

MASAJE DEL PERINÉ: ¿CUIDADO ÚTIL PARA LA GESTANTE O PÉRDIDA DE TIEMPO?

Autoras:

Inmaculada Cubillas, Ana López, Antonia Martín.

INTRODUCCIÓN:

El masaje en el periné es una técnica que algunas matronas y obstetras recomiendan practicar a las gestantes en el último mes de embarazo, se cree que masajear los tejidos del periné disminuye la necesidad de episiotomías y desgarros durante el parto.

OBJETIVO:

- evaluar si existe suficiente evidencia científica para recomendar a la gestante el cuidado del masaje perineal.
- Conocer los beneficios del masaje obtenidos de los estudios científicos validados.

METODOLOGÍA:

Búsqueda bibliográfica en lengua inglesa y española en base de datos: cuiden, medline, cinhal período comprendido entre 1995 y 2011.

¿Cuáles son los RESULTADOS?

- Si existe evidencia científica fiable que apoye esta técnica.
- El masaje perineal disminuye el índice de episiotomías y desgarros.
- Es más efectivo en primíparas y gestantes de 30 años o más
- El masaje ayuda a disminuir el dolor del periné en el post parto.
- No es útil para disminuir la tasa de partos instrumentados.
- No es útil para disminuir la tasa de incontinencia urinaria y fecal.
- La mayoría de las mujeres encuentran el masaje aceptable.

CONCLUSIONES:

Matronas y obstetras deben recomendar el masaje perineal a las mujeres, es una técnica sencilla, inocua, sin costes que puede ayudar a la mujer a tener un parto más satisfactorio, sin necesidad de sutura y por tanto mejor y más rápida recuperación post-parto.

