



¡Evidencia que Fortalece!

Escrito por Rebecca Dekker, PhD, RN

Pregunta: ¿Cómo pueden ayudar a las madres y a los bebés las posiciones de parto erguidas?

Respuesta: Posicionamiento erguido o vertical funciona con gravedad, ayuda a ensanchar la pelvis, y proporciona un mejor suministro de oxígeno al bebé porque la madre no está acostada sobre la aorta, el vaso sanguíneo principal del cuerpo (Gupta et al., 2017). Posiciones de parto vertical también conduce a mayor satisfacción y más experiencias positivas de nacimiento (Thies-Lagergren, 2013).

Pregunta: ¿Cuán comunes son las posiciones de parto erguidas?

Respuesta: La mayoría de las personas que dan a luz vaginalmente en los EE. UU. informan que pujaron y dieron a luz boca arriba (68%) o en posición de semi sentado / acostado con la cabecera levantada (23%). Una pequeña minoría pujó y dio a luz en otras posiciones, como posición lateral (3%), posición en cuclillas o sentado (4%) o posición de manos y rodillas (1%) (Declercq et al., 2014).

Pregunta: Para personas sin la epidural, ¿qué posiciones de parto son mejor respaldadas por la evidencia?

Respuesta: En 2017 Revisión Cochrane y metaanálisis, Gupta et al. combinó los resultados de 32 estudios controlados aleatorios que incluyeron a más de 9.000 personas en entornos hospitalarios. En comparación con las posiciones no-verticales, las personas que fueron asignadas al azar a posiciones verticales en la segunda etapa del parto fueron:

- El 25% menos de probabilidades de tener un parto con fórceps/parto asistido por uso de extractor al vacío
- 25% menos de probabilidades de tener una episiotomía
- 54% menos propensos a tener patrones anormales del corazón fetal
- La tasa de desgarros en segundo grado fue del 15,3% para las personas en las posiciones verticales vs. 12,7% para aquellos en posiciones supina*
- El riesgo de pérdida de sangre posparto fue de 6,5% para las personas en las posiciones verticales vs. 4,4% para aquellos en posiciones supina
- Tres de cada cuatro estudios encontró una disminución de dolor con las posiciones verticales

*Una tasa mayor de desgarros en segundo grado a cambio de una menor tasa de episiotomía puede ser un intercambio aceptable para algunas personas.

Pregunta: Para las personas con la epidural, ¿qué posiciones de parto son mejor respaldadas por la evidencia?

Respuesta: Una revisión Cochrane de 2017 combinó varios estudios sobre posiciones de parto entre personas con la epidural (Kibuka & Thornton, 2017). Estar en posición vertical durante la segunda etapa del parto no hace ninguna diferencia en la tasa de cesáreas, uso de fórceps/nacimientos asistido al vacío, o la duración de la fase de pujar. Tampoco hubo diferencia en trauma al tracto genital que requieren puntos de sutura, los patrones anormales del corazón fetal, pH bajo del cordón umbilical, o la admisión a la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (UCIN).

Un estudio aleatorio que aún no ha sido incluido en la revisión Cochrane encontró que el uso de un asiento de nacimiento en forma de U (BirthRite) puede acortar la duración de la segunda etapa del parto, disminuir las probabilidades de necesitar oxitocina artificial, y conducen a menos episiotomías y mayor satisfacción. Estos beneficios deben ser equilibrados contra el riesgo de más pérdida de sangre posparto; sin embargo, un aumento en la pérdida de sangre no condujo a peores resultados de salud para las personas en este estudio (Thies-Lagergren, 2013).

Pregunta: ¿Cuál es el resultado final?

Respuesta: La evidencia no es lo suficientemente fuerte en este momento para recomendar una posición sobre otra. Sin embargo, las posiciones flexibles del sacro, aquellas donde no pones tu peso sobre el cóccix, parecen ser más útiles para el parto vaginal normal.

Descargo de responsabilidad y derechos del autor:

Esta información no sustituye a una relación de proveedor de cuidado-paciente y no se debe confiar en ella como un consejo médico personal. No se debe actuar sobre ninguna información sin la aportación profesional de su propio proveedor de atención médica. © 2018. Todos los derechos reservados. Evidence Based Birth® es una marca registrada. Se concede permiso para reproducir este folleto impreso con el crédito completo otorgado al autor. Los folletos se pueden distribuir libremente en forma impresa pero no vendidos. Este PDF no puede publicarse en línea.

“ Las personas deben recibir apoyo para pujar y dar a luz en la posición más cómoda para ellos.”

