



Curso: El dolor en el parto mecanismos psicofisiológicos y estrategias holísticas para la prevención y el alivio

Imparten: Blanca Herrera – Ascensión Gomez



presencial y online

Madrid, 10 de enero 2019

información:

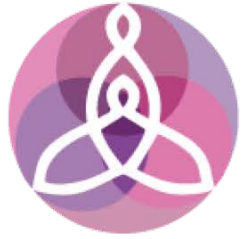
saludmentalperinatal.es



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

“La manera en la que nuestra cultura trata a las mujeres durante el parto, es un buen indicador sobre cómo las mujeres y su contribución a la sociedad, son valoradas y honradas.”

INA MAY GASKIN



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal



2018 International Awards on
Perinatal Mental Health Education

PROGRAMA

1. Neurofisiología del dolor en el parto
2. La química y la bioquímica. Dolor fisiológico, dolor provocado: influencia de la medicalización del parto en la intensidad y la vivencia del dolor.
3. El sistema nervioso autónomo: comprendiendo cuales son las verdaderas necesidades de las mujeres durante todo el proceso. La influencia del entorno, el clima emocional, el acompañamiento.
4. Emociones, estado hormonal, estado de consciencia.
5. El miedo y su impacto en la evolución del parto y el dolor. Como afrontarlo.
6. Epidural: las luces y las sombras.
7. La analgesia endógena: conocerla, comprenderla, favorecerla.
8. Recursos no farmacológicos de alivio del dolor fisiológico.



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

RECURSOS NO FARMACOLÓGICOS PARA EL ALIVIO DEL DOLOR EN EL PARTO



Cuadro de Amanda Greavette



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

“Café con leche para todo el mundo” África Caño





Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

“ALIVIO” DEL DOLOR EN EL PARTO





Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

SI NO CONOCES TODAS LAS OPCIONES, NO TIENES NINGUNA



NHS
National Institute for
Health and Clinical Excellence

Issue date: September 2007

Intrapartum care

Care of healthy women and their babies during childbirth

NICE clinical guideline 55
Developed by the National Collaborating Centre for Women's and Children's Health

“Las expectativas de la mujer ante el parto”



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

“Preparación maternal”



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Satisfacción de las mujeres con la experiencia del parto

- ✓ Sus expectativas personales
- ✓ El apoyo recibido por el personal
- ✓ La calidad de la relación con el personal
- ✓ Su implicación en la toma de decisiones
- ✓ Hodnet (2002)





Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

MÉTODOS FARMACOLÓGICOS DE ALIVIO DEL DOLOR EN EL PARTO:

- Oxido Nitroso (N_2O_2)
- Agentes sistémicos (Meperidina, Petidina, Fentanilo, Diazepam, etc.)
- Analgesia epidural





Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

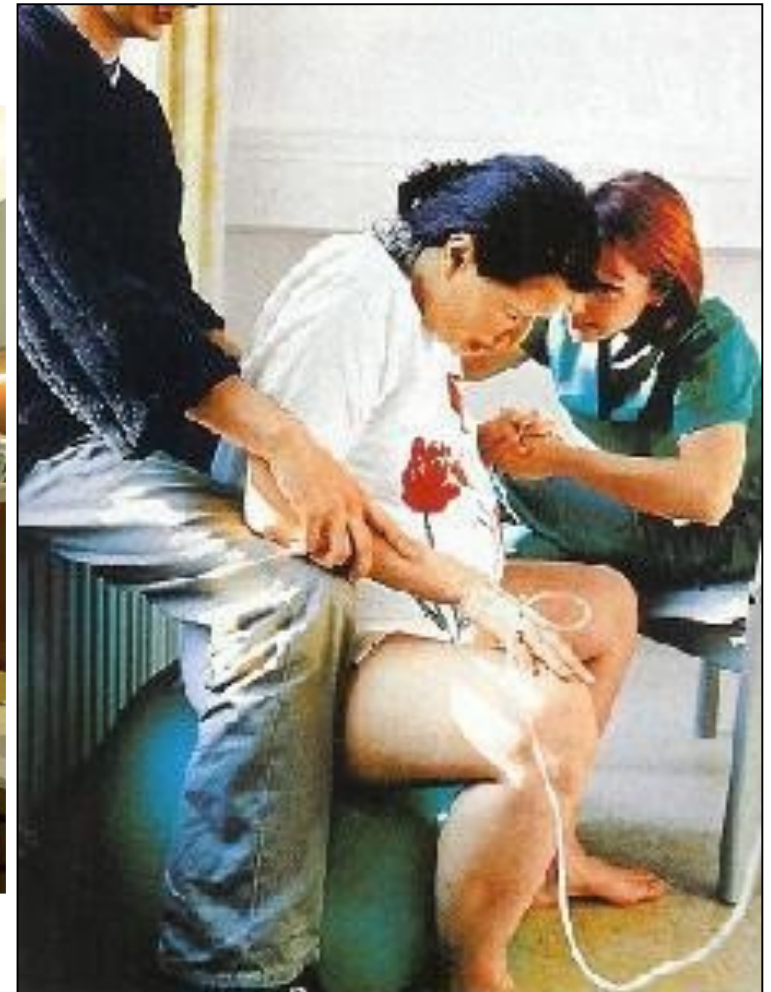
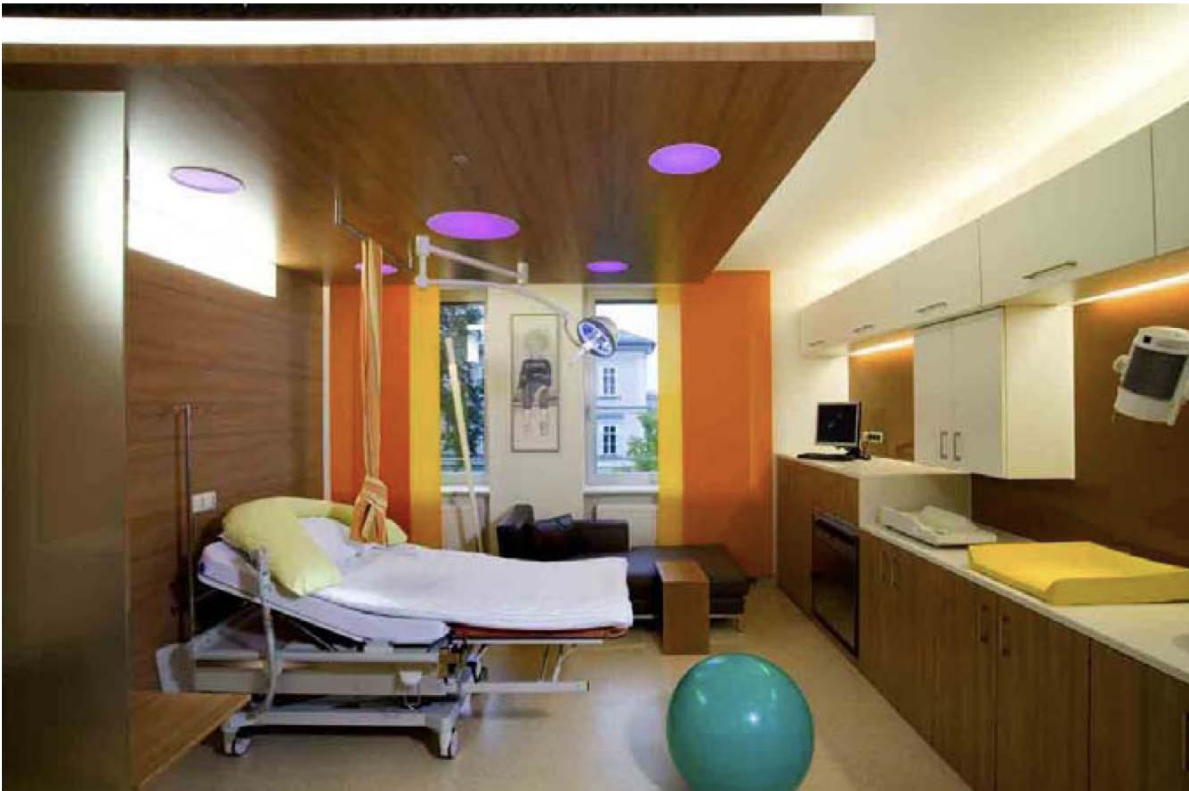
MÉTODOS NO FARMACOLÓGICOS DE ALIVIO DEL DOLOR EN EL PARTO:

