga, causando:
 - presión continua sobre la vejiga
 - frecuencia en la necesidad de orinar
 - flujo de orina sin control muscular

- El aglomeración del intestino delgado y el estómago, en combinación con los cambios hormonales, que causan:
 - sensación de plenitud y malestar después de comer pequeñas cantidades de alimento
 - acidez
 - estreñimiento
 - gas

- Desplazamiento del corazón y la presión sobre el feto en el diafragma y los pulmones, provocando:
 - respiración difícil y poca profunda
 - sensación de sofocación
 - reducción en el consumo de oxígeno con la fatiga resultante, desaceleración del ritmo físico, restricción de las actividades físicas
 - aumento de la temperatura
 - aumento del pulso y de la presión arterial
 - cambios en el estilo de vida

- Cambio en el centro de gravedad, junto con cambios en la alineación de la columna, resultando en un aumento de la lordosis (curvatura normal de la columna lumbar) y la inclinación de la pelvis, causando:
 - dolores de espalda frecuentes
 - cambios generales en la postura
 - paso de "pato"
 - la necesidad de precaución durante cualquier tipo de movimiento

- Los puntos de presión de las rodillas del feto, los codos y los pies, causando:
 - dolores y molestias en las costillas y los órganos abdominales

- El movimiento fetal, causando:
 - sensaciones extrañas de brazadas y patadas contra la pared abdominal y el vientre exterior

- Aumento de las mamas y el perfil que sobresale, que ocasiona:
 - el cambio en la imagen de sí mismo
 - el cambio en la sexualidad
 - la torpeza en los movimientos y las actividades normales

D. Prepare el voluntario

- Examinar y aprobar el formulario de consentimiento informado del voluntario para asegurarse de que él o ella está bien de salud, sin ninguna condición médica que puede resultar en un riesgo para la salud.
- Asegúrese de que el formulario ha sido firmado en el reverso (por el padre o tutor si el voluntario es menor de edad).
- Revisar y repasar en voz alta el "**HACER Y NO HACER**" y en la etiqueta de advertencia (Figura 9), que se cose en la faja costal

The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo (Patente de EE.UU. 4,531,919) debe utilizarse solamente para **PROPÓSITOS EDUCATIVOS**, Y **NO UTILIZARSE PARA PROPÓSITOS FRÍVOLOS O RECREATIVOS**. **NO USE** este dispositivo a menos que usted ha llenado y **COMPLETADO EL FORMULARIO CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA DESLINDAR LA RESPONSABILIDAD LEGAL** de este producto y le supervisa un instructor entrenado. **EL MAL USO DE ESTE PRODUCTO PUEDE CAUSAR LESIONES GRAVES, PERMANENTES.**

PARE REDUCIR EL RIESGO DE LESIONARSE AL UTILIZAR ESTE DISPOSITIVO:

- **NO ACTUAR** con imprudencia temeraria o negligencia.
- **NO TORCER** de un lado a otro al doblarse.
- **NO HACER** ningún movimiento abrupto, espasmódico o rápido en cualquier dirección
- **NO DOBLARSE** sin doblar las rodillas (utilizar la posición de cuclillas)
- **NO REBOTAR**, brincar, o correr
- **NO PONERSE** zapatos con tacón alto o que pueden resbalar.
- **NO SUBIR O BAJAR** escaleras, pendientes pronunciadas o superficies resbalosos
- **MANEJAR CON CUIDADO** todos los componentes pesados de este dispositivo todo el tiempo.
- **DISCONTINUAR EL USO DE ESTE DISPOSITIVO INMEDIATAMENTE** si usted siente cualquier dolor agudo, mareo u otro efecto adverso; consulte a su médico si es necesario.

NO REMOVER ESTA ETIQUETA

Figura 9 Etiqueta de advertencia de la Faja Costal

E. "Colocar" los cinco componentes de The Empathy Belly[®] en el voluntario.

NOTA: Si las dos bolas de plomo se quedaron dentro de la prenda del torso, es necesario removerlas ahora.

Al conectar cada componente en el siguiente orden, haga preguntas abiertas a los voluntarios para averiguar lo que él o ella se siente, tanto física como emocionalmente. Tratar de sacar los síntomas específicos que se señalaron anteriormente, ya que se pueden aplicar a cada paso.

