

# EFICACIA Y SEGURIDAD DEL USO DE LOS MÉTODOS NO FARMACOLÓGICOS EN EL PARTO.

**Autores:** Cristina Jiménez Barragán, Mercedes Ruiz-Rico Ruiz, Rafael Garrido Santiago. (Graduados en Enfermería)

## INTRODUCCIÓN:

- Los métodos farmacológicos presentan mayor eficacia a la vez que efectos adversos, mientras que los métodos no farmacológicos **no son invasivos** y parecen **seguros** para la madre y el feto.
- Las mujeres deben sentirse en libertad de elegir qué método utilizar así como conocer la variedad de recursos de los que disponga en el lugar donde decida realizar su parto.

## OBJETIVO:

- Evaluar los **efectos de los métodos no farmacológicos** para el alivio del dolor en el parto según su mecanismo endógeno de acción, las intervenciones obstétricas, maternal y resultados neonatales.



## METODOLOGÍA:

- Se ha realizado una **revisión sistemática** con los siguientes términos MeSH: alivio, dolor, massage, masaje, postura, dilatation, posición, decúbito lateral.
- El objetivo de esta búsqueda se ha definido por el desconocimiento que las parturientas tienen en el ámbito no farmacológico y su seguridad sobre la madre y el recién nacido. Las **bases de datos** utilizadas son Cochrane Plus, Cuiden Plus y Scopus.
- Los artículos encontrados y utilizados han sido en **español e inglés**. Se ha escogido un total de **tres** documentos: un meta-análisis, una revisión bibliográfica y una revisión sistemática.
- Los **criterios de inclusión** han sido el año de publicación (desde 2009 hasta 2015), artículos a texto completo y de acceso gratuito y la posibilidad de recuperar el documento.

## RESULTADOS:

1. Pain management for women in labour: an overview of systematic reviews (Review)		2. Métodos no farmacológicos para aliviar el dolor en el parto		3. Nonpharmacologic Approaches for Pain Management During Labor Compared with Usual Care: A Meta-Analysis	
<b>Tipo de estudio:</b> Revisión sistemática 2013	<b>Muestra:</b> 15 revisiones Cochrane y 3 revisiones fuera Cochrane.	<b>Tipo de estudio:</b> Revisión bibliográfica. 2014	<b>Muestra:</b> 30 referencias bibliográficas	<b>Tipo de estudio:</b> Meta-análisis	<b>Muestra:</b> 1561 estudios revisados y 57 cumplían criterios de inclusión.
<b>Resultados:</b> La epidural y la CSE (epidural espinal combinada) es efectiva para controlar el dolor en el parto pero no están exentos de efectos adversos. No hay pruebas suficientes para emitir un juicio sobre la conveniencia o no de la hipnosis, el biofeedback, la inyección de agua estéril, aromaterapia, TENS, y opioides parenterales para ver si son más eficaces que el placebo u otras intervenciones para el manejo del dolor durante el parto.	<b>Conclusiones:</b> La mayoría de los métodos de control del dolor no farmacológicos no son invasivos y parecen ser seguros para la madre y el bebé, sin embargo, su eficacia no está clara debido a pruebas de alta calidad limitada. -Hay más evidencia para apoyar la eficacia de los métodos farmacológicos aunque tienen más efectos adversos. La analgesia epidural proporciona un alivio eficaz del dolor aunque se ha demostrado un aumento de parto instrumentado vaginal.	<b>Resultados:</b> Educación maternal: ausencia de suficientes estudios. Apoyo: efectivo, implica menor uso de analgésicos. Respiración: modifica la duración e intensidad de las contracciones. TENS: no son efectivos pero se recomiendan antes de la fase activa de parto. Inyecciones de agua estéril: efectivo en la primera fase del parto pero falta evidencia científica. Cambios de posición y libertad de movimientos: la verticalidad mejora la comodidad de la parturienta y se relaciona con menor dolor y menor uso de analgésicos. Terapia de agua: La Tª del agua no debe superar los 37º y no se recomienda una estancia superior a las 2 horas así como la dilatación óptima para la inmersión es entre 3-5 cms.	<b>Conclusiones:</b> Actualmente en nuestra sociedad, los métodos farmacológicos son utilizados con mayor frecuencia. - Los métodos no farmacológicos son una opción más en el alivio del dolor durante el parto. En general suelen usarse como apoyo a los métodos farmacológicos. - Muchos estudios obtienen resultados positivos en la aplicación de estas técnicas como formas de abordar el dolor, resultando efectivos. - No existe evidencia científica de que alivien la sensación dolorosa pero otras técnicas reducen la ansiedad, como son la preparación psicológica, la acupresión, la relajación, el masaje, la respiración y la biorretroalimentación.	<b>Resultados:</b> Los métodos no farmacológicos (inmersión en el agua, masajes, deambulación y posiciones) y otros (acupresión, acupuntura, estimulación eléctrica y las inyecciones de agua) se asocian con una disminución de la analgesia epidural y una mayor satisfacción materna en el parto. -La comparación de los métodos de control del sistema nervioso central (la educación, la desviación de la atención y el apoyo) con la atención habitual se asocia con mayor probabilidad de analgesia epidural, el parto por cesárea, parto instrumental y menor satisfacción con el parto.	<b>Conclusiones:</b> Los métodos no farmacológicos para aliviar el dolor durante el parto (usados como estrategias de alivio del dolor en el hospital) proporcionan beneficios a las mujeres y a sus bebés sin causar daño adicional.

## CONCLUSIONES:



Los métodos no farmacológicos como el masaje o la inmersión en el agua **reducen el dolor y son seguros para la madre y para el feto** pero no se han descrito diferencias significativas entre la seguridad de estos métodos farmacológicos con los métodos no farmacológicos.



**No se han descrito efectos adversos** en el uso de la pelota de parto como técnica para el alivio del dolor. Las posiciones verticales y la deambulación no se asocian a mayor número de cesáreas ni a efectos negativos en la madre y en el feto. A pesar de que la inmersión en el agua **reduce la necesidad de episiotomías**, se observa un mayor aumento de desgarros de segundo grado en su mayoría.



La bibliografía publicada sobre la seguridad en los partos realizados bajo el agua presenta **grandes limitaciones** por lo que es difícil establecer la incidencia de complicaciones en el parto..

## BIBLIOGRAFÍA:

- Pain management for women in labour: an overview of systematic reviews [Internet]. UK; Jones L, Othman M, Dowswell T, Alfircvic Z, Gates S, Newburn M, Jordan S, et al. 2012 . Available: Cochrane Database of Systematic Reviews, Issue 3. Art. No.: CD009234. DOI:10.1002/14651858.CD009234.pub2
- Jessica Valdés del Val, Francisco Javier Pérez Rivera, Javier González Fuente. Métodos no farmacológicos para aliviar el dolor en el parto. MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD. [Internet]. 2014. ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20. Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/330.php>
- Nils Chaillet, Loubna Belaid, Chantal Crocheti, Louise Roy, Guy-Paul Gagn, Jean Marie Moutquin, et al. Nonpharmacologic Approaches for Pain Management During Labor Compared with Usual Care: A Meta-Analysis. BIRTH [Internet]. 2014 June; 41(2): 122-137. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24761801>