

# EDUCACIÓN MATERNAL: UN PROGRAMA NECESARIO

MORENO MADRID, C., PEREZ MONTAGUT, A.C., RODRIGUEZ FENOY, V.

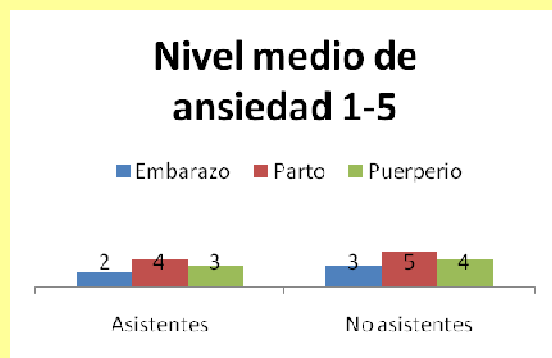
**1- Introducción:** todo embarazo, aunque no sea el primero, supone el comienzo de una nueva etapa llena de cambios, tanto físicos, como psicológicos y sociales. Es muy conveniente que los padres dispongan de la información adecuada sobre aspectos tan relevantes como cambios normales durante la gestación, los hábitos y conductas saludables, etc.

Los profesionales sanitarios podemos ser unos excelentes aliados en este período. Conocer estos cambios, y saber por qué se producen puede evitar muchas preocupaciones y ayudar a vivir el embarazo con serenidad y de una forma más consciente. Además, estar informados, les permitirá mantener una actitud participativa en todo el proceso e implicarse activamente en la toma de decisiones, haciendo que vivan de manera más satisfactoria el nacimiento de su hijo/a.

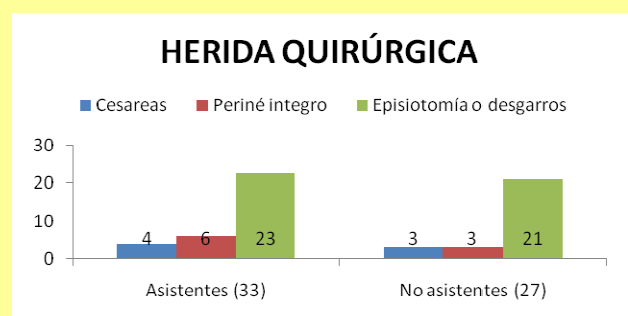
**2- Metodología:** hemos realizado un estudio prospectivo de campo cuya muestra consta de 60 mujeres embarazadas de edades comprendidas entre 18 y 42 años y que se encuentran en el tercer trimestre de embarazo. Se ha llevado a cabo en una consulta de atención primaria a través del programa de educación maternal. De esa muestra 33 han participado en el programa, 19 lo han rechazado y 8 han participado parcialmente, a las que tendremos en cuenta como no asistentes. Se ha impartido un curso semanal de una hora y media, en el que se desarrolló un tema diverso: los cambios producidos en el embarazo, el parto, los cuidados al recién nacido, la lactancia materna, etc. En todas las clases en la última media hora se han realizado ejercicios de relajación y respiración. La evaluación de la eficacia de nuestro programa la hemos analizado durante la visita puerperal, a través de la entrevista usando una encuesta con respuesta múltiple y escalas de valor numérico.

## 3- Resultados:

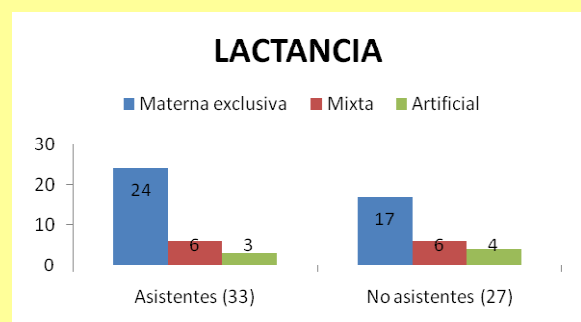
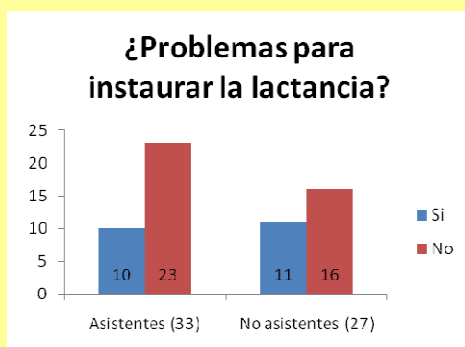
Vemos que el nivel de ansiedad de las mujeres que no asistieron ha sido un punto por encima de las que sí en cada etapa, llegando incluso al máximo durante el parto.



Durante los talleres se les explicó la posibilidad de tener herida quirúrgica por cesárea, episiotomía o desgarros y los cuidados que deberían realizar en cada caso. Se revisan las heridas durante la visita puerperal, presentando todas buena evolución.



En los dos últimos gráficos observamos que el número de mujeres que no han tenido problemas para instaurar la lactancia es mucho mayor en el grupo de las que asistieron al programa, así como la mayoría da a su bebé lactancia exclusiva; siendo un número mayor las madres que da lactancia artificial y mixta en el grupo de las que no asistieron.



**4-Conclusiones:** resulta evidente que el seguimiento de la educación maternal aporta seguridad y tranquilidad para afrontar el parto y puerperio, evitando a su vez complicaciones de éstos.

Gracias a ella se aumentan los conocimientos, sobre todo el proceso de la maternidad y se resuelven dudas acerca de los cambios propios del embarazo, disminuyendo así miedos o ansiedad que pueden tener las futuras madres ante el nuevo cambio.

## 5-Bibliografía:

[www.materna.es](http://www.materna.es)

Santos Leal, E., (2011). *Embarazo y parto: todo lo que necesitas saber*. Anaya Multimedia.

Ruiz Vélez-Frías, C. (2010). *Parir sin miedo: el legado de Consuelo Ruiz Vélez-Frías*. 2ª edición.