PRECAUCIÓN: Debe tener cuidado todo el tiempo para no tocar el voluntario en áreas sensibles o no apropiadas, tales como las mamas, la parte inferior del abdomen, en la ingle o las nalgas. Pida que el voluntario coloque cualquier de estos componentes en estas áreas.

FAJA COSTAL simulando la presión del útero ascendente y el feto en contra el diafragma, el corazón y los pulmones.

- Síntomas específicos: dificultad en respirar con aliento superficial, sensación de sofoco, ingreso de oxígeno reducido resultando en fatiga, ritmo lento, actividades físicas reducidas, aumento en la temperatura corporal, y aumento en el pulso y en la presión arterial.
1. Tome la faja costal y ubíquese a un lado del voluntario.
 - Si el voluntario es del sexo femenino, párese atrás de ella.
 - Si el voluntario es del sexo masculino, párese en frente de él.
 2. Envuelva el voluntario con la faja costal, asegurándose que la etiqueta de advertencia esté a la vista, con el extremo más ancho de la inserción elástica en la parte superior. (Ver la Figura 10).

Al colocar la faja en una mujer, pide con discreción que ella la coloque por debajo de sus senos, no sobre ellos, con la banda elástica puesta en frente.

Al colocar la faja en un hombre, colóquela por debajo del nivel del axil con la banda elástica atrás.



Figura 10 Posición correcta de la Faja Costal

3. Pida al voluntario que se pare con las rodillas dobladas y pies de distancia, para ayudar con el equilibrio.
4. Pida que coloque los brazos a los lados y que se relaje. Entonces de la instrucción al voluntario que inhale profundamente, y exhalar tan completo como sea posible, vaciando los pulmones.
5. Rápidamente sujete la faja lo más apretado posible, sobrepasando los extremos y sujetando el Velcro®
6. Pida al voluntario que intente a respirar de nuevo.
 - Si dice que su respiración se dificulta, superficial, restringida, o apretada, o que se siente que solamente puede "llenar la mitad de los pulmones", se ha colocado la faja correctamente.
 - Si dice el voluntario que la respiración se siente normal, intente a sujetar la faja costal más apretada, hasta que obtenga el efecto deseada.

MANDIL DEL TORSO simula el peso y el perfil del embarazo, movimiento del feto, y los senos engrandecidos.

- Los síntomas específicos: aumento de la fatiga, la presión interna de los órganos abdominales y los tejidos del suelo pélvico y los nervios, punzadas en el ligamento redondo, edema, dolor de piernas y pies, dolores de espalda baja, sensaciones de dar brazadas y patadas, cambios en la autoimagen y la sexualidad, y la torpeza en los movimientos.
1. Recoger el mandil del torso, sosteniéndolo con firmeza por las correas de los hombros (con la etiqueta A en la Figura 11).