- ✓ Entorno agradable
- ✓ Apoyo continuado
- ✓ Movimientos y cambios posturales (con o sin instrumentos)
- ✓ Musicoterapia y audioanalgesia
- ✓ Acupuntura y acupresión (shiatsu)
- ✓ Hipnosis
- ✓ Técnicas de relajación/respiración
- ✓ Inyecciones de agua estéril
- ✓ Masajes
- ✓ TENS (estimulación eléctrica transcutánea)
- ✓ Noesiterapia – Analgesia psicológica
- ✓ Aplicación de calor/frío
- ✓ Aromaterapia
- ✓ Inmersión en agua caliente



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Entorno agradable Apoyo continuado





Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Musicoterapia y audioanalgesia

Acupuntura y acupresión (shiatsu)

- Musicoterapia (Browning – 2000)
- Acupuntura (Nesheim – 2003)
- Acupresión (Chung – 2003, Lee – 2004)





Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Hipnosis

Técnicas de respiración/relajación

- Hipnosis (Ketterhagen- 2002)
- Técnicas de respiración/relajación (Declercq, 2006)
 - Relajación muscular progresiva Jacobson
 - Entrenamiento autógeno Schultz
 - Sofrología
 - Yoga, meditación, etc.

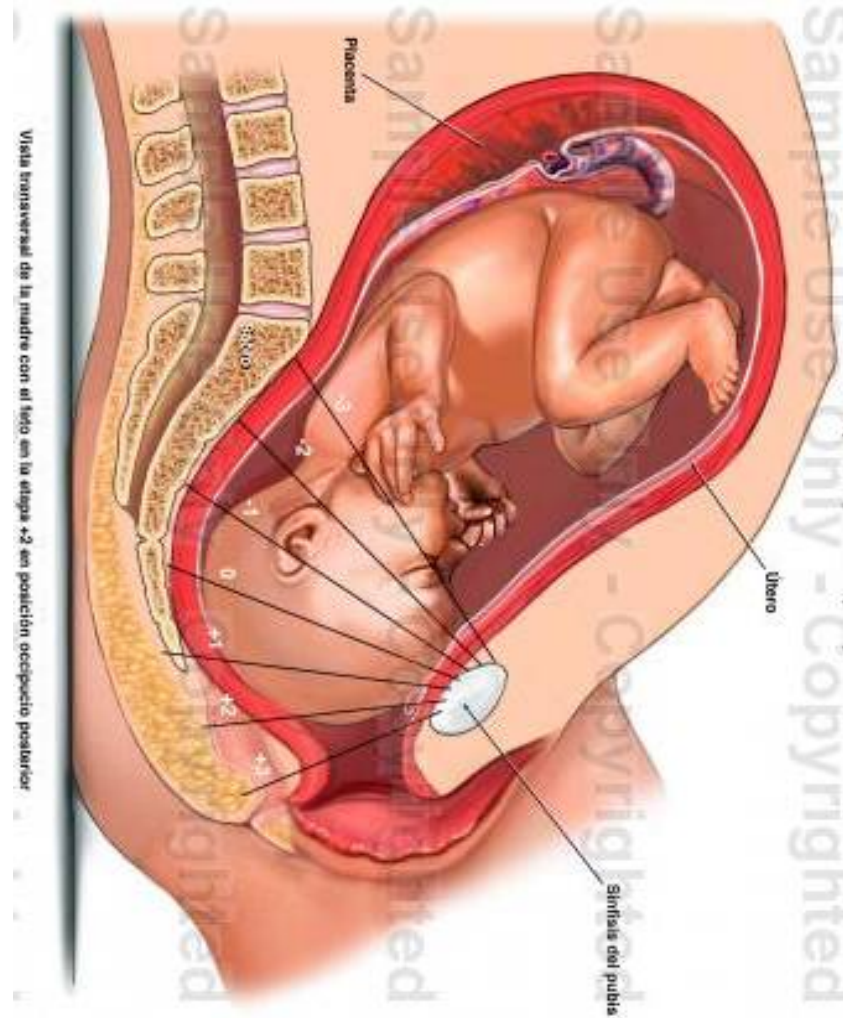




Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

INYECCIONES DE AGUA ESTERIL

**DOLOR
LUMBAR
EN EL 30 %**



OP

Melzack, R., and D. Schaffelberg. "Low-back pain during labor." American journal of obstetrics and gynecology 156.4 (1987):901-5.



