

# ¿CONOCES LOS BENEFICIOS DEL AGUA EN TU PARTO ?



ÁREA DE SALUD 1  
MURCIA-OESTE

**Arrixaca**



### ¿EN QUÉ CONSISTE?:

Consiste en sumergir a la embarazada (llegando hasta las axilas), en una bañera de partos con agua que se mantiene a una temperatura constante de 37 grados.



### ¿CUÁNDO SE UTILIZA?

Se usa cuando comienza la fase activa del parto, es decir, cuando se alcanzan cinco centímetros de dilatación cervical y hay ya contracciones fuertes y continuas.

Es un método seguro para la madre y su bebé, eficaz en el que no se usa medicación.

### ¿PARA QUÉ SIRVE?

Para aliviar el dolor de las contracciones del parto.



### ¿POR QUÉ ALIVIA EL DOLOR?

El agua caliente tiene un efecto relajante y dilata los vasos sanguíneos por lo que la gestante está más tranquila y relajada.

Esto hace que se liberen unas sustancias (oxitocinas) que mejora la evolución del parto.

Además, aumenta la cantidad de sangre que llega a la placenta, y aporta más oxígeno al útero y al bebé.

Se crea un entorno que propicia, un ambiente amigable, más cálido, silencioso, de acompañamiento continuo, relajante, luz tenue, intimidad.... Tu matrona os acompañara todo el tiempo

### ¿DONDE NACE MI BEBE?

El nacimiento del bebé se realiza fuera del agua.

Para ello se vacía la bañera y la matrona ayuda a la embarazada a salir de la misma.

Si de manera precipitada, se produce la salida de la cabeza del bebé, dentro de la bañera, la matrona asistirá al nacimiento del bebé en la misma

### ¿PUEDO RENUNCIAR EN CUALQUIER MOMENTO?

La gestante puede abandonar la bañera, si así lo desea, en cualquier momento.

### ¿HAY CONSECUENCIAS RELEVANTES O DE IMPORTANCIA?

No las hay.

### ¿HAY ALGÚN RIESGOS EN ESTE PROCEDIMIENTO?

De manera excepcional, el agua caliente puede provocar mareos por una bajada de la tensión arterial

Se puede prevenir bebiendo muchos líquidos (agua o bebidas isotónicas) durante la dilatación del parto. Si de todas formas le baja la tensión, la matrona le ayudará a salir de la bañera hasta que se mejore.

### ¿CUÁNDO NO SE ACONSEJA UTILIZAR?

Cesárea anterior

Ausencia de acompañante

Actitud poco colaboradora.

### ¿CUÁNDO ESTA CONTRAINDICADA?

No se puede usar hidroterapia en los siguientes casos:

Si la madre presenta:

Embarazo de alto riesgo

Gestante menor de edad

Más de tres partos anteriores

Gestante obesa (índice de masa corporal > 35)

Embarazo múltiple

Si presenta hemorragia

Situación anómala del feto (nalgas, transversa...)

Gestante con fiebre de más de 38 grados o sospecha de infección,

Cuando se está usando medicación (oxitocina, analgesia epidural, narcóticos...) en las cuatro horas previas

Si el bebé es:

Prematuro (menos de 37 semanas de gestación)

Pequeño para la edad gestacional (crecimiento intrauterino retardado)

Muy grande (más de 4 kilos) o presenta alteración congénita

Si la bolsa que contiene el líquido que rodea al feto (bolsa amniótica) tiene mucho o poco líquido (hidramnios, oligoamnios), está teñido o lleva rota más de 18 horas

Presenta un latido fetal alterado.



### ¿QUE OTRAS ALTERNATIVAS HAY A ESTE PROCEDIMIENTO?

Realizar un parto normal en seco, utilizando cualquier otra terapia de alivio del dolor (epidural, oxido nitroso...)