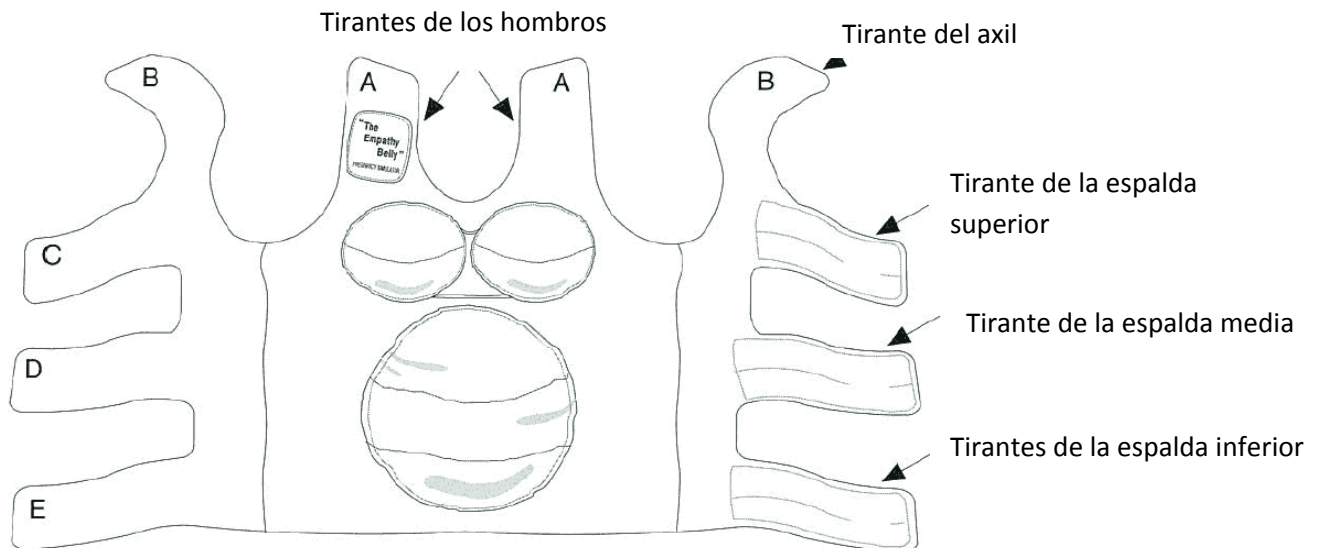


Figura 11 Mandil del Torso

2. Mantenga los tirantes sobre los hombros de los voluntarios, mientras cuidadosamente agarra el "vientre" por debajo.

3. Lleve los dos tirantes de las axilas (con la etiqueta B en la Figura 11) a la parte trasera y sujételos firmemente con el Velcro® de ellos al Velcro® de los tirantes de los hombros (ver Figura 12).
4. Coloque el Velcro® de los tirantes superior de la espalda (con la etiqueta C en la Figura 12) el uno al otro.
5. Pida a los voluntarios para liberar el "vientre" y compruebe que los senos estén colocados correctamente en el pecho.

Vuelva a colocar todos los tirantes si los senos parecen demasiado altos o demasiado bajos.

Deja que los otros cuatro tirantes (con la letra D y E en la Figura 12) se suelten por ahora.

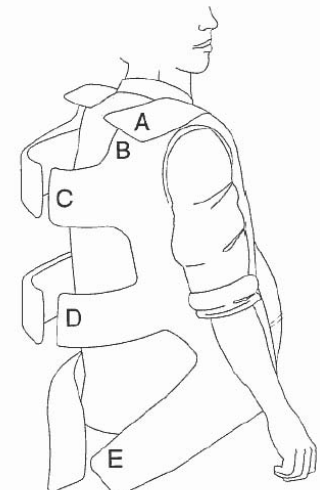


Figura 12
Sujetando los tirantes superiores

BOLSA DE LA VEJIGA (6 libras (2.7 kg)) simulando la cabeza fetal descansando sobre la vejiga.

- Los síntomas específicos: la presión vesical constante, la frecuencia de orinar, y sale la orina

1. Pida al voluntario que coloque la bolsa de la vejiga sobre su propia vejiga, con la cara de Velcro® volteada hacia fuera (ver figura 13).

Puede que tenga que explicar que:

- La vejiga masculina se encuentra justo debajo de su ombligo.
- La vejiga femenina se encuentra justo encima de su hueso púbico.

Durante este procedimiento, el instructor debe tener la "vientre" hacia arriba y a un lado, para que el voluntario pueda localizar su vejiga propia. La bolsa se encuentra correctamente cuando se siente presión o urgencia para orinar (por ejemplo, que "tienen que ir al baño").

2. Coloque con cuidado el "vientre" sobre la bolsa de vejiga, y presione con firmeza para sujetar el Velcro®
3. Pregunte al voluntario "¿Encontramos la vejiga de usted?"

Si la respuesta es negativa, o no está seguro/a, reposicione la bolsa de la vejiga.

4. Junte con firmeza y sujete los tirantes de la espalda media (etiquetado D en la Figura 14), y los tirantes de la espalda inferior (etiquetado E).



Figura 13 *Colocando la Bolsa de la Vejiga*

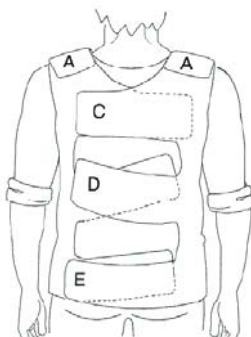


Figura 14

Mandil del Torso con todos los tirantes abrochados

NOTA: No es necesario que los tirantes correspondientes D y E se alineen exactamente con los demás. Es más importante ajustar los tirantes para que se ajusten con fuerza la estructura corporal de cada usuario, cruzándolos, según sea necesario para hacerlo. Esto asegurará que el mandil del torso se adapta a cada persona tan adecuadamente como sea posible.

