



TERMOTERAPIA DURANTE EL EXPULSIVO Y SU RELACIÓN CON EL TRAUMA PERINEAL

Baena Ariza M.T.; Roldán Luque O.R.; Gómez Brenes C.

INTRODUCCIÓN

En el momento del parto, el periné puede sufrir daños que pueden ser más o menos importantes. Estos pueden ser de forma espontánea (desgarro perineal) o como resultado de una incisión quirúrgica realizada por los profesionales que lo atienden (episiotomía).

Se ha estimado que el 85% de las mujeres sufren algún tipo de trauma perineal durante el parto, y un 60-70 % de estas mujeres necesitarán sutura, lo que supone una gran preocupación para los profesionales. Una de las técnicas para evitarlo es la termoterapia, que se lleva a cabo mediante la aplicación de compresas calientes durante el expulsivo.

OBJETIVOS

Conocer el efecto de la termoterapia aplicada localmente en el periné durante el expulsivo sobre el trauma perineal.

METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica de los últimos 5 años en las bases de datos Pubmed, Scopus, CINAHL y Cochrane utilizando los términos DeCS Second Labor Stage, Thermotherapy y Perineal damage.

RESULTADOS

El uso de la termoterapia en el expulsivo se fundamenta en los beneficios que tiene la aplicación de calor local perineal: vasodilatación periférica con el consecuente incremento del flujo sanguíneo en la zona (hiperemia) y el aumento de oxígeno y nutrientes favoreciendo de este modo el drenaje linfático y venoso, mejora la elasticidad de los tejidos al actuar sobre las fibras de colágeno, produce efecto antiinflamatorio, analgésico y relajante del tono muscular. Todo esto favorece la distensión progresiva del periné disminuyendo el riesgo de desgarro perineal.

La literatura revisada demuestra que hay datos razonables para apoyar la técnica descrita, además es una técnica sencilla, barata, sin efectos secundarios graves y bien tolerada por las mujeres y por las matronas que las atienden. Además, su aplicación está recomendada por la guía NICE, la Guía de Práctica Clínica de Atención al Parto Normal, la SEGO (Sociedad Española de Obstetricia y Ginecología) y la FAME (Federación de Asociaciones de Matronas de España).

CONCLUSIONES

El uso de compresas calientes durante el expulsivo reduce el trauma perineal grave, alivia el dolor durante el parto y postparto y podría reducir el riesgo de incontinencia urinaria.

BIBLIOGRAFÍA

Terré, C., Beneit, J. V., Gol, R., Garriga, N., Salgado, I., & Ferrer, A. (2014). Aplicación de termoterapia en el periné para reducir el dolor perineal durante el parto: ensayo clínico aleatorizado. *Matronas prof*, 15(4), 122-9.
Mallen Pérez, L. (2017). Efectividad del uso de la hidroterapia en el trabajo de parto.