

## ARTICULO ORIGINAL

**Preparación psicofísica para el parto: seguridad y satisfacción a las gestantes****Psychophysical Preparation for Labor: Safety and Satisfaction for Pregnant Women**

Lic. Arlene Vidal Martí, <sup>(1)</sup> Lic. Marta Madelín Reyes López, <sup>(2)</sup> Lic. Yusleidis Fernández Rabaza, <sup>(3)</sup> Lic. Glenda González Cuesta, <sup>(4)</sup> Lic. Tamara Acosta Garrido, <sup>(5)</sup> Ing. Luis Ángel Yero Arniella. <sup>(6)</sup>

<sup>1</sup> Licenciada en Enfermería. Especialista de I Grado en Enfermería Materno Infantil. MSc. en Medicina Bioenergética. Profesora Asistente. <sup>2</sup> Licenciada en Enfermería. MSc. en Salud Pública. Profesora Auxiliar. <sup>3</sup> Licenciada en Enfermería. Profesora Instructora. <sup>4</sup> Licenciada en Enfermería. Profesora Instructora. <sup>5</sup> Licenciada en Educación. Especialidad Matemática-Computación. Profesora Instructora. <sup>6</sup> Ingeniero Mecánico. Profesor Instructor. Hospital General Universitario Dr. Gustavo Aldereguía Lima. Cienfuegos.

<sup>1</sup> Nursing Graduate. Second Professional Degree in Maternal and Infant Nursing. MSc. in Bioenergetic Medicine. Assistant Professor. <sup>2</sup> Nursing Graduate. MSc. in Public Health. Associate Professor. <sup>3</sup> Nursing Graduate. Instructor. <sup>4</sup> Nursing Graduate. Instructor. <sup>5</sup> Bachelor Degree in Education. Specialized in Mathematics and Computing. Instructor. <sup>6</sup> Mechanical Engineer. Instructor. Dr. Gustavo Aldereguía Lima General University Hospital. Cienfuegos.

**RESUMEN**

**Fundamento:** el trabajo de parto es un reto fisiológico y psicológico para las mujeres. El momento en que el parto se hace inminente puede ser de emociones conflictivas, el miedo y la aprehensión pueden coincidir con la excitación y la felicidad.

**Objetivo:** determinar la seguridad y satisfacción de las gestantes al recibir el curso básico sobre la preparación psicofísica para el parto.

**Métodos:** estudio descriptivo, longitudinal y prospectivo realizado en el Hogar Materno Área II, con el universo de 113 embarazadas ingresadas en el período de febrero 2008 a mayo 2009, las cuales recibieron el curso básico sobre preparación psicofísica para el parto. Se analizaron las variables: edad gestacional, paridad, conocimientos previos sobre psicoprofilaxis y conocimientos alcanzados después de finalizada las sesiones, grado de seguridad y

satisfacción de las embarazadas durante la labor del parto.

**Resultados:** predominó la edad gestacional de 29-35 semanas (48,6 %), el nivel de escolaridad de pre-universitario (47,8 %). Al iniciar el curso no tenía conocimientos el 68,5 %; al finalizar el curso refirió haberse capacitado el 87,7 %; después del parto, 96,4 % se sienten seguras y satisfechas de haber recibido clases.

**Conclusiones:** el curso de preparación psicofísica para el parto brindó seguridad y satisfacción a la gestante durante el embarazo y el parto.

**Palabras clave:** embarazo; parto; trabajo de parto; psicología; psicofisiología; seguridad; satisfacción del paciente

**Límites:** humanos; femenino

**Recibido:** 10 de diciembre de 2011

**Aprobado:** 6 de enero de 2012

**Correspondencia:**

Lic. Arlene Vidal Martí.

Hospital General Universitario Dr. Gustavo Aldereguía Lima.

Calle 51 A y Ave 5 de Septiembre.

Cienfuegos. CP: 55 100.

**Dirección electrónica:** [avidal@jagua.cfg.sld.cu](mailto:avidal@jagua.cfg.sld.cu)

## ABSTRACT

**Background:** labor is a physiological and psychological challenge for women. When delivery is imminent, conflicting emotions may appear: fear and apprehension can coincide with the excitement and happiness.

