

PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA: OPTIMIZANDO LA EXPERIENCIA DE PARTO

OBSTETRIC PSYCHOPROPHYLAXIS: OPTIMIZING THE BIRTH EXPERIENCE

Greysi Rojas ¹, Danitza Campos ¹

Filiación:

¹ Universidad de la República, Facultad de Medicina, Escuela de Obstetricia, Montevideo, Uruguay

Cómo citar el artículo: Rojas G, Campos D. Psicoprofilaxis obstétrica: Optimizando la experiencia de parto. Revista Internacional de Salud Materno Fetal. 2022; 7(3): c1-2. DOI: 10.47784/rismf.2022.7.3.316

Financiamiento: Autofinanciado

Conflictos de interés: La autora no presenta conflictos de interés

Correspondencia:

Danitza Campos
Correo electrónico:
dc_g_19@yahoo.com

Recibido: 17-07-2022
Revisión: 20-07-2022
Aprobado: 28-07-2022
Publicado: 03-08-2022



La psicoprofilaxis obstétrica es una disciplina que ha cobrado relevancia en el ámbito de la obstetricia y la salud materno-infantil. Este artículo analiza la importancia de la psicoprofilaxis obstétrica como una herramienta esencial en la preparación de las mujeres embarazadas para un parto saludable y positivo. Se destacan sus beneficios en términos de reducción del estrés, el manejo del dolor y la promoción de la participación de la mujer en su proceso de parto.

La psicoprofilaxis obstétrica, también conocida como preparación para el parto, es una práctica que busca preparar física y emocionalmente a las mujeres embarazadas para el proceso de parto y el nacimiento de su bebé. A lo largo de los años, ha demostrado ser una herramienta fundamental en la promoción de partos saludables y positivos.

Reducción del Estrés y la Ansiedad

Uno de los principales beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica es la reducción del estrés y la ansiedad en las mujeres embarazadas. A través de técnicas de relajación, ejercicios de respiración y el aprendizaje de estrategias para afrontar el miedo al parto, las futuras madres pueden experimentar un embarazo más tranquilo. La reducción del estrés no solo beneficia la salud emocional de la madre, sino que también puede tener un impacto positivo en la salud del feto.

Manejo del Dolor

La psicoprofilaxis obstétrica también se centra en el manejo del dolor durante el parto. Las técnicas de control del dolor enseñadas en las clases de preparación para el parto pueden incluir ejercicios de relajación, la utilización de la respiración consciente y la comprensión de las diferentes etapas del trabajo de parto. Este conocimiento empodera a las mujeres, permitiéndoles tomar decisiones informadas sobre las opciones de alivio del dolor disponibles, desde métodos farmacológicos hasta enfoques más naturales, como el parto sin medicamentos.

Participación de la Mujer

La psicoprofilaxis obstétrica fomenta la participación de la mujer en su propio proceso de parto. Al comprender las señales que indica su cuerpo y aprender a comunicarse efectivamente con el personal médico, las mujeres pueden sentirse más empoderadas y tomar decisiones informadas sobre su atención durante el parto. Esto no solo aumenta su sensación de control, sino que también puede contribuir a una experiencia de parto más positiva y satisfactoria.

Fortalecimiento del Vínculo Madre-Bebé

La preparación para el parto también puede fortalecer el vínculo entre la madre y su futuro bebé. A medida que las mujeres practican ejercicios de relajación y visualización, pueden conectarse de manera más profunda con su bebé y crear un ambiente emocionalmente saludable para el nacimiento. Este vínculo temprano puede tener un impacto significativo en el desarrollo infantil y en la relación madre-hijo a largo plazo.

En conclusión, la psicoprofilaxis obstétrica desempeña un papel crucial en la promoción de un parto saludable y positivo. Al reducir el estrés y la ansiedad, proporcionar herramientas para el manejo del dolor, fomentar la participación de la mujer y fortalecer el vínculo madre-bebé, esta disciplina no solo beneficia a las mujeres embarazadas, sino que también contribuye al bienestar de la próxima generación. Es esencial que los profesionales de la salud y las futuras madres reconozcan y valoren la importancia de la psicoprofilaxis obstétrica como una inversión en la salud materno-infantil y en la experiencia de parto de cada mujer.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Fujihara S, Tsukisawa M. An Analysis of the Controversy on the Psychoprophylaxis Method in the Japanese Medical Journal "Obstetrics and Gynecology," 1954-1957. *Nihon Ishigaku*. 2015; 61(2): 131-144. Disponible en: [\[Link\]](#)
2. Zafra-Tanaka J, Montesinos-Segura R, Flores-Gonzales P, Taype-Rondan A. Potential excess of vaginal examinations during the management of labor: frequency and associated factors in 13 Peruvian hospitals. *Reprod Health*. 2019; 16(1): 146. DOI: [\[Link\]](#)
3. Amanak K, Sevil U, Karacam Z. The impact of prenatal education based on the Roy adaptation model on gestational hypertension, adaptation to pregnancy and pregnancy outcomes. *J Pak Med Assoc*. 2019; 69(1): 11-17. Disponible en: [\[Link\]](#)
4. Ortiz-Feliz R, Cardenas-Villareal V, Miranda-Feliz P, Guevara-Valtier M. Impact of a prenatal education intervention in pregnant women to prevent overweight in infants. *Gac Med Mex*. 2021; 157(19): 3-9. DOI: [\[Link\]](#)
5. Xiao J, et al. Prenatal Oral Health Care and Early Childhood Caries Prevention: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Caries Res*. 2019; 53(4): 411-421. DOI: [\[Link\]](#)

Contribuciones:

Todos los autores: Todos los autores cumplen todos los criterios de autoría y participaron en la redacción del borrador y versión final.