

# Impacto de la Psicoprofilaxis Obstétrica en la reducción de la morbilidad y mortalidad materna y perinatal.

Obstetric Psychoprophylaxis impact on reducing morbidity and mortality maternal and perinatal.

Humberto Solis Linares<sup>1</sup>, Sabrina Morales Alvarado<sup>2</sup>.

## RESUMEN

La Psicoprofilaxis Obstétrica (PPO) es mucho más que una simple prevención psíquica de los dolores del parto, como fue al principio. Con el tiempo se ha ido transformando en una profilaxis global de todas las contingencias desfavorables que pueden ser factores de riesgo a la gestación, parto y post parto.

El campo toco-fisio-psicoterapéutico, incluye una preparación integral con información y educación, complementada con ejercicios gestacionales encaminados a mejorar el estado corporal y mental (Edgar Maeder, 1985: 112-114), los que mejorarán la calidad de vida en la madre y bebé.

Asimismo incluye técnicas de actividad respiratoria que aportarán una buena oxigenación materno-fetal; y técnicas de relajación neuromuscular, elementales para lograr en la madre un buen estado emocional que favorezca su comportamiento, actitud y disposición a colaborar durante todo el proceso.

Por sus beneficios probados científicamente, esta atención integral reduce los factores de riesgo en la gestación, parto y post parto, al punto que la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la educación prenatal (PPO) por sus efectos positivos y beneficiosos en la madre, bebé y equipo de salud.

(Rev Horiz Med 2012; 12(2): 47-50)

**Palabras Clave:** Psicoprofilaxis obstétrica, PPO, prevención, factores de riesgo, mortalidad materna y perinatal.

## ABSTRACT

Obstetric Psychoprophylaxis (PPO) is much more than just a psychic prevention of labor pains, as was at first. Over time it has been transformed into a global prophylaxis all adverse contingencies that may be risk factors for pregnancy, childbirth and postpartum.

The field obstetric-physio-psychotherapy, includes a comprehensive training and education information, supplemented with gestational exercises to improve physical and mental state (Edgar Maeder, 1985: 112-114), which will improve the quality of life in the mother and baby.

It also includes techniques that provide respiratory activity a good maternal and fetal oxygenation, and neuromuscular relaxation techniques, basic the mother to achieve a good emotional state that encourages their behavior, attitude and willingness to collaborate throughout the process.

Due to its scientifically proven benefits, this comprehensive care reduces risk factors in pregnancy, childbirth and postpartum, to the point that World Health Organization (WHO) recommends prenatal education (PPO) for its positive and beneficial in mother, baby and health team.

(Rev Horiz Med 2012; 12(2): 47-50)

**Key Words:** Obstetric Psychoprophylaxis, PPO, prevention, risk factors, maternal and perinatal mortality.

---

<sup>1</sup> Médico Ginecólogo Obstetra, Departamento de Obstetricia y Ginecología del HAL

<sup>2</sup> Doctora en Ciencias de la Salud, Presidenta de ASPPO

## INTRODUCCIÓN

La Psicoprofilaxis Obstétrica (PPO) es mucho más que una simple prevención psíquica de los dolores del parto, como fue al principio. Con el tiempo se ha ido transformando en una profilaxis global de todas las contingencias desfavorables que pueden ser factores de riesgo a la gestación, del parto y del puerperio, por consiguiente significando los mismos beneficios tanto para el feto como para el recién nacido.

El campo toco-fisio-psicoterapéutico, incluye una preparación integral complementada con ejercicios gestacionales encaminados a mejorar el estado corporal y mental (Edgar Maeder, 1985: 112-114), los que facilitarán a la madre los esfuerzos durante todo el proceso (gestacional, intranatal y postnatal), evitando o disminuyendo así posibles dificultades y/o complicaciones.

Incluye asimismo técnicas de actividad respiratoria que aportarán una buena oxigenación materno-fetal; por consiguiente, una ventaja para su buen estado en el nacimiento; y técnicas de relajación neuromuscular, elementales para lograr en la madre un buen estado emocional que favorezca su comportamiento, actitud y disposición a colaborar durante todo el proceso.

Hasta antes de octubre de 1979, año internacional del niño en Japón, en que el ilustre médico obstetra Roberto Caldeyro Barcia dejara establecidas las ventajas materno-fetales de la atención del parto en madres preparadas con psicoprofilaxis obstétrica, todo lo escrito hasta esa fecha se puso en tela de juicio y fue motivo de muchas discusiones y controversias (Guzmán Sánchez, 1983: 221-224) y León Juan (1961: 303-306). Quedó comprobado científicamente que esta atención integral interviene en una prevención global de todas las contingencias desfavorables que pueden ser factores de riesgo en el embarazo, parto y post parto, y que es ideal para la madre, el niño y equipo de salud, al punto que la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la Psicoprofilaxis Obstétrica por sus efectos positivos y beneficiosos.