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Decadencia en su uso

32% Matronas

Razones para no usarlas

“La mayoría de las mujeres quiere epidural”

“No existe demanda por tratamientos alternativos”

“No me gusta el dolor que produce su administración”

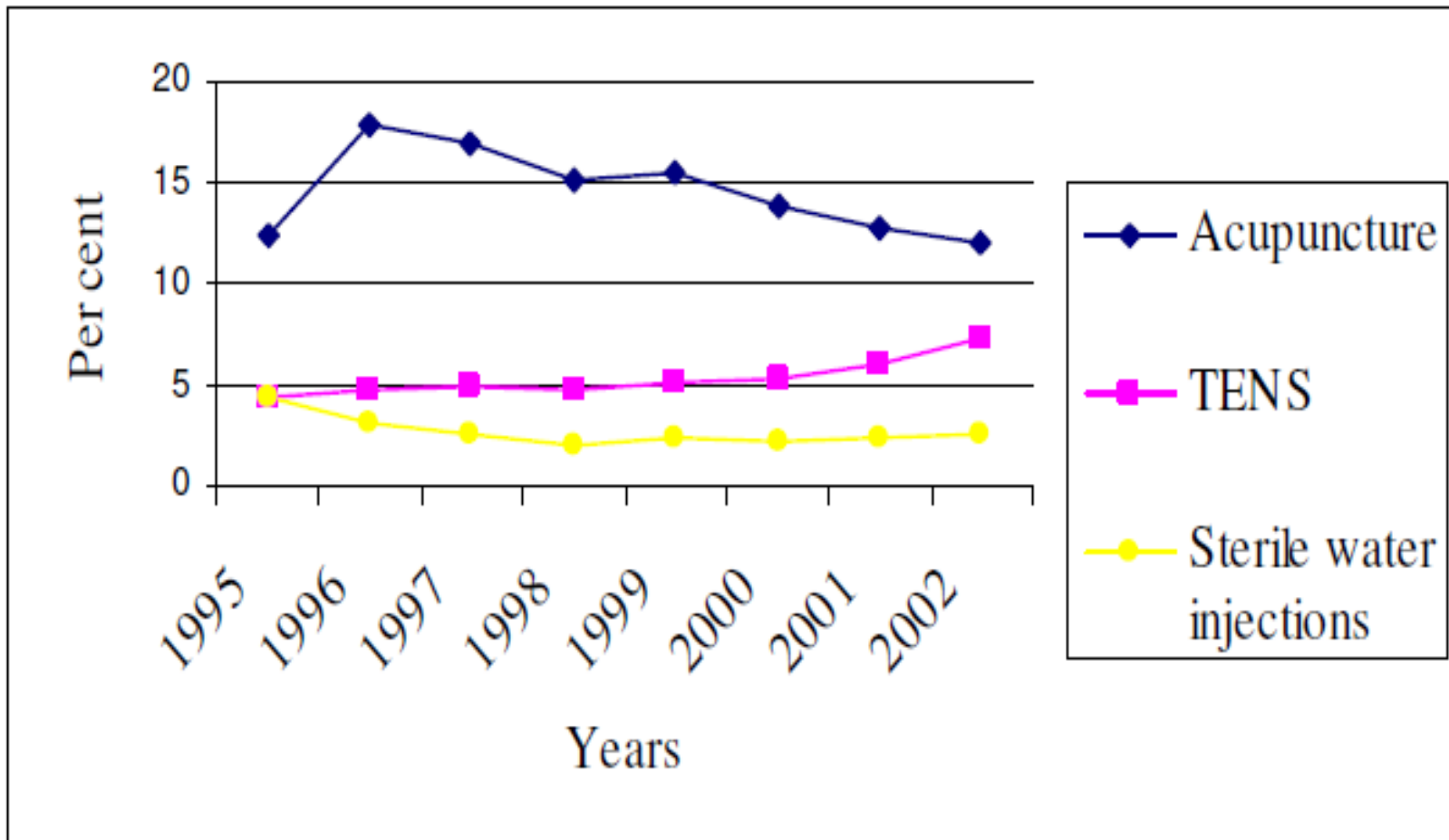
“No se me permite su uso”

“No tengo experiencia o práctica en su uso”.