DOS BOLAS DE PLOMO (7 libras (3.2 kg) cada una) simulan las rodillas fetales, los codos, y los pies cuando presionan los órganos abdominales internos.

- Síntomas específicos: Dolores en las costillas y los órganos abdominales.
 1. Inserte las dos bolas de plomo en los bolsillos de laterales del “vientre” (ver la Figura 15)
 2. Empuje cada bola de plomo de forma segura en el bolsillo.

NOTA: *Para lograr una simulación exacta para cada voluntario, es muy importantes que elimine las bolas de plomo ¡después de cada uso de The Empathy Belly® !*



Figura 15 Insertando las bolas de plomo

BATA DE MATERNIDAD muestra un perfil realista del embarazo.

- Síntomas específicos: cambios en el auto imagen y la sexualidad.
 1. Coloque la bata sobre la cabeza y los brazos de los voluntarios, O si prefiere ahorrar tiempo, deshacer el tirante de Velcro® en la parte trasera de la bata, dejando que el voluntario la deslice sobre su torso frontal y sujete el Velcro® en la espalda.

Si el tiempo lo permite, dejando que luche el voluntario con la bata puede ser útil para ilustrar la dificultad de realizar tareas simples.

2. Jale la bata con cuidado sobre el pecho y “vientre” del voluntario.
3. Pida que se observen el nuevo perfil en el espejo. (Figura 16).

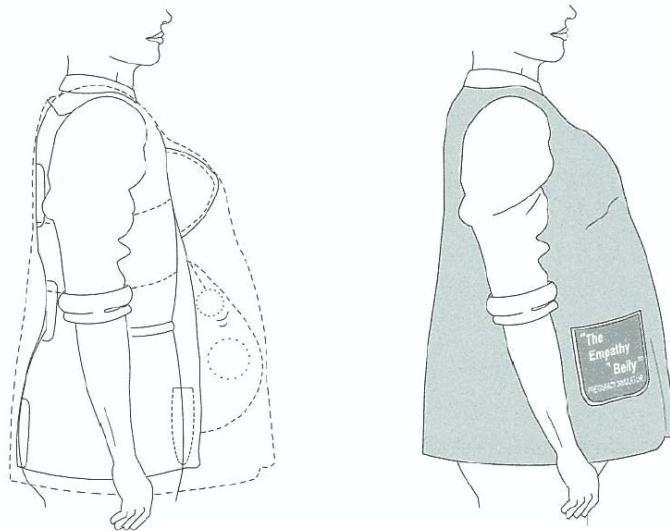


Figura 16 ¡Embarazo instantáneo!

¡Felicidades! Usted ha armado exitosamente The Empathy Belly®. A continuación, se mostrará el voluntariado como el embarazo podría afectar sus actividades diarias.

F. Pida a los voluntarios que intenten tomar diferentes posiciones, movimientos y actividades

Es necesario ver las cintas de vídeo incluidas en el paquete para darse cuenta de algunos ejemplos de preguntas que se pueden hacer y cómo hacer la actividad más efectiva. También podrá anotar las reacciones típicas y puntos de vista de los usuarios, en cuanto al impacto del embarazo sobre sus estilos de la vida diaria.

Al igual que en el segmento anterior, hay que solicitar la retroalimentación continua de los voluntarios, mientras que pide lo siguiente:

1. Caminar
2. Observar su perfil en el espejo
3. Agacharse y amarrarse los zapatos
4. Sentarse a la mesa o escritorio
5. Siéntate en el sofá y / o una silla y un escritorio de estudiante / silla en su caso
6. Recoger artículos para el hogar tirado en el suelo
7. Acostarse sobre el vientre, la espalda, y en el lado
8. Colocar cinco almohadas para mayor comodidad durante el sueño
9. Voltearse y reposicionar las almohadas
10. Imaginar que la pareja quiere hacer el amor
11. Levantarse del suelo correctamente

G. Concluir la Presentación

Pregunte por las conclusiones de los voluntarios y las nuevas ideas acerca de la condición de embarazo. Darle las gracias por participar.

