



# USO DE LA AROMATERPIA DURANTE EL PROCESO DEL PARTO

Quirós Muriel Carolina Yolanda, Barba Córdoba Inés María, Carmona Romera, Ana Belén  
Matronas del Hospital Infanta Margarita, Cabra – Matrona del Área Sanitaria de Antequera

## INTRODUCCIÓN

El uso de la aromaterapia en el parto se está empezando a introducir en el manejo del control del dolor en el momento del parto, así como en el manejo de las situaciones que se viven antes y después del parto, no sólo a nivel físico sino también a nivel psicológico, en muchas maternidades de este país.

La intención de su uso es poder aprovechar el poder curativo de las plantas con el uso de aceites esenciales y así poder paliar el dolor y poder contribuir a alcanzar una mejoría en el bienestar físico y psicológico de la mujer que está de parto, así como hacer uso de otros métodos de alivio del dolor diferentes a los más frecuentemente utilizados, en el día a día.

Es llamativo el acúmulo de emociones y sensaciones que rodean al proceso de parto y cada vez más son las mujeres que desean y demandan un manejo no farmacológico del alivio del dolor y una alternativa a los métodos tradicionales usados a diario.

Cada vez son más los estudios disponibles y los profesionales que se interesan por este tema y lo ponen en práctica o se están formando para poder usarlo de forma segura.

## OBJETIVOS

Conocer la aplicación y los efectos de la aromaterapia durante el proceso del parto para minimizar las sensaciones de dolor físico y psicológico. IN

## MATERIAL Y MÉTODO

Se ha realizado una revisión bibliográfica sobre los estudios publicados sobre el tema. Se han consultado las bases de datos Pubmed, Cinahl, Scopus, Cochrane, Dialnet y en el buscador Google Académico. Se limitó la búsqueda el intervalo entre el año 2014-2024. Otros criterios de inclusión fueron: acceso al texto completo y texto en inglés o español. Se usaron los siguientes descriptores en inglés: "Aromatherapy", "Complementary Therapies", "Therapeutics" y "Pain Management".

De un total de 9 publicaciones, fueron seleccionadas finalmente 3 donde se abordaba directamente el tema de la aromaterapia en el manejo del parto y se excluyeron el resto por tratar el tema de forma secundaria.



## RESULTADOS

Son numerosos los tipos de aceites esenciales extraídos de las plantas y disponibles en la actualidad, cada uno con unas propiedades únicas y efectos terapéuticos diferentes.

Son numerosos los beneficios que se le conoce al uso de la aromaterapia en el parto, como es el control del dolor, la mejoría en los estados de estrés y ansiedad, produciendo relajación, disminución del temor en los momentos prontos al nacimiento hasta llegando a acortar las etapas del parto, así como capaz de disminuir la intensidad de las contracciones.

Se describe que la forma de actuación es tras la interacción con los receptores sensoriales, estimulando el sistema límbico y produciendo una liberación de neurotransmisores y hormonales que dan lugar a una sensación de mejora real tanto a nivel físico como a nivel emocional. Básicamente está demostrado su uso para alcanzar una mejoría en la reducción de la ansiedad, aliviar el dolor y controlar ciertos síntomas acontecidos durante el proceso de parto, como pueden ser las náuseas, vómitos o mareo.

Su uso se puede ofrecer mediante vía directa inhalatoria, a través de aplicaciones tópicas o haciendo uso de difusores aromáticos, colocados en los paritorios o habitaciones de las gestantes.

La lavanda es la que más se ha estudiado su efectividad como relajante y controlador del dolor del parto, siendo así la esencia más utilizada, seguida de otras como: geranio, manzanilla, incienso, rosa damascena.

## CONCLUSIONES

Como conclusión general podemos decir que aún no existe evidencia suficiente para poder describir todos los efectos beneficiosos que tiene la aromaterapia usada en el proceso del parto, para el tratamiento del dolor tanto físico como psicológico, dado la cantidad de plantas existentes, y la dificultad para conseguir muchas de ellas y poder realizar estudios científicos.

Se necesita más investigación en este tema, así como más estudios científicos para poder hacer extensivo su uso de forma universal y unilateral. Aun así, son muchos los estudios clínicos que podemos encontrar y muchos de ellos aún en estudio, actualmente

La aromaterapia debe complementar a la atención médica y de la matrona, dada en todo el proceso del parto, así como sólo hacer uso de ella si se está formado en su uso correcto, aplicabilidad y seguridad en todo el proceso de embarazo y parto.

## BIBLIOGRAFÍA

Cañabero Rodríguez MC, Fernández Sancho A, Gregorio Jordán M, Salet García C, Becas Azagra M, Blasco Lázaro I. ISSN-e 2660-7085, Vol. 5, Nº4, 2024. Dialnet 2024.

Angarita-Navarro AM, Casas-Cárdenas PD, López-Aguirre JP. Uso de aromaterapia en gestantes: una revisión de la literatura. Rev. Cienc. Cuidad. 2022

Palet-Rodríguez M, Torrubia-Pérez E. Utilidad de las terapias complementarias en el manejo de dolor durante el parto: una revisión integradora. Enferm. glob. vol.22 no.70 Murcia abr. 2023 - Epub 26-Jun-2023.