**Objective:** to determine the safety and satisfaction levels of pregnant women after they receive the basic course on psycho-physical preparation for childbirth.

**Methods:** a descriptive, longitudinal and prospective study was conducted in the Area II Maternity Home. It included the universe of 113 patients admitted from February 2008 to May 2009, which received the basic course on psycho-physical preparation for childbirth. The following variables were analyzed: gestational age, parity, knowledge and expertise on psychoprofilaxis before and after the sessions and safety and satisfaction levels of pregnant women during labor and delivery.

**Results:** Gestational age from 29 to 35 weeks (48, 6 %) and high school academic degree (47,8 %) predominated. Before the course was delivered, 68.5% of women had no previous knowledge on the topic. After the course 87, 7 % of them referred to have been trained. After delivery, 96, 4 % felt safe and satisfied to have received it.

**Conclusions:** Psychophysical preparation for childbirth provided safety and satisfaction to the mother during pregnancy and childbirth.

**Key words:** pregnancy; parturition; labor, obstetric; psychology; psychophysiology; safety; patient satisfaction

**Limits:** humans; female

## INTRODUCCIÓN

Muchas mujeres se sienten hoy tentadas a pensar que los avances médicos recientes permiten ahorrarse toda la preparación al parto. Están equivocadas. Ninguna tecnología, por muy eficaz y moderna que sea, tiene por objetivo hacer de la mujer un ser pasivo durante el nacimiento de su hijo. La participación es esencial y, para que se realice en las mejores condiciones posibles, la preparación para el parto sigue siendo un método personal inaplazable. <sup>(1)</sup>

La atención materno-infantil constituye una de las actividades prioritarias del sistema nacional de salud en Cuba. Sus indicadores y resultados son la expresión de los esfuerzos que realiza organizadamente la sociedad cubana, con la participación de la familia y la comunidad, para lograr una mayor calidad de vida de la población y sobre todo de sus mujeres, niñas y niños.

El hecho de que la gestante solía recibir poca información y orientación relacionadas con el proceso del cual era protagonista, en el que no tendían a participar activamente la pareja ni los familiares cercanos; que el miedo, la inseguridad y la desconfianza generados por esa condición repercutían en la madre, el niño y la familia, además de no tomarse en consideración las

preocupaciones del futuro padre ni sus conflictos o ansiedades frente a la maternidad, paternidad y desarrollo del recién nacido, devinieron razones muy poderosas para que la Federación de Mujeres Cubanas propusiera a nuestro Ministerio de Salud Pública, en 1992, la aprobación y aplicación del Programa Nacional de Maternidad y Paternidad Responsables. <sup>(2)</sup>

En nuestro país, la aplicación del Programa para una Maternidad y Paternidad Consciente representa un paso de avance en lo concerniente a la atención del embarazo, el parto y el puerperio inmediato, que debe beneficiar a todas las madres.

Antes del triunfo revolucionario, sólo una minoría de la población con mejores recursos económicos podía recibir una atención acorde con los adelantos científicos de la época. En 1953, comienza en muy pequeña escala la preparación psicoprofiláctica de la embarazada, que según el concepto inicial, daba énfasis al dolor = a parto sin dolor, en lo cual nos adelantamos a toda América Latina. Los profesionales que adoptaron esta práctica se anticiparon un tanto en el diagnóstico y la profilaxis de las principales complicaciones que afectan a la madre y al hijo. Pero no es hasta 1959 que esta modalidad de atención se generaliza a toda la población. <sup>(3)</sup>

Para llevar a cabo un plan efectivo de atención materno-infantil se precisa de los recursos humanos necesarios y de su correcta utilización, así como de la formación del nuevo personal que demanda el desarrollo del programa. No obstante, por multiplicar factores, la práctica de la psicoprofilaxis ha sido muy "fluctuante", no por falta de preparación del personal, sino más bien por falta de sensibilización. A este programa, que no es nuevo, pues tiene su base en la psicoprofilaxis tradicional, se le han incorporado elementos actuales, como son: roles de género culturalmente asignados, estimulación prenatal y del desarrollo del bebé, así como otros no tan modernos, como es la incorporación del padre o familiar acompañante, todo lo cual tiene como objetivo fundamental "mejorar la calidad de vida de la mujer embarazada, el niño y su familia". <sup>(4)</sup>

Esta actividad le proporciona información acerca de su embarazo y parto, y frente a la ignorancia que engendra el temor y el miedo y, por tanto, la reacción al sufrimiento, el método aporta conocimientos de lo que ocurre y cómo va a ocurrir. Junto a la embarazada, en este proceso de aprendizaje deben participar los familiares más allegados, brindándole apoyo y estímulo para evitar las influencias psicológicas que la rodean.