Si el voluntario desea, dejar que él o ella siguen llevando el vientre de la empatía por el resto de la clase o cita prenatal.

NOTA: No deje que los voluntarios lleven The Empathy Belly[®] por más de 3 horas en total, y recuerda que debe permanecer siempre bajo la supervisión directa del instructor.

Inicie una plática sobre las reacciones y comentarios de los voluntarios y el público. Retire con cuidado todos los componentes de The Empathy Belly[®] :

1. Pida al voluntario que agarre el "vientre".
2. Apoye el peso de la prenda con una mano al agarrar de por lo menos una de los tirantes de los hombros.
3. Con la otra mano, desabroche todos los tirantes, empezando desde la espalda baja moviendo hacia arriba.
4. Posiciónese en frente del voluntario (sin dejar de soportar el peso de la prenda).
5. Mantenga ambos tirantes de los hombros, y retire la prenda lentamente del voluntario.
Tenga cuidado con la bolsa de la vejiga si empieza a caerse.
6. Suavemente deja The Empathy Belly[®] en la mesa
Si se cae la prenda ponderada abruptamente sobre una superficie dura podría causar daños a la vejiga, tales como moretones o agujeros.
7. **Eliminar las bolas de plomo, para que la siguiente simulación sea exacta.**
 - Abra el cierre en el interior de la prenda del torso.
 - Mantenga los extremos cerrados de cada bolsillo interior, dejando que la bola ruede en la otra mano.

Lista de Comprobación Rápida del Instructor para la Demostración de The Empathy Belly[®]

Antes de iniciar, organizar los materiales en el orden adecuado.

A. Presentar The Empathy Belly[®].

B. Seleccione un voluntario, pida que él o ella completa el formulario de Consentimiento Informado para Deslindar la Responsabilidad Legal.

C. Explique los gráficos anatómicos y síntomas del embarazo.

D. Preparar el voluntario; ver el formulario de Consentimiento Informado, y revisar la etiqueta de advertencia.

E. "Colocar" los cinco componentes de The Empathy Belly[®] en el voluntario.

1. Una faja costal
2. Mandil del torso
3. Bolsa de la vejiga
4. Dos bolas de plomo
5. Bata de maternidad

F. Pida a los voluntarios que intenten tomar diferentes posiciones, hacer movimientos y actividades, para activar completamente los síntomas que se está simulando.

1. Caminar
2. Observar el perfil
3. Inclinar y amarrarse los zapatos
4. Sentarse en el escritorio o mesa
5. Sentarse en el sofá y / o una silla y un escritorio de estudiante / silla en su caso
6. Recoger objetos del hogar tirados en el suelo
7. Acostarse sobre el vientre, la espalda, y de ambos lados
8. Colocar cinco almohadas para mayor comodidad durante el sueño
9. Rodar el cuerpo y reposicionar las almohadas
10. Imaginarse que la pareja quiere hacer el amor
11. Levantarse del suelo correctamente

G. Pedir conclusiones del voluntario, remover los componentes de The Empathy Belly[®] (o esperar hasta más tarde si se prefiere), hablar de las reacciones y comentarios.

El Apéndice

En este apéndice se incluye:

Formulario de consentimiento informado	página 18
Los derechos de autor	página 19
Limpieza	página 20
Solución de problemas	página 21
Garantía	página 22

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA DESLINDAR LA RESPONSABILIDAD LEGAL

Con base en los resultados de numerosas evaluaciones profesionales y las pruebas de campo amplio, The Empathy Belly[®] Simulador de Embarazo (la patente de EE.UU. 4,531,919) ha demostrado ser un material didáctico muy eficaz, beneficioso y seguro cuando se maneja o es usado por personas que tienen una salud normal, buena, y que se comportan de una manera correcta y tienen cuidado durante la manipulación o el uso de este material didáctico. Puesto que a usted (o a su hijo) se le ofrece la oportunidad de educación para usar The Empathy Belly[®], se le proporciona información completa acerca de este producto en cuestión de los posibles efectos, los beneficios, los factores evitables de riesgo y las precauciones necesarias que se deben tomar durante la manipulación o el uso de este producto. **Como requisito previo a la manipulación o el uso de The Empathy Belly[®], lea atentamente y llene este formulario.**

