

Pauta para la implementación de Cursos de preparación para el nacimiento en el marco de la Meta 1.

Período Abril 2019- Marzo 2021

El presente documento busca actualizar la pauta para guiar a los prestadores de salud del SNIS en la implementación de Cursos de preparación para el nacimiento en el marco de la meta 1. En el indicador que refiere a “Embarazadas correctamente controladas según pauta” se mantiene como meta la realización de cursos de preparación de la embarazada para el nacimiento¹.

La justificación de la misma se relaciona con:

- La obligación del Estado de definir y liderar políticas, proteger y promover salud. La misma no se limita a la atención sanitaria, sino que incluye a otros factores, que inciden en la calidad de vida de las personas
- La educación para la salud es clave en el logro de una mejor calidad de vida de los individuos. En base a programas estructurados de educación prenatal que incorporan las recomendaciones de OMS y UNICEF sobre los beneficios que representan ciertas prácticas para la mujer embarazada y su familia, es posible transmitir información de calidad en base a derechos que mejoran la calidad de la atención.
- La educación en la etapa prenatal, contribuye a la preparación física y psicológica de la mujer para afrontar el embarazo y los cambios que se van a ir presentando, el parto, su recuperación en el puerperio y a que la vivencia de todo el proceso sea lo más armoniosa posible, tanto para la madre como para su pareja o acompañante. A la vez se transmite la importancia de fortalecer el vínculo afectivo con su bebé, prácticas de crianza, maternidades y paternidades corresponsables y otros factores que favorecen o dificultan el normal desarrollo y crecimiento.
- El Curso de preparación para el Nacimiento ofrece una valiosa oportunidad de integrar un colectivo con los mismos intereses y preocupaciones, que atraviesa una etapa de especial sensibilidad y de recibir información calificada en el momento oportuno, lo cual genera autonomía y responsabilidad a la hora de tomar decisiones o brindar consentimiento.
- Estas acciones están en línea con:
 - los Objetivos Sanitarios Nacionales
 - las guías en SSYSR del MSP
 - las recomendaciones de organismos internacionales como OMS, UNICEF, FIGO (Federación Internacional Ginecología y Obstetricia).

¹ El lenguaje de esta pauta (por razones de estilo) es no sexista, sin alguna discriminación de género.

PROPÓSITO

Esta guía establece un marco para el desarrollo de actividades de educación para la salud referidas a los cambios que afrontan las mujeres y sus parejas durante el embarazo, parto y puerperio, contribuyendo para que maternidades y paternidades sean disfrutadas en el pleno ejercicio de derechos sexuales y reproductivos.

La educación para el nacimiento es uno de los componentes más importantes hacia el logro de un parto humanizado, siendo éste un derecho de los individuos y un objetivo sanitario del MSP.

Todas las mujeres tienen derecho a recibir el más alto nivel de cuidados en salud, que incluyen el derecho a una atención digna y respetuosa en el embarazo y en el parto sin violencia ni discriminación², siendo obligación de las instituciones del SNIS garantizar este derecho.

La Organización Mundial de la Salud recomienda la preparación para el nacimiento por sus efectos beneficiosos maternos y perinatales, que según evidencia científica favorece:

- Menor grado de ansiedad, manifestando una actitud positiva
- Mayor asistencia al control prenatal
- Mayor disfrute del embarazo y el parto, mejorando su calidad de vida y percepción del proceso
- Mayor y mejor participación de la pareja. Apoyo hacia la mujer durante todo el trabajo de parto, brindando seguridad y mayor contención emocional.
- Adecuada respuesta a las contracciones utilizando las técnicas de relajación, respiración, etc.
- Menor duración total del trabajo de parto
- Menor uso de fármacos en general
- Menor incidencia de cesáreas
- Mejor vínculo con el recién nacido y mayor aptitud para una lactancia natural

Esta guía se ajusta a los lineamientos contenidos en:

- Ley 18426 de Promoción de la SSYSR y su decreto reglamentario 293/2010
- Decreto 378/ 2015 Exoneración de costo de ecografía estructural y Tras vaginal en el embarazo
- Ord MSP 62/2017 Acciones sobre lactancia materna
- Ley 17386/2001 Acompañamiento del parto y su decreto reglamentario 67/2006
- Ley 18335/2008 Derechos y obligaciones de pacientes y usuarios de servicios de salud
- Manual para la Atención a la Mujer en el Proceso de Embarazo, Parto y Puerperio- MSP.
- Plan Nacional de Primera Infancia y Adolescencia-2016
- Declaración de la OMS- Prevención y Erradicación de la falta de respeto y maltrato durante la atención del parto en centro de salud.
- Maternidad Segura y Centrada en la Familia- UNICEF
- Guía Alimentaria para la Población Uruguaya –
- Guía de Orientación Anticonceptiva – MSP