### Ventajas de la PPO en la madre

1. Menor grado de ansiedad en la madre, permitiéndole adquirir y manifestar una actitud positiva y de tranquilidad.
2. Adecuada respuesta durante las contracciones uterinas, utilizando apropiadamente las técnicas de relajación, respiración, masajes y demás técnicas de autoayuda.
3. Mayor posibilidad de ingresar al centro de atención, en franco trabajo de parto, con una dilatación más avanzada.
4. Evitar innecesarias y repetidas evaluaciones previas al ingreso para la atención de su parto.
5. Menor duración de la fase de dilatación en relación al promedio normal.
6. Menor duración de la fase expulsiva.
7. Menor duración del tiempo total del trabajo de parto.
8. Esfuerzo de la madre más eficaz, sin perder atención en el

objetivo y significado de su labor.

9. Menor uso de fármacos en general.
10. Menor riesgo a presentar complicaciones obstétricas.
11. Manifestará menor incomodidad y/o dolor durante el trabajo de parto, bajo el fundamento de saber aplicar toda su fuerza física, equilibrio mental y capacidad de concentración, con miras a controlar las molestias.
12. Tendrá amplias posibilidades de éxito en la evaluación final del mismo.
13. Aprenderá a disfrutar mejor de su gestación y parto, mejorando su calidad de vida y percepción respecto a todo el proceso.
14. Ampliará las posibilidades de gozar de la jornada con participación de su pareja incluso durante todo el trabajo de parto.
15. Mejor vínculo afectivo con el bebé, pudiéndolo disfrutar de manera natural y positiva, con criterios reales y positivos, sin perjuicio del bebé, ni especulaciones ni uso de técnicas no probadas o no convenientes.
16. Menor posibilidad de un parto por cesárea.
17. Menor riesgo de un parto instrumentado.
18. Recuperación más rápida y cómoda.
19. Aptitud total para una lactancia natural.
20. Menor riesgo a tener depresión postparto.

Hoy existe el convencimiento que la Psicoprofilaxis Obstétrica constituye una de las más trascendentes líneas de servicio integral a las madres gestantes, que permite la gran alternativa de mejorar las condiciones de su calidad de atención, alternativa que adquiere singular importancia en vista de las serias limitaciones de recursos con que cuentan aún nuestros servicios públicos. Sin embargo, la implementación de estos, con personal capacitado, acreditado e identificado con el método nos permitirá objetivar mejor estas ventajas y descubrir nuevas, tal como ha sucedido en diferentes países.

### Ventajas perinatales de la PPO en la prevención prenatal de discapacidades

La PPO brinda significativos beneficios al niño desde su gestación. Esta interesante acepción se está dando sustancialmente en la visión de los pediatras neurofisiólogos y otros especialistas relacionados a la perinatología. Se ha demostrado que antes de nacer, en el útero, el feto es un ser profundamente sensible que establece una relación intensa con su macro y matro entorno gestacional. Su desarrollo depende de los cuidados maternos y de la calidad de vida que le proyecte las mejores oportunidades de crecer, desarrollarse y ser un individuo potencial en todas sus capacidades físicas, intelectuales y psico-afectivas.

Se conoce que la vida prenatal y la experiencia del nacimiento pueden ser determinantes de las aptitudes de todo ser humano.

Todo ello indicaría que el núcleo mismo de la personalidad humana no sólo estaría en los tres o cuatro primeros años de vida, sino más bien se iniciaría dentro del útero. Asimismo, se sabe que el alcohol, la cafeína, los fármacos, las toxas o patógenos transportados por la corriente sanguínea pueden afectar al feto y de hecho que es así, existiendo otras investigaciones que demuestran como el entorno y especialmente las emociones de la madre se transmiten fisiológicamente al feto a través de las reacciones bioquímicas. Los padres pueden vincularse con su hijo a través de caricias sutiles (tacto), sonidos (canto, conversación), o a través del comportamiento o actitudes que son el reflejo de sus emociones. En muchas ocasiones, estas formas de comunicación pueden resultar en una respuesta objetiva y muy grata para los padres, el movimiento del bebé.

Aunque cierto nivel de tensión durante la gestación es normal, los estudios demuestran que las madres sometidas a tensión extrema y constante, tienen más probabilidades de tener hijos prematuros, con pesos inferiores al normal, hiperactivos, irritables y con predisposición a cólicos. Por ende, el estrés y el temor son importantes factores de riesgo en perinatología, siendo principales componentes en casi todos los síndromes patológicos, estimulando el sistema nervioso simpático orientando el metabolismo a la vía catabólica. Por ello se afirma que el miedo tiene importante influencia en el curso de la gestación, tanto en el desarrollo del embrión/feto, como en las tasas de pérdidas gestacionales.

