

EPS DE LA EMBARAZADA: RECOMENDACIONES SOBRE LOS MÉTODOS DE ALIVIO DEL DOLOR EN EL AULA DE EDUCACIÓN MATERNAL

AUTORAS: Shahrou Romera B (belen_shahrou@hotmail.com), Ortega Pérez E

INTRODUCCIÓN

El dolor durante el parto, es probablemente el dolor más severo que experimentará una mujer a lo largo de su vida.

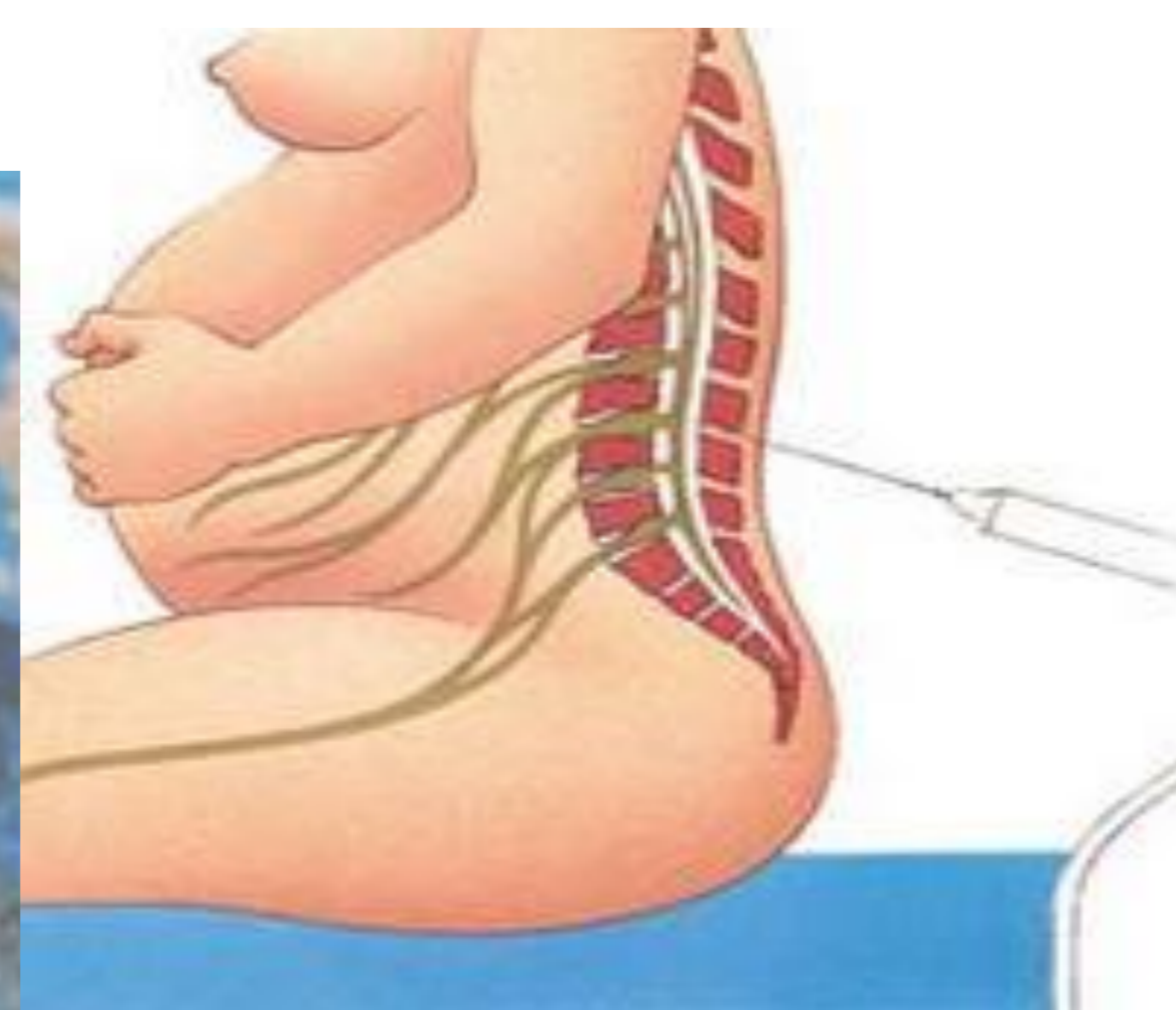
El manejo y efectividad de las técnicas para su alivio, es objeto de interés para embarazadas en las aulas de educación maternal, siendo frecuente que la mayoría solicite alguna ayuda durante el parto.

OBJETIVO

Revisión de las últimas recomendaciones acerca de las estrategias más solicitadas para el alivio del dolor, incluyendo métodos farmacológicos y no farmacológicos.

METODOLOGÍA

Búsqueda bibliográfica en bases de datos PubMed y UpToDate, usando como palabras clave "pain", "delivery" y "non-pharmacologic", estudios publicados entre 2010 y 2015.



RESULTS

Principales estrategias para alivio del dolor:

No farmacológicas:

- ✓ Educación maternal: ayudaran a las mujeres y parejas a identificar y entender el control del dolor.
- ✓ Inmersión en el agua templada: estos parecen favorecer la relajación reduciendo el dolor, cuidando monitorización de temperatura corporal.
- ✓ Inyección de agua estéril: disminuyen el dolor mediante inyecciones subcutáneas de agua estéril en la región lumbar.

Técnicas farmacológicas:

- ✓ Analgésicos sistémicos: preferible como técnica menos agresiva u si otras no son viables; tienen efectos adversos como sedación y depresión respiratoria.
- ✓ Inyecciones locales: bloqueando los nervios pudendos o paracervicales, aliviar el dolor vaginal y el de distensión perineal.
- ✓ Analgesia regional: no produce sedación del feto ni de la madre, permitiéndole participar de manera activa en el parto.

CONCLUSIONES

- ① Las técnicas no farmacológicas parecen ser más seguras para madre y feto, pero su eficacia es limitada.
- ② Los analgésicos sistémicos son favorables en unidades con pocos recursos o si existe contraindicaciones para analgesia regional.
- ③ La analgesia regional es la más efectiva en el alivio del dolor pero aumenta la probabilidad de partos instrumentales.