



¡Evidencia que Fortalece!

Escrito por Rebecca Dekker, PhD, RN

Pregunta: ¿Deberían las personas ser capaces de comer y beber durante el trabajo de parto si quieren?

Respuesta: Sí. En personas que es poco probable que necesiten anestesia general, es extremadamente raro experimentar complicaciones por comer y beber durante el parto.

Los investigadores combinaron diez estudios que asignaron al azar 3.982 personas de bajo riesgo que dan a luz a regímenes de alimentos y bebidas más o menos restrictivos (Ciardulli et al. 2017).

Encontraron que trabajar bajo una alimentación y políticas de consumo de alimentos y líquidos menos restrictivas llevaron a trabajos de parto más cortos por aproximadamente 16 minutos y no hay otras diferencias con respecto a las cesáreas, fórceps/uso de vacío, vómitos, puntuaciones de Apgar en recién nacidos o cualquier otro problema de salud. Un ensayo encontró que a las personas que se les permitió comer tuvieron una satisfacción mucho mayor con su alimentación durante el parto (97% vs. 55%).

Pregunta: ¿Si los investigadores recomiendan que las personas en trabajo de parto decidan si comer o beber en el trabajo de parto, por qué es que muchos hospitales requieren ayuno?

Respuesta: A medida que la evidencia ha cambiado a lo largo de los años, los hospitales no han hecho mucho para actualizar sus políticas. La preocupación original era el riesgo de algo llamado aspiración, un evento raro que podría ocurrir si necesita anestesia general durante el parto.

Pregunta: ¿Qué es la aspiración?

Repuesta: La aspiración es cuando una persona vomita contenido del estómago en los pulmones. Enfermedad y muerte por aspiración eran más comunes en la década de 1940, cuando la mayoría de las personas (incluso las que tenían partos vaginales) fueron puestas a dormir con anestesia general durante el parto. Esto es cuando las restricciones de “Nada por boca” se iniciaron.

Sin embargo, desde la década de 1940, el uso de anestesia general disminuyó a menos del 6% de las cesáreas (D’Angelo et al. 2014). El aumento del uso de epidurales, así como nuevas técnicas para controlar el contenido del estómago y mantener las vías respiratorias seguras durante cirugía, han hecho que la aspiración sea muy rara.

Pregunta: ¿Con qué frecuencia ocurre la aspiración durante Cesáreas hoy día?

Respuesta: En un gran estudio de 45 millones de nacimientos, los investigadores analizaron 129 muertes relacionadas con la anestesia y el embarazo en Estados Unidos entre 1979 y 1990. Durante esa década, 33 personas murieron por aspiración durante una cesárea con anestesia general, o aproximadamente 1 muerte por cada 1.4 millones nacimientos (Hawkins et al. 1997).

En el Reino Unido, se ha alentado a la gente a comer y beber como se desee durante el parto desde 2007. Un estudio de 2013-2015 encontraron 9 casos confirmados de aspiración (1 muerte) de 1,5 millones de embarazos. Los autores escriben que “no parece haber un número sustancial de los casos asociados con la ingesta oral en el trabajo de parto después del cambio en la política [para ya no requerir ayuno]” (Knight et al. 2016).

Pregunta: ¿Hay alguna situación en la que el ayuno pueda tener más sentido?

Respuesta: Algunas condiciones de salud podrían aumentar el riesgo de aspiración: eclampsia, preeclampsia y el uso de opioides intravenosos (IV) (como morfina) para controlar el trabajo el dolor de parto (Harty et al. 2015). Sin embargo, no hay evidencia de mostrar que el ayuno ayudará a reducir el riesgo de aspiración en situaciones de bajo o alto riesgo.

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. © 2022. 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.

“ En pocas palabras: las personas tienen derecho a decidir si les gustaría comer y beber durante el trabajo de parto”.

