



98- MANUAL DE APOYO PARA LA PREPARACIÓN PSICOFÍSICA DE LA EMBARAZADA HACIA LA CALIDAD EN LA ATENCIÓN EN SALUD

AUTORES

M.Sc Mariam Santisteban Gómez¹, M.Sc María Cristina Pérez Guerrero²,
M.Sc Osvaldo Orgelio Martín Montejo³

1 Licenciada en Enfermería, Máster en Atención al niño con Discapacidad, Profesor Asistente. Universidad de Ciencias Médicas "Carlos J. Finlay", Metodóloga Posgrado. Universidad de Ciencias Médicas, "Carlos Juan Finlay". Camagüey. Cuba. Email: mariam@finlay.cmw.sld.cu

2 Licenciada en Enfermería, Máster en Atención al niño con Discapacidad, Máster en Enfermedades Infecciosas, Profesor Auxiliar, Universidad de Ciencias Médicas "Carlos Juan Finlay". Facultad de Enfermería. Camagüey. Cuba. Email: mcperezg@finlay.cmw.sld.cu

3 Licenciado en Psicología, Máster en Psicología Clínica, profesor Asistente, Hospital Ginecobstétrico Provincial "Ana Betancourt de Mora", Camagüey, Cuba.
Email: mmosvaldo@finlay.cmw.sld.cu

RESUMEN

Preparar física y psicológicamente a la embarazada, para que forme parte activa y consciente de la necesidad de estimular a su hijo cuando todavía permanece en su vientre; entrenarla durante el embarazo para que afronte el parto como un fenómeno fisiológico, sin complicaciones que engrosen la lista de daños perinatales, constituye un reto para la medicina y todas aquellas instituciones y entidades que procuren la promoción de salud. Se convierte en una prioridad, elevar la necesidad de educar en pos de la calidad de vida, imponiéndose, trazar estrategias para lograr una labor preventiva eficaz y lograr así calidad en la Atención en Salud. En el desarrollo de la actividad de capacitación al personal de enfermería mediante la observación y el método de encuesta se demostró la necesidad; utilizando el método de análisis síntesis de la bibliografía consultada, aplicando el método pedagógico (modelación) y el de especialista de crear un Manual de Apoyo que abordara los temas a impartir; y así, trabajar con un material que integrara toda la información teórico práctica necesaria, para la preparación psicofísica de la embarazada. El manual está estructurado en 2 capítulos. En el primero se presentan temas teóricos sobre, generalidades del aparato reproductor femenino; embarazo normal y de riesgo; parto y puerperio; estimulación prenatal; lactancia materna; y crecimiento y



desarrollo. En el segundo se exponen temas prácticos de preparación física de la gestante, logrando aumentar el nivel de conocimiento y habilidades en la preparación psicofísica de la embarazada en los profesionales de enfermería.

Palabras clave: preparación psicofísica de la embarazada, calidad en la atención de salud, manual de apoyo, promoción de salud.

INTRODUCCIÓN

La atención prenatal (APN) se define como los cuidados que se brindan a una embarazada desde la captación del embarazo, hasta la ocurrencia del parto. Lleva implícito mecanismos de protección por medio de orientaciones y exámenes regulares a la madre y el producto de la concepción. (Fernández, 2007) La existencia de una educación estructurada para el parto y la paternidad ha surgido en la medida en que se ha reducido el uso de otros métodos tradicionales para comunicar esta información. La mayoría de los médicos han llegado a aceptar que la única forma de mejorar las estadísticas relativas al parto es mediante una atención prenatal oportuna y positiva. (Gagnon y Sandall, 2008)

Preparar física y psicológicamente a la embarazada (preparación psicofísica), para que forme parte activa y consciente de la necesidad de estimular a su hijo cuando todavía permanece en su vientre ; entrenarla durante el embarazo para que afronte el parto como un fenómeno fisiológico, sin complicaciones que engrosen la lista de daños perinatales; instruir a la pareja, convencerlos de que la salud de su hijo no dependerá de ellos, únicamente cuando lo tengan en sus brazos, sino que viene instaurándose desde que lo concibieron y ella lo expulsa al mundo, constituye un gran reto para la medicina y para todas aquellas instituciones y entidades que procuren la promoción de salud.

