

# PARTO PSICOPROFILÁCTICO

Según (Hospitales Ángeles 2019.) El parto es un proceso normal, natural y saludable, por eso toda mujer tiene el derecho de dar a luz de manera libre, sin intervenciones médicas rutinarias, sin embargo, es muy importante la educación de la mujer durante el embarazo, para que de aquellas alternativas que se le presentan, escoja la opción que más se ajuste a sus necesidades. El parto psicoprofiláctico es una de las opciones de dar a luz hoy en día y para tener más información en relación con este método, se entrevistó al General de Brigada Médico Cirujano Ramón Celaya Barrera, Médico Gineco-obstetra, Director General del Hospital Central Militar y ex director de la Clínica de Especialidades de la Mujer, dependiente de la Secretaría de la Defensa Nacional.

## **¿Qué es un parto psicoprofiláctico?**

Es el nacimiento que se presenta de manera espontánea, después de que la mujer y su pareja han recibido una preparación física y emocional para tener un parto sin anestesia, ni medicamentos, y sin intervenciones quirúrgicas, es decir, de manera natural, pero con una preparación de por medio.

## **¿Qué tipo de preparación se necesita para tener un parto psicoprofiláctico?**

La madre debe estar informada de lo que ocurre durante el curso de su embarazo, del desarrollo de su bebé durante el proceso del parto y después del

nacimiento, y la [lactancia](#). Todo esto se complementa con información en materia de salud reproductiva que ayudarán a la mujer y a su pareja. En suma, es indispensable una preparación física y mental de los futuros padres, que se obtiene mediante el curso de parto psicoprofiláctico.

Esta preparación es impartida por instructoras, educadoras perinatales y en ocasiones por ginecólogos o pediatras. Es importante mencionar también el valor de las dinámicas grupales que se establecen entre las propias mujeres que están asistiendo a un curso psicoprofiláctico, de tal manera que entre ellas intercambian experiencias dándose confianza las unas a las otras.

Cuando alguna de ellas da a luz, generalmente va a contar su vivencia al resto de sus compañeras, esto las retroalimenta, les da confianza, valor y estimula en ellas el deseo de vivir esta maravillosa experiencia.

### **¿En qué casos se decide que la madre puede tener un parto psicoprofiláctico?**

Como principio los especialistas recomendamos una estrecha comunicación de propósitos y objetivos entre la pareja, para que después con ayuda de la instructora en psicoprofilaxis perinatal y del médico, determinen si las circunstancias son propicias para un parto psicoprofiláctico.

Se busca que la madre y el bebé vivan el parto de la manera más gentil y menos traumática física y emocionalmente. El propósito final es que toda la familia regrese a casa después de haber tenido una experiencia satisfactoria, como lo representa el parto psicoprofiláctico.

### **¿En qué consiste un parto psicoprofiláctico?**

Es el nacimiento que ocurre sin medicamentos, anestesia, aplicación de sueros, estimulantes de la contractilidad uterina, sin tricotomía (rasurado del pubis), ni enema y de preferencia sin episiotomía, sin "intervencionismos", esto se

logra después de que la mujer y su pareja han tenido la preparación física y mental para poder llevarlos a cabo, en suma, es un parto espontáneo con evolución natural.

Se debe apoyar a la mujer para que tenga un parto psicoprofiláctico con seguridad, con la preparación física necesaria para saber qué hacer, cómo relajarse, cómo respirar, cómo adoptar diferentes posturas como cuclillas, en cuatro puntos, cómo manejar el deseo de pujo, dirigir el esfuerzo de pujo, etc.

La labor del esposo será muy importante y de gran ayuda para la mujer, ya que el curso le permitirá saber de qué manera emplear medidas como algunos masajes o presión en ciertos puntos para controlar el dolor de su pareja, favoreciendo la comodidad.

### **¿De qué manera se puede realizar un parto psicoprofiláctico?**

La forma tradicional sería recostada en una cama, sin embargo, en mi opinión, el parto sea psicoprofiláctico o no, debe estimularse para que se lleve a cabo en una silla, ya que la posición de estar acostada boca arriba, en decúbito dorsal, es una posición negativa para el desarrollo del trabajo de parto porque tiene alteraciones neurodinámicas que favorecen la baja de presión arterial, y si a esto se le suman los efectos del bloqueo epidural (o bloqueo), que es la anestesia más empleada durante el trabajo de parto y que también provoca baja de presión arterial, los efectos se suman y pueden incrementarse originando que haya una disminución de la circulación útero-placentaria con la consecuente disminución de la oxigenación del bebé lo cual puede poner en riesgo su salud.