Martensson, L., M. McSwiggin and JS. Mercer. "US midwives' knowledge and use of sterile water injections for labor pain." Journal of midwifery & women's health 53.2 (2008):115-22.



El caso de Suecia



Martensson, L., and G. Wallin. "Use of acupuncture and sterile water injection for labor pain: a survey in Sweden." Birth 33.4 (2006):289-96.



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

ROMBO DE MICHAELIS

La Técnica

Localización del Rombo de Michaelis



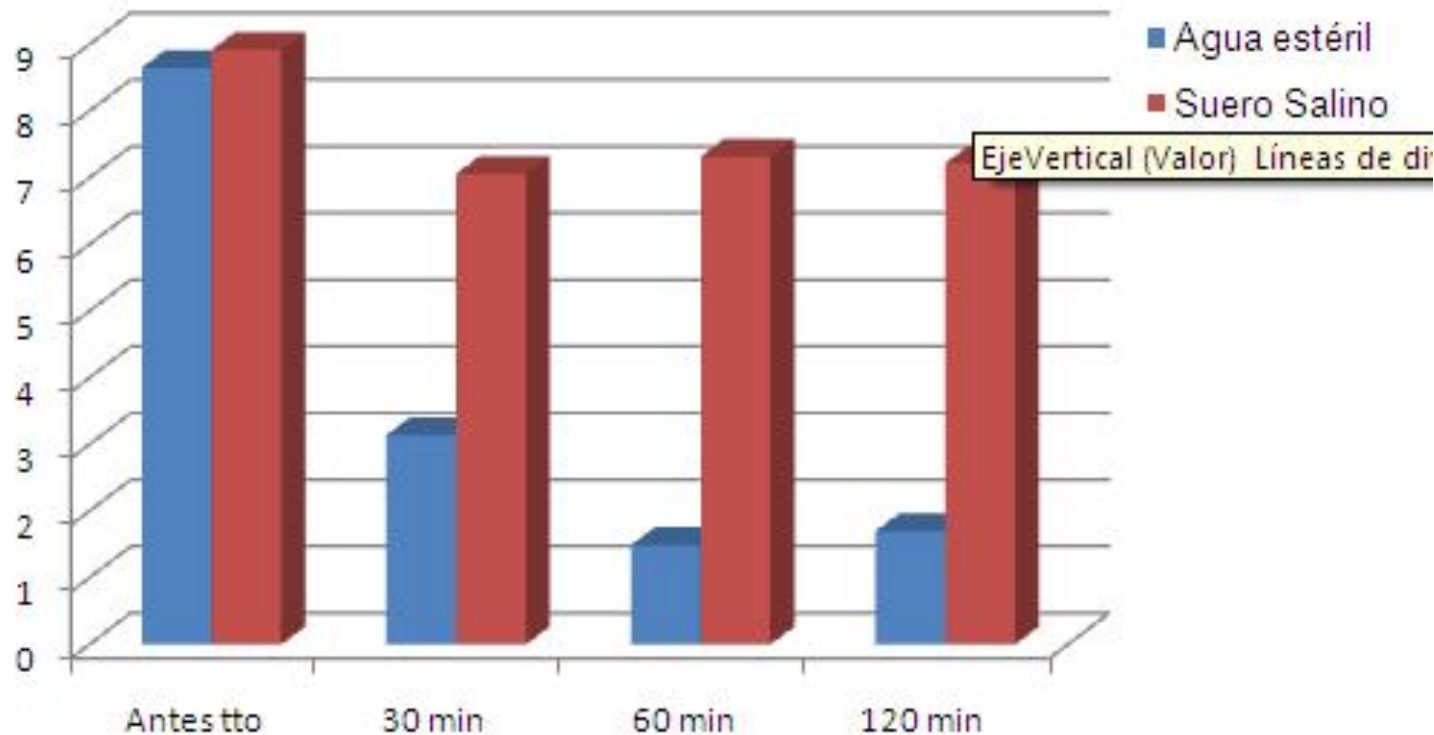


Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

La Técnica

¿Por qué agua estéril?

