



# Hospital Universitario Maternidad Nuestra Señora de la Altagracia

## BOLETIN INFORMATIVO

Volumen 2, nº 5

Mayo 2019

### Psicoprofilaxis del Parto

Un programa que contribuye a derribar los miedos que el parto vaginal suele provocar en las embarazadas, buscando bajar el índice de Cesáreas.

La Psicoprofilaxis del parto, es el conjunto de técnicas educativas, teórico-prácticas, que se aplican a las mujeres embarazadas a partir de las 20 semanas de gestación.

Desde este programa se les enseñan técnicas que son útiles al momento del parto, con el objetivo de ayudarlas a que enfrenten el proceso del parto sin temor, con la suficiente información, habilidades y recursos personales, a través de un adecuado conocimiento de los fenómenos fisiológicos del embarazo, parto y post parto.

El Programa de Psicoprofilaxis del Parto se inició en este hospital en el mes de septiembre del año 2018 y desde entonces ha asistido a 3,194 pacientes embarazadas entre ellas adolescentes.

El equipo de trabajo del área fue capacitado con el apoyo de Centro de Excelencia Materno Infantil en el Hospital Materno Infantil San Lorenzo de los Mina por un equipo coordinado por la Licda. María Luis. En el área de Consulta Externa nuestro equipo es constituido por: las Licdas. Primitiva Olivo, Ycelsa Lara, Vicenta Herrera, Elsa Rocha y Ana Deysi Diaz.

Las pacientes que ingresan al programa son captadas en la consulta externa y deben cumplir algunos criterios clínicos: se recomienda empezar a partir de 20 semanas de edad gestacional (inicio de la gimnasia prenatal), no tener antecedentes de cesárea anterior (de acuerdo a las normas de la institución), no tener ningún trastorno psiquiátrico. Dentro de las condiciones que limitan esta práctica se encuentran: sangrado vaginal, Ruptura Prematura de Membrana, preeclampsia y/o eclampsia, placenta previa, embarazo por debajo de 20 semanas, enfermedad renal aguda, embarazo múltiple con contraindicación medica, diabetes severa, aborto habitual, cualquiera otra contraindicación médica.



**HUMNSA**

*“Te guiamos  
a un Parto  
natural y  
sin temor”*



**HUMNSA**

Ubicación  
Ave. Pedro Enríquez Ureña  
#49 Gazcue  
Distrito Nacional  
Santo Domingo R.D.

Teléfono: 809-686-6376  
Correo electrónico:  
info@humnsa.gob.do

Visita nuestra Web!  
humnsa.gob.do

Hospital Maternidad Altigracia

@HUMNSARD



## HUMNSA

Dra. Joselyn Sánchez  
Directora General

Dra. Dolores Feliz  
Subdirectora Técnica de Calidad

M.A. Janet Hernández  
Redactora

Jairo Lara  
Fotografía

Oliver Brown  
Diseño y Diagramación

*Garantizando un  
servicio comprometido  
con la calidad en la  
salud.*



El área del Bloque Obstétrico cuenta con un equipo entrenado en Psicoprofilaxis del Parto: las Licdas. Nelly Valdez, Dulce Adon, Mercedes Núñez y las doctoras Rosa Santana, Crisleidy González, Dilce Duverge, recientemente se inició con la adecuación del espacio físico específico para el uso de estas pacientes.



## Como funciona el Programa

Las pacientes que están en el programa son recibidas por el personal de enfermería quien las identifica y le dan las orientaciones, se les explica en que consiste el programa se realizan cinco visitas dependiendo de la edad gestacional de la paciente: unas destinadas a la preparación psíquica y otras a la preparación física desarrollando en las mismas ejercicios prácticos (respiración, relajación y pujidos) y entrenamiento psicológico (relajación, autocontrol emocional, reducción de la ansiedad, el miedo, de los pensamientos en torno al embarazo y habilidades para encarar situaciones de estrés en el ámbito hospitalario) reduciendo de esta manera el estrés y/o el temor que algunas mujeres sienten ante el parto.

Entre las herramientas utilizadas por las pacientes para hacer sus ejercicios están las pelotas y colchones.

## Como funciona el Programa

Según un estudio realizado en Perú en el 2016 el 72% de las nulíparas tuvo menor de 8 horas en trabajo de parto y menos de una hora en expulsivo, el 83% de las multíparas su trabajo de parto fue de menos de 6 horas y expulsivo menor de 20 minutos, 90% de las gestantes terminaron en partos eutócicos, un 81% menos Sufrimiento Fetal, el 100% de los RN tuvieron contacto piel con piel (Madre-Hijo).

Al recibir la preparación brindada en un curso psicoprofiláctico, la pareja es capaz de tomar decisiones conscientes y responsables respecto al embarazo, parto, posparto y tipo de alimentación para su bebé, quien además se beneficia principalmente en la oxigenación que recibe en la primera respiración, ya que las contracciones del trabajo de parto lo estimulan de tal forma que puede respirar mejor en el momento del nacimiento y estar más activo los primeros días de vida.

La mujer que ha tenido un parto natural garantiza un vínculo estrecho con su bebé y facilita el proceso de la lactancia, ya que la experiencia de su participación activa la dispone a un estado emocional óptimo, lo que favorece positivamente la nueva relación, provocando que la madre no quiera separarse de su bebé. Algunos expertos afirman que los calmantes, anestésicos y cirugías no favorecen el contacto. Prepararse para un parto psicoprofiláctico evita, en muchos casos, las complicaciones y las intervenciones innecesarias.