### **¿Cuáles serían los riesgos de un parto psicoprofiláctico?**

Son los mismos riesgos de un parto normal por eso hay que tener una vigilancia constante, para detectar cuando hay una variante, una desviación de

Lo que se considera normal, de ser así se debe abandonar el método del parto psicoprofiláctico para recurrir a la aplicación de una medida de tipo farmacológica y si se requiere de alguna intervención, realizarla de inmediato.

### **¿Cuáles son los propósitos de un parto psicoprofiláctico?**

Los propósitos siempre son los mismos, y tanto en la sala de labor como en la sala de expulsión, lo que los gineco-obstetras queremos es que el bebé nazca de la manera menos traumática y más gentil posible, idealmente con un parto espontáneo.

Pero si la manera menos traumática es mediante un parto operatorio que puede ser una cesárea, una aplicación de fórceps, un extractor al vacío, o alguna otra maniobra obstétrica incluyendo la episiotomía, esa será entonces la mejor manera para que nazca el bebé. El propósito es que nazca en las mejores condiciones.

El parto psicoprofiláctico no es el único remedio de la medicina perinatal, es un auxiliar, y cuando se logra, las condiciones son mejores que cuando hay intervención quirúrgica.

### **¿A través de un parto psicoprofiláctico un bebé puede llegar a tener daños que lo puedan perjudicar toda su vida?**

Los problemas que pueden dañar al bebé se pueden presentar durante cualquier tipo de nacimiento ya sea psicoprofiláctico, con alguna intervención como la anestesia o aún por cesárea.

El parto psicoprofiláctico no permite que nosotros como gineco-obstetras descuidemos la vigilancia de este, todo bebé debe estar estrechamente vigilando durante el parto. Debe monitorearse el comportamiento de sus latidos cardíacos cada determinado tiempo.

### **¿Cuál es el tiempo de recuperación de la madre?**

Las madres que vivieron un parto psicoprofiláctico difícilmente toleran estar más de 24 horas en el hospital y de inmediato desean estar en su casa, porque se dan cuenta de que ya no requieren servicios de enfermería y no necesitan apoyo del cunero puesto que son pacientes que han estado en estrecho contacto con su bebé desde que nació.

### **¿Qué es lo que hace falta en México para que las madres puedan tener un parto psicoprofiláctico o un parto en agua?**

Educación, investigación, información sobre todo del embarazo, para que junto con su médico se decida cuál sería la mejor vía de nacimiento para el bebé. Por eso una mujer embarazada, debe informarse de lo que es el embarazo, la trascendencia que tiene, y lo que es más importante, no depender del médico, ya que ella sabe qué es lo que quiere para sí misma. Son preguntas sencillas y fáciles de responder de manera personal, ya que la mujer embarazada, quiere lo mejor para ella y para su bebé.

### **Si una mujer desea tener un parto psicoprofiláctico, ¿a dónde debe acudir?**

Puede acudir a La Clínica de Especialidades de la Mujer, en el Seguro Social se encuentra muy limitada esta opción de tener un parto Psicoprofiláctico. Varios hospitales del ISSSTE cuentan con este servicio, así como el Instituto Nacional de Perinatología. También hay múltiples centros privados que imparten este tipo de preparación, sobre todo los que están dirigidos por personal perteneciente a la Asociación Nacional de Instructoras en Psicoprofilaxis Perinatal A.C.

## ¿Cuándo es conveniente iniciar la preparación para un parto psicoprofiláctico y en qué consiste?

La preparación para el parto se debe iniciar a partir del cuarto mes de embarazo, una vez valorada por el médico para empezar con el curso de Psicoprofilaxis que por lo regular incluye:

- Clases teórico-prácticas una vez a la semana, con duración de dos horas en promedio (aproximadamente diez clases).
- Conferencias impartidas por médicos especialistas en diversos temas, una vez cada quince días.
- Información sobre la Norma Oficial Mexicana (NOM)-007SSA2-1993 de la Sría. de Salud: "Atención de la mujer durante el embarazo parto, puerperio y recién nacido, criterio y procedimientos para la prestación del servicio".
- Filosofía del parto basado en el método LAZAME.
- Se emplea material audiovisual, películas, diagramas, etc. para demostrar la aplicación del método.
- Sesiones de pareja.
- Sesiones post parto ya con el bebé.

### Referencias :

Hospitales Ángeles. (2019). *Salud y Vida: Parto Profiláctico*. Noviembre 7, 2019, de Hospitales Ángeles  
Sitio web: <https://hospitalesangeles.com/saludyvida/articulo.php?id=341>