² OMS

OBJETIVO

Orientar a los equipos de salud de las Instituciones, en la implementación de cursos dirigidos a los usuarios y usuarias a partir de las 20 semanas de gestación, para lograr un nacimiento humanizado y consciente, en el marco de los Objetivos Sanitarios Nacionales, con enfoque de derechos y con promoción de derechos sexuales y reproductivos.

Todas las mujeres tienen derecho a ser acompañadas por quien elijan durante el trabajo de parto, parto, cesárea y nacimiento del bebé. La participación de la pareja en la preparación para el nacimiento le permitirá adquirir información relevante y estar presente y activo/a durante todo el proceso de atención prenatal, el nacimiento y los cuidados del bebé.

Las Instituciones deberán fomentar y apoyar la presencia de la pareja o acompañante (sea varón o mujer) en las consultas y el nacimiento, así como su participación en los cursos para el nacimiento, trabajo de parto, parto y puerperio.

POBLACIÓN OBJETIVO

Todas las mujeres embarazadas usuarias de los prestadores integrantes del SNIS y sus acompañantes, nulíparas, excluyendo las mujeres con dos o más cesáreas anteriores.

DISEÑO DEL CURSO

- Se formarán grupos de hasta 20 mujeres con sus parejas o acompañantes elegidos.
- Se iniciarán a partir de las 20 semanas de gestación debiendo completar el curso antes del nacimiento
- El curso contará de un mínimo de 7 encuentros presenciales o virtuales que deberán completar previo al nacimiento.
- Se podrá realizar en cualquiera de las siguientes modalidades:
 - *Modalidad presencial:* se mantendrán los planes de capacitación vigentes, con 7 encuentros presenciales. Las sesiones presenciales tendrán una duración de aproximadamente dos horas.
 - *Modalidad mixta:* se habilitará la posibilidad de aplicar un plan de capacitación con sesiones presenciales (al menos 4 del total) y sesiones virtuales. El mínimo de instancias será de 7, por tiempo total calculado por sesión de 2 horas.

HORARIO y REGISTRO

- Estos cursos deberán dictarse en horarios razonables, amplios y flexibles, pudiendo realizarse de lunes a sábado
- Se tendrán en cuenta horarios que faciliten la participación de mujeres y de hombres trabajadores y la posibilidad de reponer clases perdidas.
- Se registrará la asistencia y se extenderá constancia (por duplicado) de asistencia al curso si:
 - Modalidad presencial: la mujer concurre a al menos 5 encuentros.
 - Modalidad mixta: la mujer completa al menos 6 sesiones (presenciales y virtuales). La sesión no realizada puede ser tanto virtual como presencial.
- La copia de dicha constancia se adjuntará a la historia clínica al momento del parto
- La existencia de dicho comprobante habilitará el marcado en la hoja del SIP del campo “preparación para el parto “



Podrá marcarse en el SIP en caso de que el curso realizado se encuentre validado ante el Ministerio de Salud Pública por los prestadores integrales. Los mismos podrán ser realizados por el prestador de salud, o a partir de estrategias de complementación, por un proyecto conjunto de prestadores.

RECURSOS

Las Instituciones deberán asegurar para lograr este objetivo:

- Recursos Humanos capacitados
- Recursos Materiales
- Ambiente adecuado

a) Recursos humanos

Las Instituciones deben garantizar los recursos humanos que serán los encargados de planificar y desarrollar el contenido del curso de preparación para el nacimiento.

El equipo de preparación para el nacimiento estará coordinado por Obstetra Partera por tratarse de un perfil profesional habilitado legalmente y capacitado para la organización y desarrollo de este proceso.

En la organización, desarrollo y tutorío (presencial o virtual) del curso y sus contenidos se integrará la práctica y conocimiento de otros profesionales:

- Lic. Psicología
- Lic. Trabajo Social
- Lic. Enfermería
- Lic. Nutrición
- Ginecólogo
- Odontólogo o Higienista Dental
- Neonatólogo o Pediatra

La Obstetra Partera será la coordinadora del equipo multidisciplinario.