El estrés, el exceso de trabajo, condiciones sociales diferentes, mala historia obstétrica y cuidados insatisfactorios de la gestación son los responsables de la aparición del temor durante la gestación. Y aquí es donde precisamente la PPO cumple un rol preventivo primordial, como el principal factor para suprimir el miedo en la gestante, devolviéndole el equilibrio emocional adecuado en tan importante momento de la vida y brindándole las herramientas para que tenga los mejores cuidados y calidad de vida.

Las principales alteraciones perinatológicas observadas pueden resumirse en:

1. **PREMATURIDAD**, pueden duplicarse las tasas en aquellas gestantes no preparadas con PPO.
2. **BAJO PESO AL NACER**, complicación multifactorial con dos a tres veces más incidencia en las madres no preparadas.
3. **SUFRIMIENTO FETAL AGUDO**, latidos fetales mayores a 160 por minuto y/o oscilantes, presencia de meconio al nacer: 15 a 18% (USA: 6 a 7%).
4. **APGAR**, <7 al minuto 18 a 22 % (USA: 5 a 6 %).
5. **COMPLICACIONES NEONATALES TEMPRANAS** (Síndrome de distrés respiratorio, apnea, mayor uso de incubadora, mayor estancia en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales): doble incidencia.
6. **LACTANCIA MATERNA INADECUADA**; 13% vs. 5%.
7. **HIPERACTIVIDAD Y DESARROLLO PSICOMOTOR** en desmedro.

Con todo ello se demuestra que el entorno prenatal y perinatal

ejerce profunda influencia y la PPO permite brindar al máximo mejor potencial al feto y recién nacido.

### Riesgos perinatales que se pueden evitar con la PPO

- Prematuridad.
- Bajo peso al nacer.
- S.F.A. (sufrimiento fetal agudo).
- Apgar bajo.
- Complicaciones neonatales tempranas:
- SDR (Síndrome de distrés respiratorio).
- Apnea.
- Mayor uso de incubadora.
- Lactancia materna inadecuada.
- Tendencia a los cólicos.
- Hiperactividad.
- Trastornos emocionales.

La PPO es un espacio privilegiado en la preparación y concientización de los futuros padres respecto de la importancia en mantener estilos de vida saludables y responsables lo cual generará mejores oportunidades de calidad de vida para el bebé.

### VENTAJAS PERINATALES

Etapas: PRENATAL, INTRANATAL y POSTNATAL

- Mejor curva de crecimiento intrauterino.
- Mejor Vínculo Prenatal (EPN).
- Enfoque adecuado sobre la estimulación intrauterina (lo inocuo vs lo dudoso).
- < Índice de sufrimiento fetal.
- < Índice de complicaciones perinatales.
- < Índice de prematuridad.
- Mejor peso al nacer.
- Mejor estado (apgar).
- Mayor éxito con la lactancia materna.
- Mejor crecimiento y desarrollo.

### 5.3 Ventajas de la PPO en el equipo de salud

Desde que el ilustre Profesor Dr. Roberto Cadeyro Barcia (CLAP – OPS/OMS), dejó bien establecidas las ventajas de la Psicoprofilaxis Obstétrica en la madre, bebé y equipo de salud, pasaron varias décadas hasta que a partir de 1995, con la iniciativa de la Sociedad Peruana de Psicoprofilaxis Obstétrica (ASPPPO), se forjó una línea de trabajo interinstitucional para difundir y promover el desarrollo y mejora continua de esta atención complementaria al control prenatal, para contar con las demostradas ventajas que ofrece una adecuada preparación para el parto. Ventajas que redundan de manera significativa en el equipo de salud, convirtiendo la PPO en uno de los pilares fundamentales de la obstetricia moderna y la prevención prenatal. Es así como el acompañamiento hacia el nacimiento nos permite mejorar la calidad de atención a la madre, obteniendo un producto en buenas condiciones y permitiendo a los médicos ginecólogos-

obstetras, obstetrices, pediatras, anesthesiólogos y todo el equipo de salud, la satisfacción de observar de cerca los beneficios. El papel de quien atiende a una pareja preparada es importantísimo. Sin su ayuda muy probablemente los padres no podrían alcanzar sus metas de la forma ideal, de allí la importancia de contar con una participación óptima del obstetra, quien deberá estar capacitado y deberá tener convicción en las ventajas de la PPO. Sin esta reciprocidad, no se cerraría el círculo de beneficios y podría fracasar la preparación, pues parte del éxito recae también en quien atenderá el parto aunque no haya sido la persona que brindó la preparación prenatal integral. Los médicos que han participado en el parto con parejas preparadas conocen sus ventajas. Cuando los padres tienen información adecuada y participan en la toma de decisiones durante el proceso, generalmente muestran una actitud de cooperación, porque entienden los razonamientos de quien lleva el control de la gestación. Así, se agrega un beneficio más para el equipo de salud, pues al entender el por qué se debe tener un control prenatal, por ejemplo, hará que la madre acuda puntualmente a la consulta, disminuyendo los factores de riesgo y pudiendo detectarse de manera precoz alguna complicación en la madre o el feto, lo cual evitará una situación de emergencia, encontrándonos siempre listos a resolver la eventualidad.