Diseñado para ser utilizado sólo como medio de enseñanza seria, The Empathy Belly[®] es un multi-componente, "prenda" ponderada que permitirá a los usuarios de ambos sexo de forma temporal una "experiencia", a través de una simulación precisa, más de 20 de los síntomas típicos y los efectos del embarazo. A través de esta práctica, el tipo de experiencia de aprendizaje, los usuarios sabrán qué se siente al estar embarazada y tener una comprensión práctica de los cambios y exigencias impuestas por la condición de embarazo. Los siguientes son algunos de los síntomas y los efectos que se pueden sentir con el uso de la The Empathy Belly[®] durante 10 minutos o más: la ganancia de peso de 35 libras, el perfil de agrandamiento de las mamas embarazadas y el vientre abdominal sobresaliente, la presión continua sobre el abdomen y los órganos internos; los cambios posturales con un aumento de "inclinación de la pelvis"; el cambio en un centro de gravedad, el dolor de espalda baja, las patadas leves "fetales" y los movimientos con sensación de caricias, la capacidad de respiración superficial y dificultad para respirar, el aumento de la temperatura corporal, el pulso y la presión arterial; una sensación de sofoco y aumento de la sudoración, dificultad en todos los movimientos del cuerpo, la presión sobre la vejiga, con mayor sentido de urgencia y la frecuencia de la micción, aumento de la fatiga, el desacelerar del ritmo y la actividad restringida. The Empathy Belly[®] empatía simula estos efectos a través del uso de un "faja costal" y el posicionamiento estratégico de los diversos componentes ponderados, lo que es una prenda de vestir estrictamente externa, y no tiene ningún componente mecánico, eléctrico o electrónico. Manipulación o uso de The Empathy Belly[®] se llevará a cabo sobre una base estrictamente voluntaria, y sólo se hará bajo la cuidadosa supervisión de un instructor capacitado y autorizado.

Las personas que pesan menos de 100 libras (45 kg), o más de 300 libras (136 kg), NO deben usar este aparato. Las personas con ciertas condiciones médicas o lesiones preexistentes podrían ser puestas en riesgo por la manipulación o el uso de la The Empathy Belly[®]. La siguiente lista está destinada a ayudar a identificar a esos individuos que podrían estar en peligro, y que no deberían usar este dispositivo. Si usted (o su hijo) desea manejar o usar **The Empathy Belly[®]** **indique aquí si usted (o su hijo) actualmente sufre de alguna de las siguientes condiciones médicas o daños a la salud:** (Marque SI o NO)

- | | <u>SÍ / NO</u> |
|---|----------------|
| 1. Embarazo confirmado, o la posibilidad de embarazo | ___ ___ |
| 2. Dolor crónico de espalda, o trastornos en la espalda, columna vertebral, el cuello, o pelvis (incluyendo pero no limitado a, escoliosis, ciática, ruptura o hernia discal, etc.) | ___ ___ |
| 3. Cualquier hueso fracturado o roto, o dislocación articular | ___ ___ |
| 4. Cualquier estiramiento serio (daños al músculo-tendón) o esguinces graves (daño en los ligamentos) | ___ ___ |
| 5. Daños o debilidad seria en las costillas, rodillas o tobillos | ___ ___ |
| 6. Alta presión arterial, mareos, desmayos o vértigo | ___ ___ |
| 7. Asma o cualquier enfermedad respiratoria o dificultad en respirar | ___ ___ |
| 8. Historia de problemas de corazón o enfermedad (incluyendo, pero sin limitarse a, ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, angina de pecho, etc.) | ___ ___ |
| 9. Epilepsia o historia de convulsions | ___ ___ |
| 10. Trastornos de la vejiga, debilidad o infección | ___ ___ |
| 11. Cualquier contusión grave de la piel abdominal, heridas, o cicatrices recientes | ___ ___ |
| 12. Cualquier debilidad grave o trastorno de los órganos internos de su abdomen (incluyendo, pero sin limitarse a, hernia, ampliación de hígado o bazo, infecciones, etc.) | ___ ___ |
| 13. Cualquier otra condición médica para que su médico se le ha aconsejado evitar actividad vigorosa | ___ ___ |

ADVERTENCIA: El manejo o uso de este producto en presencia de cualquiera de las condiciones anteriores puede causar que se empeoren o puede causar lesiones. Si ha respondido SÍ a CUALQUIERA de las preguntas anteriores, si usted (o su hijo) sufre de cualquier otra condición anormal de salud que usted cree que puede poner a usted (o a su hijo) en situación de riesgo, entonces USTED (O SU HIJO) ABSOLUTAMENTE NO DEBE

MANEJAR O USAR The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo.