Están entre sus funciones:

- Adecuar los cursos a la presente guía y la mejor evidencia disponible
- Participar de los cursos y capacitaciones que se puedan realizar al respecto
- Registro de las actividades y asistencia
- Informe para el MSP sobre características del curso y cobertura
- Realizar la evaluación de los cursos teniendo en cuenta las opiniones de los usuarios y los equipos de salud
- Liderar un proceso continuo de mejora de los mismos

b) Recursos materiales

La Institución dispondrá de un ambiente confortable, amplio, bien iluminado y con acceso a servicios higiénicos.

Contará con la privacidad necesaria y los siguientes materiales:

- medios audiovisuales
- pizarrón y marcadores
- sillas cómodas
- pelotas de goma de 75 cm de diámetro
- colchonetas de gimnasio
- emisor de música
- agua
- carpetas, hojas y lapiceras
- material educativo que apoye el tema tratado en cada encuentro

El prestador disponibilizará los recursos propios o de terceros para el acceso a las secciones virtuales de la capacitación.

METODOLOGÍA

La modalidad de trabajo buscará generar espacios en los cuales las participantes se sientan contenidos y que favorezca la expresión de sentimientos y temores, especialmente de las mujeres embarazadas.

Se utilizarán técnicas que permitan trabajar sistemáticamente y de forma estructurada, los aspectos cognitivos, emocionales, de habilidades, etc. Además, es relevante habilitar la oportunidad de expresar, analizar, reflexionar y compartir las ideas previas de las participantes sobre todos estos aspectos.

El contenido del taller será complementario a la información que se brinda en la consulta obstétrica, haciendo hincapié en aquellos temas que por su importancia o por razones operativas son más sencillos abordar en una dinámica grupal. Se debe evitar realizar clases magistrales, buscando dinámicas que promuevan la participación y el planteo de inquietudes de los participantes relacionados con temas de embarazo, parto, crianza, autocuidado y vínculos. Será de particular importancia favorecer la explicitación de las contradicciones entre saberes populares y conocimientos técnicos (conflicto pedagógico), para generar una síntesis nueva que facilite el cambio de las prácticas en la vida cotidiana.

En la medida de lo posible se habilitarán espacios de atención diferenciada a las adolescentes embarazadas creando grupos específicos con la perspectiva de la maternidad en esta etapa y brindando especial atención a los casos de maternidad forzada. Si el número de adolescentes no justifica la creación de un grupo, en los talleres que integren embarazadas adolescentes se enfocarán los temas en forma particular en referencia a esta etapa de la vida.

Se destaca, además, que a partir de la ley N° 19.167 (de Reproducción Humana Asistida) se ha facilitado la gestación en parejas integradas por mujeres, para lo cual los equipos de salud deben estar abiertos y capacitados.

Durante el proceso del grupo y a medida que se profundiza en el conocimiento de sus integrantes, podrían detectarse situaciones que requieren un abordaje individual (depresión, no aceptación del embarazo, consumo de sustancias psicoactivas, violencia basada en género, diagnóstico de malformaciones congénitas, etc). En estos

casos se coordinará una entrevista con el Ginecólogo, Médico, Obstetra Partera tratante u otros perfiles profesionales que puedan colaborar en el abordaje de la situación.

Se deberán crear materiales institucionales de apoyo al curso que reafirmen o complementen los contenidos del mismo.

Durante las dos horas de duración de cada taller se integrarán actividades de educación para la salud, intercambio de información, evacuación de dudas, etc. y la práctica de ejercicios beneficiosos para la gestante (ejercicios respiratorios, verticalidad y el movimiento en el parto, relajación consciente, masajes, manejo no medicamentoso del dolor, ejercicios piso pélvico, etc.) en los cuales se incorporará a la pareja o acompañante.

Se deberá respetar la diversidad en la percepción que cada una tiene sobre su historia y significación del cuerpo.

Se aplicarán dinámicas de juegos, lecturas compartidas, PPT, videos, y más.

Estos temas se irán introduciendo en cada taller, en forma progresiva y a cargo de los profesionales correspondientes de acuerdo al tema que se trata.

Al finalizar cada taller habrá un espacio para preguntas, comentarios y reflexiones.

Se le entregará a cada mujer una carpeta donde irá guardando los materiales alusivos que se le entregan en cada encuentro.

Las sesiones virtuales deberán contener actividades interactivas y no interactivas por tiempo total calculado de aproximadamente dos horas. En ese tiempo se incluye el tiempo dedicado a la visualización de materiales audiovisuales propios o de terceros, lectura de materiales, realización de cuestionarios, encuestas, participación en foros o espacios de reflexión privados, desarrollo de wikis, realización de ejercicios, etc.