La importancia de aportar conocimientos relevantes sobre el embarazo y el parto, sobre lo que ocurre y lo que debe ocurrir, instruyendo y preparando a la embarazada de esta manera persigue formar una mujer entregada a cooperar con su mente, su respiración y su relajación adecuada para cada período del parto, lo que debe garantizar un rápido nacimiento del niño; aun cuando, por otras razones, el parto pueda presentarse distócico, la conducta adecuada de la gestante

posibilitará que sea menos traumático. <sup>(5)</sup>

La preparación psicoprofiláctica es una actividad sanitaria educativa y preventiva en reproducción. El conocimiento de lo que va a ocurrir y sentir y el entrenamiento en las técnicas para manejar el dolor y responder a él, ayudan a la mujer durante el parto. <sup>(6)</sup>

Considerando todo lo planteado por la literatura sobre la psicoprofilaxis en el embarazo y teniendo dificultades con la gestantes sobre conocimientos acerca de la preparación psicofísica se realizó esta investigación con el objetivo de determinar la seguridad y satisfacción de la gestante al recibir el curso básico de preparación psicofísica para el parto.

## MÉTODOS

Estudio descriptivo, longitudinal y prospectivo realizado en el Hogar Materno Área II, de Cienfuegos, que incluyó las 113 embarazadas ingresadas en el período de febrero 2008 a mayo 2009, las cuales recibieron el curso básico sobre preparación psicofísica para el parto, junto a un familiar acompañante, actividad que tuvo lugar en el Hogar Materno y en el Palacio de Salud de esta provincia y fue desarrollada por un conjunto de profesionales.

Las variables analizadas fueron las siguientes: edad gestacional, paridad, conocimientos previos que poseen sobre psicoprofilaxis y conocimientos alcanzados después de finalizadas las sesiones, grado de seguridad y satisfacción de las embarazadas durante la labor del parto, sobre la base de las orientaciones recibidas acerca de la psicoprofilaxis.

Se realizó una entrevista a cada gestante para determinar el nivel de conocimiento acerca de la preparación psicofísica de las embarazadas previo a realizar las clases y al finalizar el curso, así como para conocer su seguridad y satisfacción con lo aprendido y su utilidad en la labor de parto.

Para realizar la investigación se pidió el consentimiento a la dirección del Área II de Salud y del Hospital, así como a las pacientes. También se contó con el consentimiento informado de la dirección del PAMI Provincial.

Los datos fueron procesados a través del paquete estadístico SPSS, versión 15.0. Los resultados se presentan en tablas mediante números absolutos y porcentaje.

## RESULTADOS

Predominó la edad gestacional entre 29-35 semanas con 55 pacientes para un 48,7 %. (Tabla 1).

Hubo semejanzas en la paridad, pues 57 gestantes son multíparas (50,5 %) y 56 son nulíparas (49,5 %). (Tabla 2).

Se constató que, antes de comenzar el curso, 77 gestantes refirieron no poseer conocimientos sobre preparación psicofísica para el parto (68,1 %) frente a sólo 14 (12,4 %) que asumieron que conocen bien los ejercicios psicofísicos. (Tabla 3).

**Tabla 1.** Edad gestacional

| Edad gestacional  | No.        | %          |
|-------------------|------------|------------|
| 13,6 – 20 semanas | 5          | 4,4        |
| 21 – 28 semanas   | 21         | 18,6       |
| 29- 35 semanas    | 55         | 48,7       |
| 36 o más semanas  | 32         | 28,3       |
| <b>Total</b>      | <b>113</b> | <b>100</b> |

**Tabla 2.** Paridad de las gestantes

| Paridad      | No.        | %          |
|--------------|------------|------------|
| Nulípara     | 56         | 49,5       |
| Multípara    | 57         | 50,5       |
| <b>Total</b> | <b>113</b> | <b>100</b> |

**Tabla 3.** Nivel de conocimientos previos sobre preparación psicofísica al comenzar el estudio

| Nivel de conocimientos previos | No.        | %          |
|--------------------------------|------------|------------|
| No poseen                      | 77         | 68,1       |
| Poseen muy poco                | 22         | 19,5       |
| Conocen bien                   | 14         | 12,4       |
| <b>Total</b>                   | <b>113</b> | <b>100</b> |

Después de aplicado el curso, 98 gestantes asumieron estar capacitadas para realizar los ejercicios fuera de las clases, lo cual representa un 86,7 %. (Tabla 4).

