

# REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: SEGURIDAD EN LA REALIZACIÓN DEL MASAJE PERINEAL ANTEPARTO

Lavín Castañeda M<sup>a</sup> Pilar (Matrona del Servicio Cántabro de Salud)



Pérez Zabaleta Andrea (Fisioterapeuta del Servicio Cántabro de Salud)



## INTRODUCCIÓN

- ✓ El trauma perineal es una de las complicaciones más frecuentes que se producen en el período expulsivo del parto, bien como desgarro perineal o por realización de una episiotomía, lo que puede generar una alta morbilidad en la mujer a corto y largo plazo repercutiendo en su bienestar físico, psicológico y social.
- ✓ De las mujeres que experimentan trauma perineal, el 40% experimenta dolor en las primeras dos semanas después del parto y del 7% al 9% refieren dolor a los tres meses postparto.
- ✓ Las recomendaciones de la OMS refieren que no hay evidencia clara y demostrable de que el uso rutinario de la episiotomía tenga un efecto beneficioso sobre la mujer, y que tasas superiores al 30% no están justificadas. En España aunque no existen cifras oficiales, la práctica se estima entre un 50-60% en partos no instrumentados.
- ✓ La FAME publicó un documento de consenso para la iniciativa del parto normal en el que se recoge que el masaje perineal durante la gestación es efectivo para reducir el trauma perineal y el número de episiotomías realizadas. Utilizando este documento como referencia, nos preguntamos si es una técnica difundida a las gestantes, si se realiza de una manera correcta y segura y si finalmente aporta los beneficios que detalla.

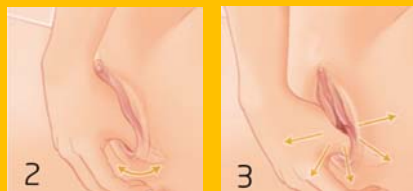
## OBJETIVO

Confirmar que el masaje perineal (MP) reduce la incidencia de traumatismo perineal durante el parto, disminuyendo la incidencia de desgarros de primer y segundo grado así como la necesidad de practicar episiotomías.

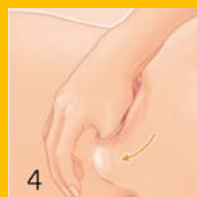
## METODOLOGÍA

- ✓ Se ha realizado una revisión bibliográfica en las principales bases de datos sobre publicaciones científicas: Pubmed, Medline, Scielo, Cuiden, Dialnet, Elsevier y Cochrane.
- ✓ Se han seleccionado los artículos, según criterios científicos, con los siguientes temas de inclusión: *masaje perineal*, *gestación*, *trauma perineal*.
- ✓ La búsqueda se ha limitado a los artículos escritos en inglés y español publicados entre los años 2000 y 2015 de los que finalmente se seleccionaron 15. Se han incluido los resultados de un estudio realizado en 1997 por la relevancia de sus aportaciones y por servir de base de nuevos estudios.

## TÉCNICA



1 - Visualizar la zona perineal.



2 - Introducir los pulgares en la vagina unos 2-3 cm y hacer una ligera presión hacia el ano hasta sentir un pequeño hormigueo.

3 - Realizar un movimiento de balanceo de ida y vuelta con los dedos, como el de las agujas del reloj, unos 2-3 minutos o hasta que se sienta adormecida la zona.

4 - Realizar una ligera presión hacia el ano y hacia fuera al mismo tiempo, durante unos 2-3 minutos o hasta sentir entumecimiento.

## MASAJE PERINEAL

### PRECAUCIONES

- ✓ Lavado de manos (uñas recortadas y limpias).
- ✓ Vaciado de vejiga antes realizar el masaje perineal para evitar infección y/o irritación.
- ✓ Se puede realizar tras aplicar compresas templadas en el periné o después de la ducha.
- ✓ Postura cómoda: posición de cuclillas, semisentada o apoyada en la pared.
- ✓ Si se realiza automasaje es más cómodo usar el pulgar, si lo realiza la pareja índice y/o corazón.
- ✓ Lubricación de los dedos con aceite de Rosa Mosqueta, aceite de almendras dulces o aceite de oliva.

## RESULTADOS

La práctica del MP antenatal:

- ✓ Reduce la probabilidad del traumatismo perineal, principalmente episiotomías, y la notificación de dolor perineal continuo, así como menor probabilidad de dolor a los 3 meses postparto. (Beckmann MM y cols. 2009).
- ✓ Disminuye los desgarros de II o III grado (6,1%) y las episiotomías. Este efecto fue más fuerte en el grupo de edad de mujeres mayores de 30 años. (Shipman MK y cols. 1997).
- ✓ Reduce la probabilidad de traumatismo perineal (principalmente episiotomías) y el dolor perineal mantenido. (Leonid Kalichmann 2008).
- ✓ Reduce el número de episiotomías un 21%, además de obtener menor lesión perineal. (Shimada. 2005).
- ✓ No presenta diferencias significativas con la no realización de ningún tipo de prevención y por tanto no implica beneficios en la reducción de las disfunciones perineales asociadas al parto. (Amaia Esparza Zárate. Universidad Pública de Navarra. 2014).
- ✓ No muestra ni protección ni un efecto perjudicial significativo en relación a la aparición de trauma perineal durante el parto: las tasas de episiotomías, desgarros espontáneos y tasas de periné íntegro fueron similares. (Mei-dan E y cols. 2008).
- ✓ No se observaron diferencias en la incidencia de desgarros perineales de I,II y III grado. (Beckmann MM y cols. 2009).

## DISCUSIÓN

- ✓ A pesar de que existen numerosos ensayos clínicos y estudios observacionales que valoran la seguridad del MP no se han descrito diferencias estadísticamente significativas que justifiquen la práctica basada en la evidencia.
- ✓ Hemos encontrado importantes contradicciones entre los resultados obtenidos de los distintos estudios realizados, además, no se ha precisado con exactitud la técnica (frecuencia y duración) y utilización de productos de uso tópico en la realización de la misma.
- ✓ El mantenimiento de la integridad del periné es un gran desafío para los profesionales que asisten a las gestantes, por lo tanto, teniendo en cuenta los beneficios que aporta esta práctica a la salud de la mujer y el bajo coste económico se debería informar a las mujeres sobre las ventajas que supone su realización.
- ✓ Proponemos la necesidad de realizar nuevos estudios e investigaciones que avalen la seguridad de esta técnica, para así promover el autocuidado de las mujeres gestantes.

## BIBLIOGRAFÍA

- 1-Mei-danE, Walfisch A, Raz I, Levy A, Hallak M. Perineal massage during pregnancy: a prospective controlled trial. *Isr Med Assoc J.* 2008 Jul;10(7):499-502.
- 2-Cobo Simó C, Sanchez Gómez MJ. ¿Es efectivo el masaje perineal durante el embarazo para obtener un periné íntegro tras el parto?. *Enfermería docente.* 2010.92:35-36.
- 3-Beckmann MM, Stock OM. Antenatal perineal massage for reducing perineal trauma. *Cochrane Database Syst Rev.* 2006 Jan 25;(1):CD005123. Review.