Se define la preparación psicofísica como un sistema de medidas preventivas que controlan la aparición y el desarrollo del parto, por medio de acciones sobre sectores superiores del sistema nervioso central. Es un método que contribuye a demostrar en la gestante que el parto es un fenómeno natural, por lo tanto, el propósito último es enseñarle a cómo facilitarle el momento de parir. (Fernández, 2007)



Es importante reconocer el papel que han venido desarrollando las enfermeras en la atención prenatal y en la atención del parto, por lo que es conveniente evaluar de qué manera se puede optimizar su participación en embarazos de bajo riesgo sobre todo en aquellas que su radio de acción son los hogares maternos o en sentido general la Atención Primaria de Salud.

Dentro de la capacitación ofrecida al personal de enfermería como parte de la Estrategia didáctica se constata de la ausencia de una guía metodológica práctica para la utilización por el personal encargado de preparar a la gestante psicofísicamente para el parto.

OBJETIVO

Trabajar con un material que integre toda la información teórico práctica necesaria, respondiendo a las necesidades educativas del personal capacitado, fue el objetivo que persiguieron los autores y crear un Manual de Apoyo que abordara los temas a impartir; y así, trabajar con un material que integrara toda la información teórico práctica necesaria, para la preparación psicofísica de la embarazada.

MATERIALES Y MÉTODOS

Utilizando el método de observación y a partir de una encuesta aplicada a los profesionales de enfermería que participaron en la primera versión del curso capacitación psicofísica de la embarazada, se demuestra la ausencia de una guía metodológica que facilitara la búsqueda de contenido sobre los temas abordados en la capacitación y de texto escrito que reflejara las actividades físicas a realizar por la gestante durante el proceso.

Respondiendo a las necesidades educativas del personal capacitado, utilizando el método de análisis síntesis de la bibliografía consultada y el método de modelación se confecciona un Manual de Apoyo estructurado en 2 capítulos (El primero titulado "Conocimientos generales sobre embarazo, parto y puerperio, y el segundo titulado "Preparación física de la gestante")

El manual fue validado mediante el método de especialistas (6 Licenciados en Enfermería, 3 Especialistas en Ginecología y Obstetricia, 3 Licenciados en Cultura Física y 1 Psicólogo, vinculados a la asistencia de la embarazada en los hogares maternos en la Atención Primaria de Salud). Una vez validado se



sometió al criterio de las participantes en la primera versión del curso y se presenta como material de apoyo a los participantes de la segunda y tercera versión.

DESARROLLO

1. Perfeccionamiento y formación de los profesionales de enfermería, una necesidad de la gestión del conocimiento.

Hoy, se puede afirmar que el conocimiento, en todas sus áreas y manifestaciones, adquiere cada vez mayor relevancia en el mundo presente. Hay autores (Coicaud, 1998) que describen a la sociedad actual como "la sociedad del conocimiento", ya que progresivamente se agudiza la necesidad de administrar la información que surge en los campos científicos y tecnológicos.

La rapidez de los cambios científico-tecnológicos y su incidencia en los modos de producción, en los hábitos culturales y en la vida cotidiana dejan definitivamente atrás el concepto de educación tradicional concebido como una etapa de la vida. Hoy, la educación constituye un proceso de aprendizaje permanente. Además, la posibilidad laboral está cada vez más vinculada con la educación, la formación y la capacitación profesional. (Los docentes y su preparación ante el cambio de educación presencial a educación a distancia, 2003)

Según (Lafaurié "y otros", 2009) la formación de un profesional revolucionario integral con elevada preparación científica, ha sido un objetivo de primer orden en todos los años de revolución en los Centros de Educación Superior (CES) y por tanto lo ha sido también en los Centros de Educación Médica Superior (CEMS)

En el campo de las Ciencias Médicas, en especial de la Genética Médica, se han obtenido indiscutibles logros; no obstante, siguen y seguirán naciendo niños no tan sanos como el que esperábamos pero si tan seres humanos como el más perfectamente dotado.