**Tabla 4.** Nivel de capacitación para los ejercicios fuera de los entrenamientos planificados después de finalizado el curso

| Nivel de capacitación          | No.        | %          |
|--------------------------------|------------|------------|
| Refieren estar capacitadas     | 98         | 86,7       |
| Refieren no haberse capacitado | 15         | 13,3       |
| <b>Total</b>                   | <b>113</b> | <b>100</b> |

Se comprobó que el conocimiento adquirido en el curso contribuyó a una buena labor de parto pues 109 embarazadas refirieron que se acordaron de todas las clases durante el trabajo de parto para un 96,4 %, sólo dos olvidaron todo cuando estaban en el parto. (Tabla 5).

Al analizar la seguridad y satisfacción de las gestantes sobre la base de la aplicación, en el trabajo de parto, de los conocimientos adquiridos en el curso, se comprobó

**Tablas 5. Aplicación de los conocimientos adquiridos y ayuda a la labor de parto**

| Aplicación de los conocimientos adquiridos                | Ayudó a la labor de parto |            |
|---|---------------------------|------------|
|   | No.                       | %          |
| Me acordé de todas las clases durante el trabajo de parto | 109                       | 96,4       |
| Me acordé de algo pero no lo llevé del todo a la práctica | 2                         | 1,8        |
| Para nada. Se me olvidó todo cuando estaba en el parto    | 2                         | 1,8        |
| <b>Total</b>  | <b>113</b>                | <b>100</b> |

**Tablas 6. Aporte de los conocimientos del curso a la seguridad y satisfacción durante el trabajo de parto**

| Aplicación de conocimientos                                | Seguridad y satisfacción |                  |                |            | Total      | % |
|--|--------------------------|------------------|----------------|------------|------------|---|
|  | Satisfechas              | Poco satisfechas | No satisfechas |            |            |   |
| Me acordé de todas las clases durante el trabajo de parto. | 109                      | -                | -              | 109        | 96,4       |   |
| Me acordé de algo pero no lo lleve del todo a la práctica. | -                        | 2                | -              | -          | 1,8        |   |
| Para nada. Se me olvidó todo cuando estaba en el parto.    | -                        | -                | 2              | -          | 1,8        |   |
| <b>Total</b>   | <b>109</b>               | <b>2</b>         | <b>2</b>       | <b>113</b> | <b>100</b> |   |

que 109 mujeres están muy satisfechas (96,4 %), sólo 2 no están satisfechas para un 1,8 %. (Tabla 6).

## DISCUSIÓN

Durante el primer trimestre las gestantes pueden experimentar sentimientos ambivalentes, cambios en sus expectativas personales, en su conformación corporal y en su relación con el entorno, además de las preocupaciones por malformaciones congénitas que pudiera tener su hijo; en el tercer trimestre predomina la ansiedad y el temor aumentado al pensar en los dolores del parto o la posibilidad de morir durante él, motivos por los cuales es necesario que el equipo básico de salud brinde orientación y apoyo psicológico a la embarazada, al tiempo que promueva la integración de esta con su pareja y familia como sistema de apoyo. Estas ideas demuestran la necesidad de que la preparación psicofísica para el parto se realice desde la captación del embarazo, lo cual no ocurrió así durante el estudio realizado, pues como se mostró en el acápite anterior el 48,7 % se encontraba en el tercer trimestre al momento de iniciada la investigación.