La pareja bien preparada facilita que el obstetra lleve una práctica eficiente y con mayor armonía, pues son capaces de entender con serenidad y confianza los argumentos que por diversas razones llevarían a tomar decisiones intempestivas durante el proceso del parto (Ej.: amniotomía, cesárea, instrumentación, etc.).

Todo el equipo de salud tiene la responsabilidad de atender con celeridad y dedicación a la gestante que acude a los servicios de maternidad, trabajando como una unidad para el bienestar de la madre y del bebé, procurando dar a la madre un trabajo de parto y un alumbramiento seguros y dignos. Este trabajo se facilita cuando quienes acuden por una atención son una pareja adecuadamente preparada, pues generalmente no irán por gusto ni llamarán a su especialista si no es necesario, ya que durante su preparación reciben información sobre los signos de alarma y los cambios que ocurren al inicio del trabajo de parto, sabiendo en qué momento acudir al establecimiento de salud. Así, no se sobreesaturará ni se descuidará la calidad de atención de las parturientas, disminuyendo indirectamente los gastos de material como guantes, antisépticos y gasas que en países como el nuestro no se deben derrochar. Una pareja bien preparada acudirá en búsqueda de atención médica cuando realmente lo necesite.

De otro lado, todas las medidas de confort que se ofrezcan a la gestante, serán bien aprovechadas, observándose una buena disposición a participar activamente y cumplir con las indicaciones que les dé el equipo de salud. Esto nos permitirá trabajar con comodidad dándole el reforzamiento y seguridad que ella necesite durante las largas horas del trabajo de parto. Si la gestante ha sido preparada para la experiencia del nacimiento, es probable que necesite menos la administración de fármacos, analgesia

o anestesia, permitiéndole deambular y adoptar la posición antálgica que le facilite la labor, no siendo necesario dedicar tiempo e insumos en tranquilizarla o ayudarla a mantener el control. Además, al tener un mejor parto, sus posibilidades de recuperación serán mayores y más rápidas; por lo tanto, permanecerán menos tiempo en el centro de atención obstétrica, reduciendo los costos hospitalarios y otros.

Hoy, los mejores centros del mundo permiten que su equipo de salud goce de esta experiencia de vida haciendo participar activamente al padre en cada momento del trabajo de parto y en el nacimiento de su bebé, rompiendo la imagen clásica de este como simple espectador y convirtiéndolo en un verdadero refuerzo emocional y técnico para la madre y su hijo.

El éxito de la PPO estará asegurado cuando el método de preparación prenatal sea dado con conocimiento, ciencia y calidad. En ese momento, las ventajas para el equipo de salud serán inobjetable.

#### VENTAJAS PARA EL EQUIPO DE SALUD

- Trabajo en un clima con mayor armonía.
- Mayor confianza, comprensión y colaboración de la pareja gestante.
- Mejor distribución del trabajo.  
Ahorro de recursos materiales.
- Ahorro de tiempo.
- Disminución de riesgos maternos y perinatales.
- Mejor actitud y aptitud de todos.
- Ahorro de presupuesto.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. ASPPO (Soc. Peruana de Psicoprofilaxis Obstétrica). Manual de Psicoprofilaxis Obstétrica, 3ra Ed. Lima: ASPPO. 2010.
2. Castro Medina Lucio. Educación materno-lógica. Lima: Ministerio de la Presidencia, Concytec. 1989.
3. Morales, Sabrina. Guía de orientación y consejos básicos para el embarazo. Lima: Cimagraf Perú. 1995.
4. Morales, Sabrina. La Psicoprofilaxis Obstétrica como eje de la prevención prenatal, 1ra. Ed. Lima: Sabrina Morales. 2004.
5. Morales Sabrina, Psicoprofilaxis Obstétrica – Guía práctica, 1ra. Ed. Lima: ASPPO. 2012.
6. Videla Mirta, Grieco Alberto. Parir y Nacer en el hospital. Buenos Aires: Nueva Visión. 1993.

#### Correspondencia:

Humberto Solís Linares  
Dirección: Dpto de Ginecología y Obstetricia HAL  
Av. A. Ugarte 848 Lima - Perú  
Teléfono: 999005132  
Correo electrónico: hsolislp2000@yahoo.com

Recibido: 20 de Marzo 2012  
Aceptado: 09 de Mayo 2012