Por tanto se convierte en una prioridad, la "atención a la diversidad", tanto para las Ciencias Médicas, como para las Psicológicas y Pedagógicas, elevando la necesidad de educar en pos de la calidad de vida, imponiéndose, unir



esfuerzos, conocimientos y trazar estrategias para lograr una labor preventiva eficaz.

A medida que transcurren las décadas la atención de enfermería parece tomarse más importante en los servicios de salud, más creativa, más objetiva para analizar sus esfuerzos y metas profesionales. La Enfermería es una profesión dinámica y su práctica cambia constantemente. Es una de las profesiones de asistencia con una tradición larga y honorable de servicios a la humanidad, de esta atención que brindan no se excluyen los hogares maternos la atención prenatal para proporcionar una atención amplia y lograr los propósitos del Programa Materno Infantil. (Ministerio de Salud Pública [MINSAP], 1998)

La enfermería en Cuba, ha tenido que afrontar grandes desafíos desde su creación en el año 1976. Ella también se suma a esta noble tarea, con acciones psicoprofilácticas, no solo para sumar por ciento a la natalidad, sino para lograr que esta suma, sea a favor de una calidad de vida en la descendencia.

Escribir un texto que apoyara a capacitar al personal encargado de brindarle a la gestante toda la información que necesita para pensar en el parto como un fenómeno natural, fue el objetivo de la autora, pero además que pueda ser utilizado por la gestante y su familia.

2. Manual de apoyo para la preparación psicofísica de la embarazada.

En el transcurso de las capacitaciones ofrecidas a los profesionales de enfermería en cuanto a la preparación psicofísica de la embarazada, los autores se percataron de la ausencia de una guía metodológica que integraran los temas teóricos referidos a generalidades del aparato reproductor femenino; embarazo normal y de riesgo; parto y puerperio; estimulación prenatal; lactancia materna; y crecimiento y desarrollo, además que expusiera lo referido a la preparación práctica (ejercicio físico) de la gestante, integrados todos en un mismo texto, permitiendo la utilización de esta compilación por parte del profesional de enfermería que se encargaría de capacitar a la gestante para lograr la disminución del vínculo T-T-D (Temor Tensión Dolor) a través de la psicoprofilaxis y también que pudiera ser utilizado por la propia gestante



capacitada, ya que fue elaborado con un lenguaje sin tecnicismos y asequible a la comprensión .

El manual diseñado se ha dividido en 2 capítulos para facilitar su uso. En el primer capítulo se presentan temas teóricos sobre las generalidades del aparato reproductor femenino; embarazo normal y de riesgo; parto y puerperio; estimulación prenatal; lactancia materna; y crecimiento y desarrollo. Fue propósito de los autores mantener una línea conductora entre cada uno de los temas presentados acorde con el curso de un embarazo normal; Cada sumario es acompañado de ilustraciones que facilitan la comprensión de algunos temas, además, al final de cada acápite aparecen preguntas de autoevaluación del contenido temático. En el capítulo 2 se exponen temas prácticos de preparación física de la gestante, apoyados en el curso **Preparación Psicofísica de la Embarazada** diseñado para Licenciados en Cultura Física (2007). Los ejercicios están orientados por unidades coordinativas y se ofrece al concluir una guía de relajación. El manual fue validado mediante el criterio de especialistas, vinculados a la asistencia de la embarazada en los hogares maternos en la Atención Primaria de Salud.