E.V.A

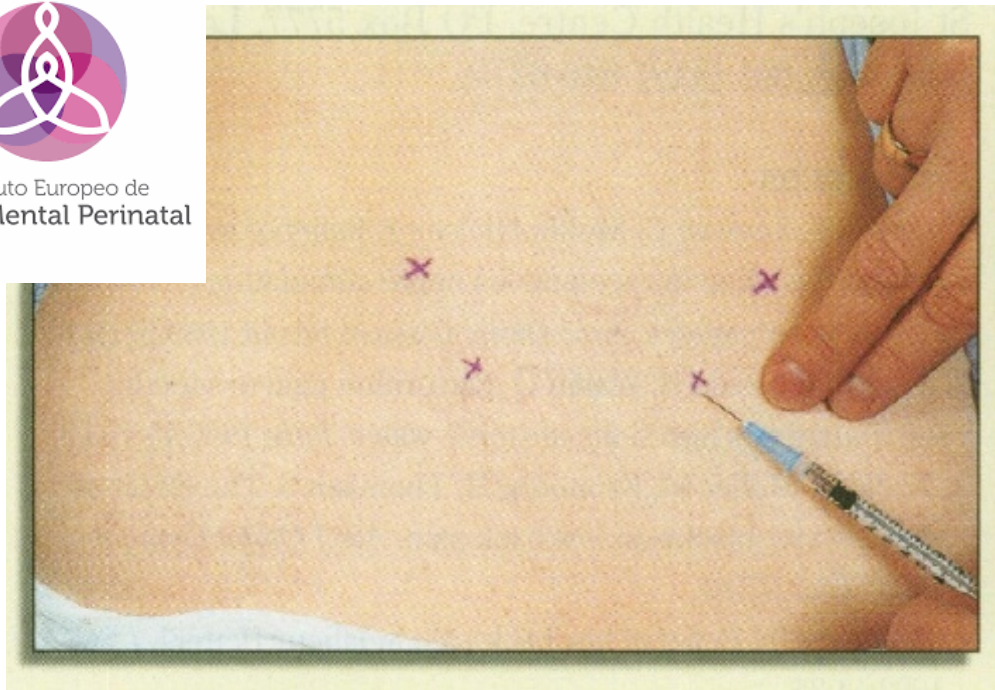


Agua estéril vs suero fisiológico

Wiruchpongsanon, P. "Relief of low back labor pain by using intracutaneous injections of sterile water: a randomized clinical trial." *Medical journal of the Medical Association of Thailand* 89.5 (2006):571-6.



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal



Inconveniente

TÉCNICA MUY DOLOROSA

J. L. Reynolds. Practice tips. Intracutaneous sterile water injections for low back pain during labour. Can Fam Physician. 1998 November; 44: 2391–2392.



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

ALTERNATIVA: Pinchar sólo en el punto donde duele



Figure 4. Marking an outline of the area the woman indicates as the most painful.
(Photographer: M. Duff).



Photo 5. Using the marked area as a guide, pinch the skin and inject the fluid at a 45 degree angle.
(Photographer: M. Duff).

