

EL PERIODO EXPULSIVO DEL PARTO



Seguramente, no haya otro proceso fisiológico tan sorprendente en la naturaleza como es el parto. La salida al exterior de un ser vivo, desde el interior de otro.

Y para que esto pueda ocurrir, se tienen que producir unos cambios anatómicos y fisiológicos en la madre, que posteriormente deben recuperarse hasta la situación anterior a la gestación.

En los tratados de ginecología se describen tres periodos en el parto:

- 1.- Periodo de dilatación, en el que se producen contracciones del útero, que tienen como objetivo abrir (o dilatar) el cuello del útero para permitir el paso del feto.
- 2.- Periodo de expulsión fetal, que comprende desde que el cuello se encuentra completamente abierto (dilatación de 10 cm.), hasta la salida del feto al exterior.
- 3.- Alumbramiento, periodo desde que sale el feto, hasta que se expulsa la placenta.

A continuación, nos detendremos en analizar el segundo periodo o periodo expulsivo.

El motor del parto

Las contracciones uterinas son el “motor” del parto. La actividad uterina es percibida por la madre, inicialmente como una sensación de endurecimiento del abdomen, asociado a cierta molestia, que poco a poco va tomando un ritmo, cada vez más frecuente, con aumento de la intensidad y de la molestia. Cuando las contracciones ocurren a intervalos de unos tres minutos por un periodo superior a una o dos horas, puede considerarse iniciado el parto.

Las contracciones pueden medirse mediante receptores externos, que se colocan en el abdomen materno o bien internos, situados dentro del útero una vez que la bolsa amniótica está rota.

El ritmo y la intensidad de las contracciones es variable de unas mujeres a otras pero en la mayoría de las mujeres, la presencia de 3-5 contracciones en 10 minutos es la frecuencia efectiva para conseguir la dilatación del cuello del útero.

El pasajero en el parto

El parto es el viaje más importante y en algunos casos dificultoso, que realiza la persona en su vida.

Son varias las características del feto que pueden influir en el curso del parto. La principal es el tamaño. El éxito del parto depende de la relación entre el continente (pelvis materna) y el contenido (tamaño fetal). Fetos grandes en mujeres con pelvis amplias tendrán partos normales igual que mujeres de pelvis pequeñas, si sus fetos son de tamaño reducido. Cuando se rompe esta proporción, se produce la complicación llamada desproporción céfalo-pélvica, la cual solo podrá ser resuelta con la extracción fetal mediante cesárea.

La posición del feto también es determinante en el éxito del parto. Habitualmente, se encuentran en un eje paralelo a la madre (posición longitudinal) la cual es favorable para el parto, mientras que si se encuentra en un eje transversal a la madre (situación transversa), el parto vaginal resulta imposible. La parte fetal que se encuentra encajada en la pelvis, cabeza o nalgas, también es importante para siendo la primera más favorable.

EL PERIODO EXPULSIVO DEL PARTO



El pasillo que es preciso pasar

La pelvis materna es una estructura circular ósea cerrada en su parte inferior por los músculos del suelo de la pelvis que son atravesados por la vagina, la uretra y el recto. El feto tiene que pasar este estrecho pasillo para lo cual se vale de unos impresionantes mecanismos de adaptación de su tamaño al de la pelvis materna. Mediante flexión de la cabeza, rotación de la misma, va consiguiendo ofrecer el menor diámetro posible de su cabeza, adaptándose así a la pelvis, y ayudado por las contracciones, poco a poco logra ir descendiendo, hasta llegar al plano muscular. En este momento, el estiramiento y distensión de la vagina y de los músculos es máximo para permitir la salida el exterior, primero de la cabeza y detrás el resto del cuerpo.

¿Qué postura durante el parto es la más favorable?

Las mujeres en la antigüedad tenían los partos en posición de cuclillas o arrodilladas. Esta posición tiene algunas ventajas como son aprovechar la gravedad o favorecer la comodidad de la madre, aunque la tendencia actual es que el parto se produzca con la madre acostada o reclinada sobre la espalda. Ante un parto de evolución normal, lo ideal es que la madre pueda adoptar la postura en la que se encuentre más cómoda. Los estudios que analizan los resultados del parto en función de la postura de la madre, no han encontrado diferencias claras y por tanto no hay recomendaciones específicas en cuanto a que postura es mejor adoptar.

Ayudas al expulsivo

Una vez finalizada la dilatación del cuello, comienza el periodo expulsivo. Se trata de un momento en el que la mujer tendrá una participación activa y podrá aprovechar la sensación de pujo o ganas de empujar, para hacerlo de manera activa, lo que facilita el descenso del feto.

Las contracciones solas no son suficientes para la expulsión del feto. Se precisa la contracción de los músculos de la pared abdominal y del diafragma.

A la contracción uterina, se suma el esfuerzo activo de la madre que al sentir la presión de la cabeza del feto en la parte baja de la pelvis, tiene unos deseos imperiosos de contraer los músculos del abdomen. En mujeres con analgesia epidural, estas percepciones pueden encontrarse muy débiles o ausentes, por lo que resulta necesario dirigir este periodo y decir a la mujer cuando tiene que empujar y cuando descansar.

¿Cuánto dura el periodo expulsivo?

La duración del periodo expulsivo es variable, conociendo casos de una rapidez inusitada que lleva a que la mujer tenga el parto por ejemplo en el coche que la transporta o en la calle.

La duración se verá influida por el número de partos que haya tenido la mujer (el expulsivo mas largo suele ser el del primer parto) y por factores raciales y étnicos.

En el primer parto, se considera el tiempo normal del periodo expulsivo hasta 60 minutos. En las mujeres que ya han tenido hijos, este tiempo se reduce a 30 minutos. No obstante, con un adecuado control fetal, y comprobando que se produce una progresión del parto, aunque esta sea lenta, el tiempo de espera puede prolongarse por mas tiempo.

EL PERIODO EXPULSIVO DEL PARTO



Pasado estos tiempos, o bien, si se detecta alteración en el bienestar fetal, se considera necesaria la ayuda a la extracción de la manera mas adecuada, mediante fórceps, espátulas o ventosa por vía vaginal si el feto se encuentra profundamente encajado en la pelvis o bien mediante cesárea si se encuentra aún sin encajar.

¿Cómo ayuda el padre?

La presencia del padre durante el parto y especialmente en el periodo expulsivo, tiene gran interés, aparte de servir de apoyo emocional a la madre, puede colaborar activamente indicando a la madre los momentos de empujar si ella no los percibe por la analgesia epidural. Para el padre, la experiencia de ver nacer a su hijo, será inolvidable.

Resumen

El periodo expulsivo transcurre desde la dilatación completa del cuello del útero hasta la salida completa del bebé. Precisa de la coordinación de las contracciones uterinas, de la participación activa de la madre con sus pujos durante la contracción y de los mecanismos de adaptación fetal al espacio disponible para traspasar el estrecho pasillo que constituye el canal del parto formado por la pelvis ósea y los músculos del suelo de la pelvis.

