

# VENTAJAS DE LA ANALGESIA NO FARMACOLÓGICA EN EL TRABAJO DE PARTO RESPECTO A LA EPIDURAL

## INTRODUCCIÓN:

La oferta analgésica durante el proceso de parto en los centros hospitalarios actuales se centra casi exclusivamente en el uso de fármacos, ya sea la anestesia-analgésica epidural u otros remedios, poniendo en riesgo la seguridad de las parturientas y del recién nacido. La evidencia científica actual recoge otras técnicas no farmacológicas más ventajosas, en el alivio del dolor de este proceso.



## OBJETIVOS:

- Dar a conocer otras alternativas al uso de la epidural.
- Exponer los efectos adversos de las terapias no farmacológicas.
- Elaborar un protocolo de actuación durante el trabajo de parto.
- Explicar las ventajas de cada terapia no farmacológica.

## POSIBLES COMPLICACIONES DE LA EPIDURAL:



TEMPRANAS	TARDÍAS
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fallos completos o analgesia incompleta.</li> <li>2. Hipotensión arterial materna</li> <li>3. Temblores.</li> <li>4. Prurito.</li> <li>5. Náuseas - vómitos.</li> <li>6. Punción venosa accidental.</li> <li>7. Bloqueo epidural extenso.</li> <li>8. Bloqueo epidural prolongado.</li> <li>9. Rotura del catéter.</li> <li>10. Síndrome de Claude Bernard-Horner.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. Lumbalgia.</li> <li>12. Cefalea post-punción dural.</li> <li>13. Hematoma epidural.</li> <li>14. Complicaciones infecciosas: meningitis, absceso epidural.</li> <li>15. Parálisis radiculares o tronculares.</li> <li>16. Trastornos miccionales.</li> <li>17. Isquemia medular.</li> </ol>

TÉCNICAS	OBSERVACIONES	APLICACIÓN
Inyecciones de agua destilada	Dolor punzante más quemazón durante la inyección. Alivio del dolor en 1-3 min. y durante 1-2 horas.	Cada dos horas y cuando la mujer lo solicite. Hacer la técnica durante la contracción.
Masoterapia	Disminuye la ansiedad, aumenta la sensación de confort, se puede aplicar en cualquier parte del cuerpo y por una o dos personas.	Durante todo el trabajo de parto, siempre que la mujer lo solicite, un mínimo de 20 minutos de masaje.
Esferodinamia	Mejora la postura de la espalda relajando la musculatura, alineando la pelvis y liberando el sacro. Acompaña a la rotación fetal. Libertad de movimiento y posturas. Aumento de la sensación confort y control de las contracciones. Permite la monitorización fetal externa.	Durante todo el trabajo de parto, cuando la mujer lo solicite y durante la realización de otras técnicas como el TENS o la masoterapia, por ejemplo.
Acupuntura y shiatsu	Imposibilidad de movimientos en la mujer. Necesidad de personal entrenado. Alivio de dolor y reducción de tiempo del trabajo de parto.	Durante todo el trabajo de parto. Cuando la mujer lo solicite. El tiempo de aplicación depende del punto de presión o de acupuntura.
Hidroterapia	Aumenta la sensación de confort. Necesidad de personal entrenado. Monitorización fetal externa en ventana. Efectiva durante dos horas. Compatible con otras técnicas no farmacológicas (inyecciones de agua destilada, mesoterapia, musicoterapia, etc).	Durante dos horas como máximo, con un intervalo de descanso mínimo de 30 minutos. Si la mujer lo solicita y cumple con todos los requisitos de seguridad.
Óxido nitroso	Disminuye el dolor sólo durante la contracción. No interfiere en la realización de otras técnicas.	Durante todo el tiempo que quiera la parturienta, pero exclusivamente durante el tiempo que dure la contracción.
Musicoterapia	Aumenta la sensación de confort. Crea ambiente de relajación positiva. No interfiere en ninguna otra técnica.	Durante todo el tiempo que quiera la parturienta.

## MATERIALES:

→ Pelota de Pilates, agua de inyección, agujas subcutáneas, jeringas, agujas de acupuntura, pelotas de goma para masaje, bañera y/o ducha, mascarillas y sistema de oxigenoterapia con salida de óxido nitroso (o "Entonox") equipo de música, etc.

## OTRAS TÉCNICAS:

→ Técnicas que precisan de entrenamiento previo por parte de la mujer y/o su acompañante. TENS, Flores de Bach, Homeopatía, Psicoanalgesia, Haptonomía y Reiki.

## BIBLIOGRAFÍA:

- \*Pérez L. Manejo del dolor del trabajo de parto con métodos alternativos y complementarios al uso de fármacos. *Matronas Profesión* 2006; 7(1): 14-22
- \*Protocolos SEGO. Prog. Obstet. Ginecol. 2008;51(6):374-83
- \*J. M. Mérida Téllez. El alivio del dolor en el parto. Métodos no farmacológicos. Unidad de Formación de Matronas de Málaga 2011.

## AUTORES:

Francisco Sánchez Lozano  
Laura Camacho Cantero