

Los cambios de posición de la madre y la postura lateral durante el parto reducen el daño perineal y del suelo pélvico hasta un 28%.

Estudio sobre "Cómo reducir el daño perineal y del suelo pélvico en el parto".

- El estudio científico ha sido realizado por la doctora Carolina Walker, fisioterapeuta y asesora experta de Centrada en ti de TENA Lady y un equipo de matronas de un hospital público de Madrid, y publicado en la revista médica *International Urogynecology Journal*

- Este modelo de parto alternativo muestra un menor sufrimiento del suelo pélvico y reduce la incidencia de incontinencia urinaria en el período post-parto

- Con esta metodología de parto alternativo han conseguido reducir un 23% los partos asistidos o instrumentales

Madrid, abril de 2012.- La doctora Carolina Walker, fisioterapeuta y asesora experta de Centrada en ti de TENA Lady junto a un equipo de matronas del servicio de maternidad de un hospital público de Madrid han presentado un estudio sobre un modelo alternativo de parto para reducir los riesgos de partos asistidos (es aquél en el que el médico utiliza instrumentos especiales para el parto, normalmente una ventosa obstétrica o fórceps, para ayudar al bebé a salir) y de lesiones perineales. Dicho estudio se llevó a cabo entre los años 2005/07 y ha sido publicado el mes pasado en la revista médica *International Urogynecology Journal*, centro de referencia internacional en cuantos artículos científicos en el área de suelo pélvico.

La idea del estudio era probar un nuevo modelo de parto en mujeres con epidural. "La epidural se utiliza en España en más del 80% de los partos y se sabe que aumenta los riesgos de partos instrumentales, con las consecuencias negativas sobre el suelo pélvico que tienen este tipo de partos", explica la doctora Carolina Walker, fisioterapeuta y asesora experta de Centrada en ti de TENA Lady.



Según dice la doctora Walker, "Algunos autores sugerían que el aumento de partos instrumentales podría ser debido a la falta de movimiento de la madre, ya que normalmente una vez que se le administra la epidural se queda tumbada en la cama y no suele moverse prácticamente nada". También la epidural afecta a la forma de empujar, con ella las mujeres dejan de sentir la fuerte sensación de querer empujar al bebé para que salga, sensación que sí sienten las mujeres sin epidural.

Es por esto, que el grupo de expertos médicos estudió un modelo de parto que intenta reducir estos efectos negativos de la epidural para ver si así se reducían los índices de partos instrumentales y de lesiones perineales. Para ello, compararon dos grupos de estudio. En ambos grupos se intervino cuando la mujer había alcanzado la dilatación completa, es decir, sólo durante la segunda etapa del parto, la fase expulsiva. Un grupo de estudio siguió el protocolo tradicional del hospital y el otro grupo de estudio desarrolló el nuevo modelo alternativo que se propuso.

Modelo alternativo frente al modelo tradicional

En el grupo que desarrolló el modelo alternativo de parto las mujeres realizaron una primera fase con movimientos y cambios de posición, todos ellos en la cama ya que con la epidural no podían estar de pie. "Las camas permitían colocarse en diferentes posiciones por lo que variábamos la posición de las mujeres entre sentada, a cuatro apoyos o cuadrupedia, cuclillas en suspensión y de rodillas, cada poco tiempo hasta que el bebé se encontraba cerca de la salida. Entonces colocábamos a la mujer de lado y el parto finalizaba con la madre en posición lateral" señala la doctora Walker.

En el modelo de parto tradicional, a diferencia del anterior, la mujer empieza a empujar inmediatamente tras alcanzar la dilatación completa por lo que no realiza cambios de posición ni movimientos. Explica la doctora, "La mujer empuja en la cama, generalmente tumbada boca arriba. Tras un período de empujes se colocaba en posición ginecológica, con las piernas sobre los estribos y se finalizaba el parto en esa posición".

Los resultados de la investigación muestran que con esta metodología de parto alternativo, han conseguido reducir un 23% los partos asistidos o instrumentales. Además con el modelo alternativo se reduce el daño perineal (sin episiotomía y sin desgarros) y por tanto en el suelo pélvico hasta un 28%.





Por otro lado, en el estudio también se incluyeron valoraciones de suelo pélvico postparto, realizadas a los 4 meses después del parto. En dichas valoraciones se evaluaba la incidencia de incontinencia urinaria y se observó que las mujeres que siguieron el modelo de parto alternativo tenían mucha menor incidencia de incontinencia urinaria.

Por último señala la doctora Walker, "las mujeres que habían tenido partos anteriores, es decir, experiencias anteriores y que utilizaron el modelo alternativo nos transmitieron comentarios muy positivos en cuanto a que disfrutaron más con este tipo de partos, entendemos que con este parto alternativo se podría mejorar la incidencia de incontinencia urinaria y además, las mujeres se sienten más cómodas y menos fatigadas".