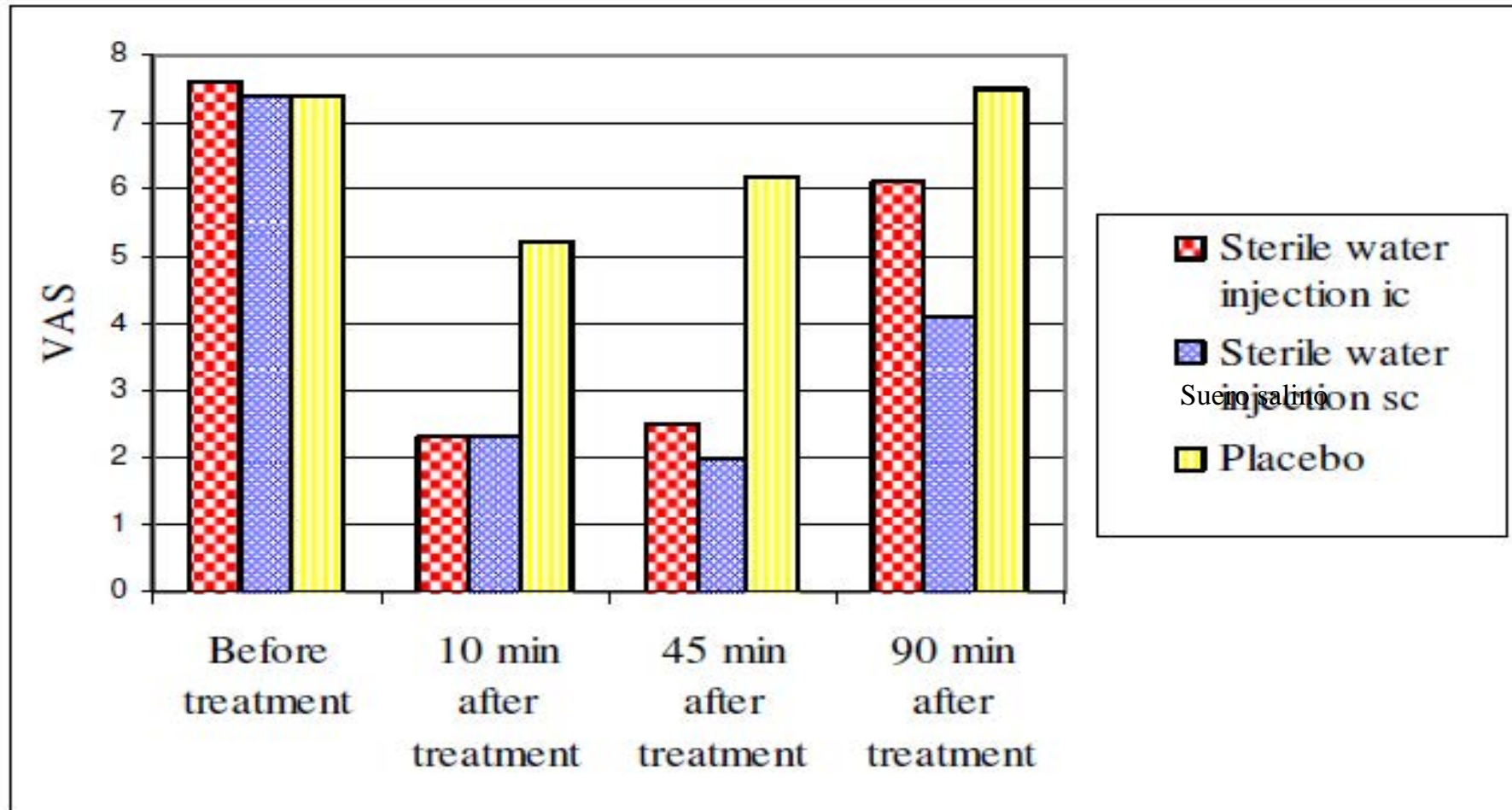
Bahasadri, S., et al. "Subcutaneous sterile water injection for labour pain: a randomised controlled trial." The Australian & New Zealand journal of obstetrics & gynaecology 46.2 (2006):102-6.



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

¿Cuál de las dos formas es más efectiva?

Intradérmica vs Subcutánea



Martensson, L., and G. Wallin. "Labour pain treated with cutaneous injections of sterile water: a randomised controlled trial." *British journal of obstetrics and gynaecology* 106.7 (1999):633-7.



Más información...

- Máxima acción a los 30 - 40 minutos
- Duración de 90 a 120 minutos
- Útil sobretodo en los estadios iniciales.
- Útil en espera de una epidural.
- Se ha usado también para cólicos renales, dolor de rodilla, cuello, hombro, cervicales y dolor músculo-esquelético crónico.
- Más eficaz que los TENS (Labrecque 1999) y que la Acupuntura (Martensson 2006)



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Menos incidencia de Cesáreas

% Cesarea



- Menos necesidad de Intervención.
- Relajación muscular que permite descenso y rotación en OP

Hutton, EK., et al. "Sterile water injection for labour pain: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials." BJOG 116.9 (2009):1158-66.



