

EFICACIA DEL MASAJE PERINEAL

Dorotea María Reche Torrecillas (1), Juana María González Márquez (2), Chaxiraxi Guedes Arbelo (3).

(1) Enfermera obstétrico-ginecológica, matrona, Servicio Andaluz de Salud, SAS. E-mail: doroteareche@hotmail.com

(2) Diplomada Universitaria en enfermería, SAS.

(3) Enfermera obstétrico-ginecológica, matrona, Enfermera especialista en Salud Mental. SAS.

INTRODUCCIÓN

- ❖ El **trauma perineal** es definido como cualquier daño que en los genitales durante el parto, de manera espontánea en forma de desgarro o debido a una incisión quirúrgica o episiotomía. Afecta al bienestar físico, psicológico y social de las mujeres en el postparto inmediato, estando asociado a morbilidad materna a corto y largo plazo.
- ❖ El **masaje perineal (MP)**, durante la gestación ayuda a reducir tanto el traumatismo perineal durante el parto como el dolor posterior al mismo.
- ❖ Esta técnica se sugirió durante el último mes del embarazo como una manera posible de permitirle al tejido perineal expandirse con mayor facilidad durante el expulsivo.

METODOLOGÍA

- ❖ Se ha realizado una revisión bibliográfica en bases de datos como pubmed, cochrane, cuiden, scielo, revistas electrónicas especializadas y documentos de asociaciones científicas desde 2005 a 2015.
- ❖ Las palabras clave utilizadas son: trauma perineal, masaje perineal, embarazo.

RESULTADOS

- ❖ El MP que realiza la mujer o su pareja durante una o dos veces a la semana a partir de las 35 semanas, reduce la probabilidad de traumatismo perineal, principalmente episiotomías y del dolor perineal continuo (Beckmann y Garrett 2008). Su repercusión resulta ser más relevante para las mujeres nulíparas, siendo menos precisa para mujeres que han tenido al menos un parto.
- ❖ La realización del MP 1-2 veces por semana reduce la morbilidad materna y la probabilidad de dolor a los tres meses postparto.

CONCLUSIONES

- ❖ La mayoría de las mujeres quiere dar a luz sin desgarros perineales, cortes ni suturas, porque los mismos causan dolor y malestar posterior y es posible que repercutan de forma negativa en el funcionamiento sexual.
- ❖ Las mujeres deben recibir información y formación acerca de los beneficios del masaje perineal prenatal, por lo que se hace necesario incluirlo en los programas de salud sexual y reproductiva de la mujer.

BIBLIOGRAFÍA

- ❖ Bejarano-Borrega J. Ensayo clínico aleatorizado abierto de dos grupos paralelos para evaluar la eficacia y seguridad de la aplicación del masaje perineal prenatal con aceite de rosa de mosqueta a partir de las semanas 34-36 de gestación para la reducción de desgarros de primer y segundo grado en el periodo expulsivo del parto. *Serie Matronas*. 2012; 4 (5): 43-65.
- ❖ Beckmann MM, Garrett AJ. Masaje perineal antes del parto para la reducción del trauma perineal (Revisión Cochrane traducida). En: *La Biblioteca Cochrane Plus*, 2008 Número 2. Oxford: Update Software Ltd. Disponible en: <http://www.update-software.com>.
- ❖ Luque-Bermúdez M, Ruiz-Liébanas G, Merino-Torres I. ¿Es eficaz el masaje perineal antenatal y en el período expulsivo del parto?. *Inquietudes*. 2008; 38:19-22.

OBJETIVO

- ❖ Valorar la eficacia de la realización del masaje perineal a partir de la semana 35 de gestación en la prevención y/o mejora del trauma perineal en el parto.