El aumento de peso y cambios respiratorios comunes en el embarazo (y en la simulación de embarazo) naturalmente imponen importantes exigencias físicas en el cuerpo humano. Mientras que experimenta cualquier actividad vigorosa, especialmente los relacionados con el manejo o uso de los componentes ponderados, siempre hay la posibilidad de una lesión de esguince, especialmente si una persona no se comporta con cautela. MAL USO de The Empathy Belly[®] podría causar daños graves y permanentes. Por lo tanto, para minimizar cualquier riesgo de lesión mientras usa The Empathy Belly[®], el portador debe comprender y mantener las siguientes precauciones: no actúan imprudentemente o frivolidad. NO simultáneamente hacer giro paralelo al agacharse.

1. **NO ACTUAR** con imprudencia temeraria o negligencia.
2. **NO TORCER** de un lado a otro al doblarse.
3. **NO HACER** ningún movimiento abrupto, espasmódico o rápido en cualquier dirección
4. **NO DOBLARSE** sin doblar las rodillas (utilizar la posición de cuclillas)
5. **NO REBOTAR**, brincar, o correr
6. **NO PONERSE** zapatos con tacón alto o que pueden resbalar.
7. **NO SUBIR O BAJAR** escaleras, pendientes pronunciadas o superficies resbalosos
8. **MANEJAR CON CUIDADO** todos los componentes pesados de este dispositivo todo el tiempo.
9. **DISCONTINUAR EL USO DE ESTE DISPOSITIVO INMEDIATAMENTE** si usted siente cualquier dolor agudo, mareo u otro efecto adverso; consulte a su médico si es necesario

He estudiado y entiendo todos los materiales de capacitación docente proporcionados por el fabricante sobre el uso correcto, efectivo y seguro de la herramienta educativa, The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo. He sido específicamente autorizado como instructor calificado para manejar y demostrar este dispositivo. Estoy de acuerdo en seguir todas las instrucciones y precauciones del fabricante. Estoy de acuerdo en supervisar cuidadosamente el individuo determinado a continuación en todo momento mientras está usando The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo.

Nombre del Instructor Supervisor

Firma

Fecha

He leído y he entendido la descripción anterior de The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo, sus efectos previstos y potenciales, beneficios, factores de riesgo evitables y las precauciones razonables para mantenerse mientras llevo puesta esta herramienta educativa. Voluntariamente estoy de acuerdo (o permito que mi hijo) a llevar The Empathy Belly[®], para fines de mi (o de mi hijo) propio beneficio. Yo (o mi hijo) estoy (está) de acuerdo a seguir todas las instrucciones y precauciones indicadas. Asumo todo riesgo y responsabilidad por lesiones o daños a mí (o a mi hijo) que puedan surgir de mí (o de mi hijo) al manejar o usar The Empathy Belly[®]. Yo por la presente libero y descargo para siempre al fabricante de The Empathy Belly[®], el comprador y el instructor, de todos los reclamos de heridas o cualquier tipo de demanda legal que surgen de mi uso (o el de mi hijo) de The Empathy Belly[®].

Nombre de la Persona que Llevará Puesta la Prenda

Firma

Fecha

(o si es Menor de Edad, Firma del Padre/Madre de Familia o Tutor Legal)

DESLINDE DE LOS DERECHOS DE AUTOR

La reproducción de esta versión del formulario de consentimiento informado en su forma original está autorizada para su uso con The Empathy Belly[®], Simulador de Embarazo.

Limpieza

IMPORTANTE:

¡Elimine **TODOS** los componentes de vinilo, plomo y espuma antes realizar la limpieza del dispositivo!

Se puede limpiar los componentes de tela de The Empathy Belly[®] de acuerdo con las siguientes instrucciones.

Para limpiar la prenda del torso (65% poliéster, 35% algodón) y la faja costal:

IMPORTANTE: Abroche todos las áreas correspondientes Velcro[®] antes de la limpieza.