En este sentido se señala lo imperioso de brindarle información a la gestante y a la familia acerca de cómo va a ser el embarazo en sus diferentes etapas, enseñarles cuál debe ser su comportamiento y la forma de caminar y respirar, así como los ejercicios que se le deben comenzar a realizar, los cuales ellas interiorizan en el último trimestre. Con esta concepción se logra desarrollar una maternidad y paternidad responsable, la cual resulta muy beneficioso, tal y como se plantea en otras investigaciones en que se ha comprobado que el programa "Maternidad y Paternidad Consciente" ha

tenido valiosos resultados. Artola Duarte plantea, en su investigación, que gran número de embarazadas ha recibido abundante información sobre las diferentes temáticas que incluye el programa, así como varias parejas fueron preparadas y los resultados obtenidos son realmente muy favorables.<sup>(7)</sup>

Las pacientes de este estudio están casi equivalentes en la paridad, sin embargo se probó que las multíparas nunca habían obtenido información sobre el desarrollo del embarazo, solo tenían experiencias vividas en su anterior proceso, lo cual concuerda con muchos estudios recientemente realizados que plantean que la preparación psicofísica del embarazo es un programa poco popularizado a pesar de contar con medios de divulgación como la Federación de Mujeres Cubanas, situación esta que se debe tomar en cuenta para llevar la experiencia a todas las áreas de salud y lugares de maternidad de nuestra provincia. Además se destaca la necesidad de tener en cuenta las experiencias vividas por las gestantes en los trabajos de partos anteriores, al tiempo que se les explique que no todos los embarazos son iguales y por tanto no demoran el mismo tiempo.

En relación con este aspecto se plantea que es importante que toda mujer embarazada se inscriba en el curso de preparación para el parto, por las ventajas que representa, pues le ofrece a la futura madre una amplia información sobre el desarrollo del niño en el vientre materno, los cambios que experimentan en su cuerpo, el mecanismo de expulsión y los ejercicios de respiración que faciliten la labor de parto. La participación del esposo o compañero en este evento es muy importante para que él, conjuntamente con ella, inicie acciones a la

futura madre que finalicen con el nacimiento del bebé.  
(8)

El curso aplicado fue satisfactorio por parte de las gestantes, pues el 86,7 % de ellas refirieron sentirse capacitadas, al finalizar el curso, para realizar los ejercicios fuera de los entrenamientos planificados; así mismo el 96,4 % de las gestantes expresaron que los conocimientos recibidos a través del curso les ayudó en

su labor de parto, lo que reafirma los criterios emitidos por otros autores (7) acerca de la utilidad e importancia de la preparación psicofísica en la embarazada, pues les proveen de conocimiento para enfrentar el trabajo de parto.

La mayoría de las gestantes se sienten satisfechas al poder aplicar los conocimientos obtenidos en la práctica.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lepercq J, Aubert V, Blanchet F, Constantin MC, Faucheux B, Johannet C, et al. Enciclopedia Grijalbo de los padres. Barcelona: Ediciones Grijalbo; 1998.
2. Jiménez Miranda G, Ávalos Escalona F, Sánchez Batista R. Aplicación del programa nacional de maternidad y paternidad responsables. Evaluación y control de sus acciones integrales. MEDISAN[revista en Internet]. 2005 [citado 23 Jun 2009];9(2):[aprox. 4 p.]. Disponible en: [http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol9\\_2\\_05/san03205.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol9_2_05/san03205.htm).
3. Miller M, Brooten D. Enfermería Maternoinfantil. Mexico, DF: McGraw-Hill Interamericana; 1987.
4. Blanco Hung Y, Caballero González T, Betancourt Espinosa CM, Zayas Llorente M. Algunas consideraciones relacionadas con el conocimiento del programa maternidad y paternidad consciente. Rev Cubana Enfermer. 2000;16(1):51-5.
5. Fernández Nieves Y. Preparación psicofísica de la embarazada como prevención de los trastornos del neurodesarrollo y las necesidades educativas especiales: una urgencia del siglo XXI. Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales. 2006;7(2):75-90.
6. Sapién López JS, Córdoba Basalto DI. Psicoprofilaxis perinatal: preparación corporal y psíquica de la mujer embarazada para el nacimiento. Psicología y Salud. 2007;17(2):219-28.
7. Artola Duarte O. Maternidad y paternidad consciente. Sexología y sociedad. 1998;4(11):35.
8. Hidalgo Rodríguez N. Manual de diagnóstico y tratamiento en obstetricia y perinatología. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2000.