RESULTADOS

Se realiza una encuesta al 100% del personal capacitado en la Preparación Psicofísica de la Embarazada (primera versión), arrojando que el 82% de los encuestados, considera que existe ausencia de bibliografía que facilitara la búsqueda de contenido sobre los temas abordados en la capacitación.

Se logró colocar de forma ordenada, práctica y con una línea conductora siguiendo el curso de un embarazo normal, cada uno de los temas abordados.

Se logra compilar viéndolo como una necesaria simbiosis los contenidos teóricos abordados en la psicoprofilaxis con la parte práctica (ejercicios físicos) abordado desde antes como gimnasia para embarazadas con un enfoque más moderno en un mismo texto.

La herramienta elaborada suple las necesidades metodológicas y prácticas de los licenciados en enfermería que tributan a la Atención de la gestante, así como profesionales afines, ajustado a nuestra realidad.



CONCLUSIONES

1. El manual de apoyo diseñado para la utilización por el personal encargado de preparar a la gestante psicofísicamente para el parto, forma una guía metodológica práctica que abordará los temas a impartir, logrando un incremento en la calidad de la atención que se ofrece a la gestante en la atención primaria de salud, así como contribuir al perfeccionamiento de la formación de los profesionales de la salud como expresión de una universidad socialmente responsable.
2. El manual diseñado fue considerado como satisfactorio por los especialistas que participaron en el panel.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alexander GR, Korenbrot CO The role of prenatal care in preventing low birth weight. *Future Chile* 1995; 5(1): 103-20
2. Coicaud, S. (1998). Complejidad y diversidad en prácticas contextualizadas en educación a distancia. Buenos Aires: Primeras Jornadas Electrónicas sobre Educación a Distancia. Ministerio de Cultura y Educación
3. Fernández Nieves Yamila. Prevención de las Necesidades Educativas especiales. (NEE). Editorial Deportes. Cuba. 2007.
4. Fernández Pérez de Alejo. curso Pre-taller. La preparación de la familia para la estimulación temprana. 2005
5. Ferso Paumier. DM, Torres Peñalver S. Participación en la Salud Comunitaria. *Rev. Cubana Enfermería*. 1998. 15(2) 93-8
6. Gagnon AJ, Sandall J. Educación prenatal grupal o individual para el parto, la maternidad/paternidad o ambos (Cochrane Review). In: *La Biblioteca Cochrane Plus*, Issue 3, 2008. Oxford: Update Software
7. Hodnett ED. Continuidad de los cuidadores para la atención durante el embarazo y parto (Cochrane Review). In: *La Biblioteca Cochrane Plus*, Issue 3, 2008. Oxford: Update Software
8. Lafaurié Ochoa Y, Garrido Lena L, Figueredo Llera R, Cossio Figueroa R N, González J F, Rodríguez Flores M, Sánchez Dager G, Leal García E, Inés Álvarez M G; Manual Metodológico para el Trabajo Educativo y la Extensión Universitaria, 2009.
9. Los docentes y su preparación ante el cambio de educación presencial a educación a distancia *Revista de Informática Educativa y Medios Audiovisuales*. Vol. 1(0), págs 24-36. 2003 ISSN 1667-8338 © LIE-FI-UBA. liema@fi.uba.ar
10. Marcos Suárez Daisy. Intervención educativa en la Psicoprofilaxis del parto. 2009. (Tesis en opción al título de Máster en Atención Integral a la Mujer) 2009. Universidad de las Ciencias Médicas "Carlos Juan Finlay"
11. Ministerio de Salud Pública. Cuba. Programa para la Reducción del Bajo Peso al Nacer. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 1998.p. 35.
12. Stringer M, Ratcliffe SJ, Evans EC, Brown LP The cost of prenatal care attendance and pregnancy out comes in low: income working women *J Obstetric Gynecol & Neonatal. Nurs* 2005; 34(5): 551-60