

# El parto es espacio, apertura y movimiento (2)



## Fase activa

### La fuerza no empuja, la fuerza acomoda:

- En esta fase, promoveremos la activación de los mecanismos expulsivos.
- Facilitaremos la creación de espacio: relajación muscular adecuada, compensación de cadenas musculares, movimientos siguiendo líneas articulares.
- Favoreceremos el pujo y la movilidad.
- Valoración de los accidentes musculoesqueléticos de plano medio y plano inferior junto con musculatura (intra y extrapélvica).
- El suelo pélvico deberá estar lo más tónico y flexible posible para su distensión en dirección ventral.



## Valoración fase activa:

- Evolución Bishop y sensaciones
- posición de la presentación
- flexión y rotación fetal
- descenso fetal
- asimetrías estructurales
- acomodación calota
- movilidad sacrocoxal
- Comportamiento suelo pélvico



## Medidas dilatación:

- favorecer movilidad también en cama con epidural
- buscar decúbito del dorso fetal
- buscar decúbito contrario en deflexiones
- favorecer posición de Sims con apoyos (toallas, cojines, peanut)
- Reproducir movimientos naturales de las articulaciones sacroiliacas y coxofemorales para liberar canal y normalizar tensiones.



## Medidas expulsivo

- animar al pujo espontáneo o suavizar el dirigido
- facilitar la rotación interna
- promover cuclillas con apoyo/fitball
- facilitar la suspensión y elongación
- activación abdominal profunda
- acompañar a las articulaciones en su movimiento natural sin forzar posturas
- facilitar la activación paravertebral
- adaptar la litotomía si es necesario

