

MASAJE PERINEAL

SEGURIDAD EN EL CUIDADO DEL SUELO PÉLVICO

García Rojas, I. Aragón Núñez, MT.

INTRODUCCIÓN

El parto vaginal con frecuencia ocasiona traumas en el periné. El masaje perineal aumenta la flexibilidad de los músculos perineales y por consiguiente reduce la resistencia muscular, lo que le permite al perineo extenderse durante el parto sin que se produzcan desgarros o la necesidad de episiotomía.

La disfunción del suelo pélvico afecta al estado físico, psicológico y social de las mujeres y consecuentemente a su calidad de vida, a corto y largo plazo.

Las tasas de trauma son especialmente altas en las primíparas (Albers 1999). Los posibles efectos adversos de estas lesiones incluyen dispareunia (durante los tres primeros meses detrás del parto (Barret 2000) , incontinencia urinaria, de gases o fecal y dolor perineal persistente.

Las mujeres con un periné intacto exhiben suelos pelvianos más fuertes medido por electromiograma y experimentan una recuperación muscular más rápida que las mujeres que sufren desgarros espontáneos o episiotomías (Klein 1994).

La matrona tiene un papel importante en la información que le proporciona a la mujer sobre el cuidado del suelo pélvico, contribuyendo a preservar la seguridad de este.

OBJETIVOS

Revisar la evidencia disponible al respecto, ya que las matronas informamos a las mujeres sobre este cuidado en nuestros programas de educación maternal.

Garantizar que este cuidado contribuye a aumentar la seguridad en los cuidados del suelo pélvico de las mujeres

Conocer la correcta realización del mismo

METODOLOGÍA

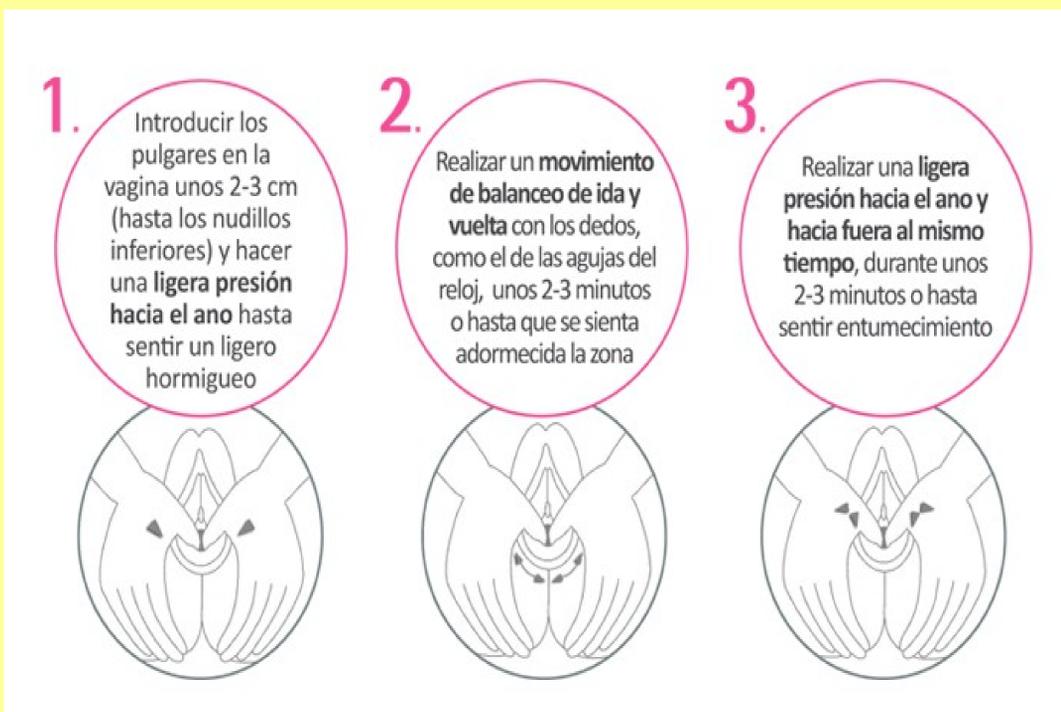
Se realizó una revisión de revisiones sistemáticas y estudios científicos. En primer lugar se realizó una búsqueda bibliográfica a través de la base de datos Gerión (Biblioteca virtual del Servicio Andaluz de Salud) disponible en la página web del SAS de artículos de investigación sobre "masaje perineal" tanto en español como en inglés. Posteriormente, se hizo una búsqueda de las revisiones sistemáticas existentes en la literatura científica en las bases de datos MEDLINE (a través de PubMed), LILACS (incluyendo SciELO) y la Cochrane Library.

RESULTADOS

Su realización facilita al tejido perineal expandirse con mayor facilidad durante el parto. El masaje perineal que realiza la mujer o su pareja desde la semana 35 reduce la probabilidad de traumatismo perineal (principalmente episiotomías) y del dolor perineal continuo, en general se asocia con una reducción en la incidencia de traumatismos que requieren sutura (1).

La diferencia es estadísticamente significativa para las primíparas, disminuyendo la probabilidad de requerir episiotomías. No se observaron diferencias en la incidencia de desgarros de primer, segundo, tercer o cuarto grado. Pero resultó menos precisas para las que habían parido con anterioridad. En este grupo si se observó una reducción significativa de la incidencia del dolor a los tres meses postparto(1).

Aunque las primeras sesiones poduzcan un malestar transitorio, en general es bien aceptado por las mujeres (2). En el estudio de Labrecque y cols (2001) se realizó una encuesta a las mujeres que había realizado masaje perineal sobre si repetirían en un embarazo posterior. El 80% de las mujeres del grupo masaje respondieron afirmativamente y el 90% lo recomendarían a otras mujeres.



CONCLUSIONES

Se aconseja que las mujeres reciban información sobre los beneficios del masaje perineal y la forma de practicarlo por parte de su matrona de referencia.

Se necesita más información sobre el masaje perineal y la satisfacción sexual, dolor perineal y la incontinencia.

También se necesita más información en el grupo de mujeres que tuvieron un parto vaginal previo antes de concluir sobre los beneficios del masaje en relación con el traumatismo perineal. También hace falta investigar acerca de los dispositivos existentes para el masaje perineal.

BIBLIOGRAFÍA

- 1.-BeckmannMM, Stock OM. Antenatal perineal massage for reducing perineal trauma. Cochrane Database of Systematic Reviews 2013, Issue 4.
- 2.-Labrecque M, Eason E, Marcoux S. Randomized trial of perineal massage during pregnancy. Am J Obstet Gynecol 1999; 180: 593_600
- 3.-Alperin M, Krohn M, Parviainen K. Episiotomy and increase in the risk of obstetrics laceration in a subsequent vaginal delivery. Obstet Gynecol 2008;111:1274-8