Las actividades virtuales podrán ser sincrónicas o asincrónicas de acuerdo al tipo de propuesta pedagógica realizada.

El curso deberá contar con una tutoría virtual por parte del personal encargado del curso para la gestión de los espacios interactivos. Se deberá contar con espacios virtuales para la consulta directa.

CONTENIDOS PRIORIZADOS:

Los cursos deberán abordar los siguientes contenidos en base a la mejor evidencia científica, los derechos y con perspectiva de género y generaciones:

Es necesario que se incluyan los siguientes temas:

- Importancia del control pre-gestacional, obstétrico y neonatal. Objetivos, ventajas y resultados
- Importancia y objetivos de la preparación para el nacimiento
- Cambios fisiológicos del embarazo
- Hábitos saludables en el embarazo. Nutrición. Higiene. Trabajo. Sexualidad
- Derechos de la gestante y su pareja. Licencia maternal y paternal
- Síntomas y signos de consulta precoz

- Trabajo de parto y parto. Etapas del mismo. Duración. Sintomatología esperable. Resultados.*
- Derechos en la asistencia al nacimiento. Prácticas para el nacimiento respetado. Prácticas recomendadas y no recomendadas en la asistencia del parto.*
- Métodos no farmacológicos y farmacológicos para el manejo del dolor
- Cesárea y Forceps. Posibles indicaciones. Riesgos. Consentimiento informado.*
- Llegada del Recién Nacido. Cuidados, estimulación, desarrollo.*
- Cambios, cuidados y motivos de consulta en el puerperio
- Lactancia materna. Fomento vínculo madre – hijo – padre*
- Anticoncepción*

Los temas marcados con un asterisco (*) se deberán presentar de manera presencial, más allá del posible encare que los coordinadores del curso puedan decidir realizar de manera virtual.

La Institución debe:

- dar a conocer el Plan de Curso para el Nacimiento a todo el personal de salud, especialmente aquellos que están en atención directa con mujeres embarazadas, parto y recién nacido, para mejores resultados,
- capacitar al personal de salud sobre asistencia respetada del nacimiento, elaborar y presentar su Plan de Curso para el Nacimiento en base a los criterios generales de esta pauta especificando:

✓ Responsable (Coordinadora) Datos de contacto (teléfono, mail)

✓ Integración del equipo: Nombre completo- especialidad – e mail

✓ Número de clases a dar y carga horaria

✓ Días y horarios de los cursos

✓ Contenido teórico y práctico de cada clase

- informar al MSP lo que este solicite respecto a los cursos de preparación para el parto y las capacitaciones realizadas sobre asistencia respetada del parto.

MATERIAL DE APOYO

Marco legal:

- Ley 17386 de acompañamiento al parto
- Decreto de acompañamiento al parto (amplía la ley 17386)
- Derechos de usuarios de la salud
- Ley de salud sexual y reproductiva
- Prestaciones sociales por maternidad y paternidad
- Ley 18227 de asignación prenatal
- Derechos de la mujer trabajadora. Leyes 11577 y 19161
- Derechos por lactancia
- Ley licencia por paternidad 17930 sector público
- Ley de Interrupción voluntaria del embarazo 118987
- Ley 18426 de Defensa del Derecho a la Salud Sexual y Reproductiva

Guías y material apoyo técnico:

World Health Organization, World Health Organization. Reproductive Health, & World Health Organization. Department of Reproductive Health. (2003). *Pregnancy, childbirth, postpartum, and newborn care: a guide for essential practice*. World Health Organization.

Ministerio de Salud Pública - Uruguay. (2014). *Guía en salud sexual - Manual para la atención a la mujer en el proceso de embarazo, parto y puerperio*. Montevideo: Ministerio de Salud Pública.

Ministerio de Salud Pública - Uruguay. (2018 (sin publicar)). *Recomendaciones sobre prácticas y actitudes en la asistencia del embarazo y nacimiento institucional*. Montevideo: Ministerio de Salud Pública.

Organización Mundial de la Salud - Organización Panamericana de la Salud. (2018). *Recomendaciones de la OMS sobre atención prenatal para una experiencia positiva del embarazo*. Washington: OPS.

U.N.I.C.E.F. (2012). *Bienvenido bebé. Guía completa para el cuidado del recién nacido. 0 a 3 meses*. Montevideo: UNICEF