- Lavar a mano con agua caliente,
 - Lavar a máquina con agua caliente en el ciclo **delicado**.
 - NO LAVAR con blanqueador**
 - NO exprimir o torcer.**
 - NO lavar en seco.**
- Dejarla secarse al aire libre, secarse en un lugar plano, o en bloque.
 - Suavícela con la mano.
 - NO** planchar.

Para limpiar la bata de maternidad (100% algodón):

- Lavar a mano por separado, con agua fría,
 - Lavar a máquina por separado en agua fría, en el ciclo **delicado**.
 - NO USAR blanqueador.**
- Dejarla secar al aire, secarse en un lugar plano, o en bloque.
 - Secarla en la secadora con **calor bajo**
- Planchar con vapor si se requiere.

Para limpiar la bolsa de la vejiga (cubierto de tela, 65% poliéster, 35% algodón):

- Limpiar con paño húmedo, con un jabón suave, si se requiere.
- Secarse en un lugar plano.
- Dejarla secarse al aire libre.

Resolución de Problemas

Reparación de la Vejiga de Vinilo

Si encuentra un derrame en la vejiga de vinilo, necesitará determinar la causa **ANTES** de preocuparse:

- Compruebe para estar absolutamente seguro de que está utilizando el tapón interno, junto con la tapa exterior en la boquilla de la vejiga de vinilo.
- Asegúrese de que la tapa exterior se enrosque con fuerza. (Esta es la causa más común de las fugas.)

Si usted ha perdido el tapón interior o tapa exterior, llame al 1-800-882-3559 a Birthways. Se le enviará un nuevo conector interno y / o tapa exterior, de forma gratuita.

Si usted compró The Empathy Belly[®] **en el último año**, el problema puede ser cubierto por la garantía limitada de un año. Llame al 1-800-882-3559 a Birthways, y se determinará si el problema es un defecto de fabricación. Si una pieza defectuosa es cubierta por la garantía, se le enviará un reemplazo inmediatamente de forma gratuita.

Si usted compró The Empathy Belly[®] hace más de un año, usted tendrá que encontrar la fuga.

- Si el problema es una fuga de agujero o un corte en el vinilo, utilice el paquete de reparación de vinilo (incluido con el producto) para reparar la fuga.

Si usted ha perdido su paquete de reparación, usted puede comprar otro en una a tienda proveedora de camas de agua.

- Si la fuga es, sin duda ubicada alrededor de la boquilla de plástico transparente, o en el perímetro exterior de la vejiga, la fuga no se puede reparar, y usted tendrá que reemplazar la vejiga de vinilo. Llame al fabricante (Birthways) a 1-800-882-3559 para pedir información.

Las reparaciones de costura

Si alguna costura o se rompe la cremallera, o si una costura comienza a separarse, llame al 1-800-882-3559 en Birthways. Alguien le explicará las opciones de reparación disponibles para usted.

Piezas de repuesto

Si le falta algún componente de la empatía del vientre, o si una parte se ha agotado, llame al 1-800-882-3559 Birthways a comprar piezas de repuesto.

Un año de garantía limitada de producto

Este producto es de la más alta calidad y se inspecciona dos veces antes de su envío. Es una garantía contra las piezas defectuosas o defectuosos y / o mano de obra durante un (1) año a partir de la fecha de compra original, siempre que el producto ha sido utilizado en estricta conformidad con las instrucciones completas del fabricante para el correcto montaje y el uso que se suministra en el momento de la entrega. La única obligación del fabricante se limita a la reparación o sustitución del producto defectuoso. El fabricante no se hace responsable de cualquier lesión, pérdida o daños a la persona (s) o la propiedad, directos o indirectos, derivados del uso o mal uso del producto. El comprador deberá determinar la idoneidad del producto para el uso previsto del comprador, y el comprador asume todos los riesgos y responsabilidades en relación con ellos.

The Empathy Belly[®], Módulo de Simulador de Enseñanza
(**Patente de EE.UU. 4, 531,919**)

Hecho en los Estados Unidos U.S.A. Manufacturado por Birthways, Inc.

Birthways, Inc.

P.O. Box 2069 Vashon Island, WA 98070-2269

Sitio Web: <http://empathybelly.org/home.html>

Correo Electrónico: birthways@empathybelly.org