Fundamentos:

- Mecanismo de acción desconocido.
- Contra-irritación.
- Acción local de endorfinas tras la inyección.
- Teoría de la puerta del control del dolor.
 - Gate control Theory of Pain (Melzack y Wall)
 - “Los receptores de presión envían impulsos que inhiben la transmisión del impulso doloroso”



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

MASAJES/TENS

- Masajes (Chang- 2002 y 2006)
- TENS (Chao-2007 y Tsen-2001)

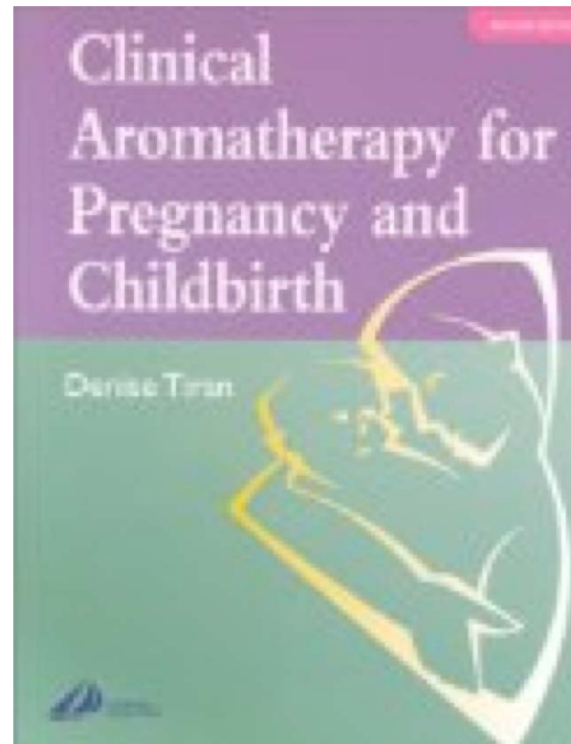




Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

CALOR-FRÍO AROMATERAPIA

- Calor/frío
- Aromaterapia (Tiran-2000 y Burns 2000)
- Homeopatía



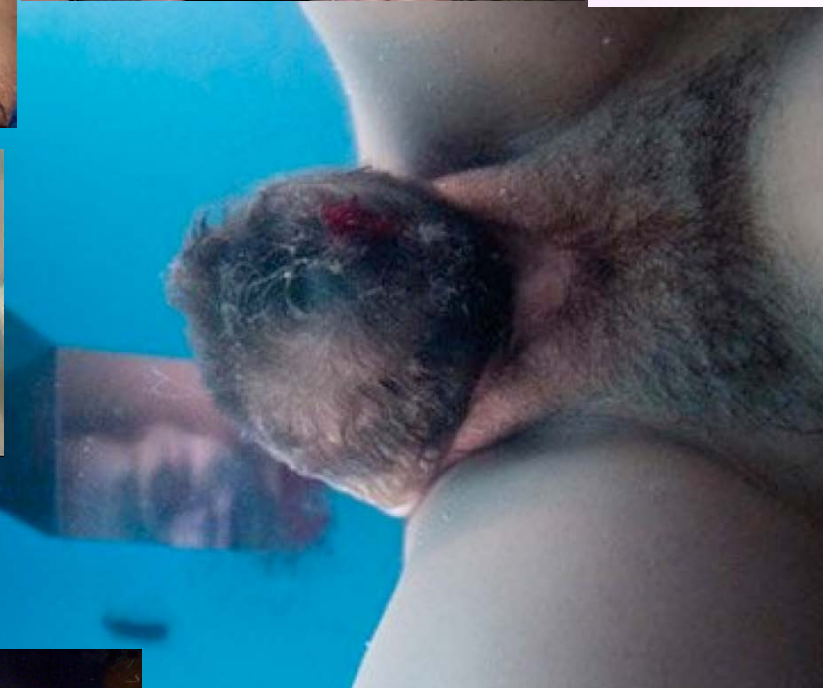


Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

EL USO DEL AGUA



“LA EPIDURAL DE LAS MATRONAS”



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

BLANCA HERRERA

ASCENSIÓN GÓMEZ



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal

Los métodos “alternativos” de alivio del dolor en el parto

- Económicos
- Apenas tienen efectos secundarios
- Secuenciales
- Complementarios
- Aumentan la participación mujeres
- Aumentan grado de satisfacción
- Poco conocidos
- Poca disponibilidad
- Algunos requieren formación
- Cambio de actitud



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal



**EL PROGRESO
CONSISTE
EN EL CAMBIO**

**MIGUEL DE
UNAMUNO**



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal



2018 International Awards on
Perinatal Mental Health Education

MUCHAS GRACIAS