

CICLO PARIR EN MOVIMIENTO
ANATOMÍA FUNCIONAL PARA EL PARTO FISIOLÓGICO

Método Núria Vives

Módulo 2: ANÁLISIS DE POSICIONES PARA EL PARTO - 15 horas

Presentación

Actualmente en muchos hospitales del Estado Español la mujer puede moverse y ponerse en la posición que ella desea, sobre todo en la primera fase del parto.

El curso utiliza su particular metodología y pedagogía en el análisis de las posiciones más utilizadas por la mujer para parir.

Posiciones que, o bien toma espontáneamente, o le son propuestas por la matrona el día de su parto, para aliviar el dolor de las contracciones, dejar que el parto evolucione favorablemente y pueda permanecer en contacto con su hijo.

El análisis se apoya de la experiencia y testimonio de mujeres, mayoritariamente con sus parejas, que han sido acompañadas en la preparación corporal con la metodología *Parto y Movimiento*®. Por otro lado, la experiencia de las propias matronas que han realizado El Ciclo y han puesto en práctica los conocimientos adquiridos con el apoyo del libro "Parir en Movimiento", en hospitales y centros de salud, en Europa y en diferentes países de Iberoamérica y Centroamérica.

Para realizar este curso es necesario haber realizado con anterioridad el módulo 1 del Ciclo "Parir en movimiento".

Objetivos

En relación a las posiciones y a los movimientos, el curso propone:

- Vivenciarlos para poder comprender mejor desde la propia experiencia lo que más tarde se propondrá a la mujer.
- Experimentarlos con los materiales propuestos (pelotas de nacimiento, la lenteja, telas de suspensión, etc.), y también con una compañera para comprender el rol del acompañante.
- Ordenarlos según como esté la pelvis (módulo 1: la movilidad de la pelvis y el parto).
- Analizarlos y diferenciarlos: Posiciones y movimientos para la dilatación y/o expulsivo, posiciones y movimientos para hacer evolucionar un parto estancado, posiciones y movimientos para incidir directamente en la pelvis.
- Proponerlos en sesiones de preparación corporal al parto o el día del parto en el hospital.
- Adaptarlos y realizárselos en caso de una epidural que impida el movimiento y la autonomía de la mujer.

Contenido del curso

Breve recordatorio de las nociones más importante del curso anterior "La movilidad de la Pelvis y parto"

- Nutación y contranutación sacra e ilíaca.
- Pronación y supinación ilíaca.
- Abducción y aducción ilíaca.
- Movimientos extrínsecos de "la pelvis libre".

los parámetros de observación para cada posición:

- La posición de las piernas: simétricas, asimétricas o en rotación.
- La situación de los espacios internos de la pelvis en relación a la posición de las piernas.
- Posición de la zona baja de la espalda: Lordosis, deslordosis o hiperlordosis. Constante contracción de los músculos de la espalda.
- Posición de la caja torácica y de los brazos en relación a la columna y a la pelvis. Mucha flexión de la columna torácica con tracción de los brazos. Apertura costal y extensión de columna por la posición de los brazos en antepulsión. Extensión de toda columna y aumento de la lordosis por tensión corporal.
- La participación de la fuerza de la gravedad.
- El concepto de carga y descarga aplicado en el parto. Ventajas y beneficios.

Las prácticas diversas para integrar los movimientos en:

- Posiciones de pie con todas sus variantes.
- Posiciones acostadas de lado y todas sus variantes.
- Posiciones sentadas (pelota de nacimiento, lenteja o sueros) y todas sus variantes.
- Posiciones de rodillas y todas sus variantes.
- Posiciones de cuclillas y todas sus variantes.

Se entiende por variantes: las asimetrías, las rotaciones, la posición de los brazos y tronco, la fuerza de la gravedad, la posición en carga o en descarga, la movilización pasiva de la pelvis o de la pierna, el contacto de las manos de la pareja, acompañante o matrona.

Las estrategias y recursos para facilitar la evolución del parto

- a) Análisis y práctica de las maniobras externas transmitidas por las matronas y descritas en el libro.

En este contexto, se entiende como maniobra externa la movilización de los huesos ilíacos o del sacro desde el exterior. Estas maniobras fueron

compartidas por matronas que al realizar el curso pudieron poner nombre a los movimientos que ya proponían a la mujer en un momento dado para que el parto pudiera evolucionar. Este apartado de Maniobras concierne exclusivamente a la matrona.

- Maniobra de Contranutación sacra (matronas Concha y Pepa del hospital de Alcoy. España)
 - Maniobra de aducción ilíaca (matrona Ina May Gaskin).
 - Maniobra activa de nutación ilíaca, supinación y pronación ilíaca con asimetrías («la oca» matrona Marina Lembo. Argentina).
 - Maniobra de nutación sacra e ilíaca a la vez (“Kabilia” mujeres de la región de Kabilia. Argelia).
 - Maniobra pasiva de nutación ilíaca, supinación y pronación ilíaca con asimetrías (“la rana”. Matronas de Mont Saint Aignan. Francia)
- b) Fuerzas que pueden cambiar la forma de la pelvis durante el parto:
- La pelvis “traccionada” por la contracción muscular o por la puesta en tensión de ligamentos o músculos.
 - La pelvis “apoyada” con diversas posiciones, en el soporte de la cama, en la silla de parto, sobre la pelota de nacimiento o sobre “la lenteja”.
 - La pelvis “presionada” manualmente sobre las crestas ilíacas o sobre el sacro.
- c) La suspensión. Principios y fundamentos anatómicos. Prácticas diversas para experimentarla.
- d) El lenguaje utilizado durante el parto. Qué es *El Contacto Simple*. Propuestas para el acompañamiento desde el respeto, la escucha y la aceptación de las necesidades y el propio ritmo de la mujer.
- e) Diversas prácticas sobre la cama de parto.

Libro de referencia: “Parir en Movimiento” de B. Calais y Núria Vives