



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO X – N. 24 – 2016

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n24/072.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN en "¿REGISTRAMOS O CUIDAMOS?" **Forandalus 2016 - VIII Reunión Internacional de Investigación en Enfermería – III Reunión del Grupo Aurora Mas**, reunión celebrada del 15 al 16 de abril de 2016 en Zaragoza, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título Educación maternal basada en la sofropedagogía
obstétrica
Autores M^a Teresa Aragón Núñez, Inmaculada Cubillas Rodriguez,
Inmaculada García Rojas
Centro/institución Hospital Materno-Infantil de Málaga
Ciudad/país Málaga, España
Dirección e-mail maiteabril@hotmail.com

RESUMEN

Justificación/Objetivos: Revisar la bibliografía existente sobre la influencia de la educación maternal basada en la sofrología, evidenciando los beneficios existentes entre los resultados obtenidos en el proceso de parto, tanto para la madre como para el bebé.

Diseño: Revisión bibliográfica.

Metodología: Se realizó una búsqueda bibliográfica en Julio de 2015, en las bases de datos Pubmed, Cochrane, Cinahl, Scielo, Cuiden, y Google Académico, con las palabras clave; Educación antenatal; pedagogía; parto obstétrico; embarazo abdominal; dolor.

Resultados principales: La psicoprofilaxis obstétrica representa un cambio de actitud hacia los aspectos psicológicos relacionados con el parto, y un respeto hacia las vivencias de la pareja. Aguirre de Cárcer funda la escuela de "Sofropedagogía Obstétrica o Educación Maternal" introduciendo el entrenamiento sofrológico y el reforzamiento de la relación madre-hijo. Cambia el enfoque del dolor de parto por un nuevo patrón sociocultural, donde los padres, adquieren los conocimientos necesarios para afrontar su parto con serenidad, sin miedo, viviéndolo con plena conciencia y satisfacción. Las sesiones de Educación maternal por Sofropedagogía Obstétrica parecen tener una incidencia especialmente directa en el dolor que las embarazadas experimentan en el momento del parto, se ha podido relacionar el nivel de betaendorfinas en suero con el grado de dolor. Mejora significativamente la actitud y colaboración de la mujer en todas las fases del parto, sobre todo en las primípara, duración media de la fase activa del período de dilatación significativamente menor, y reducción del número de partos instrumentales.

Conclusión: La Educación Maternal forma parte de la oferta sanitaria pública en la Comunidad Autónoma Andaluza, y actualmente está plenamente integrada entre las actividades de la Atención Primaria. Parece evidente la influencia que dicha preparación presenta sobre ciertos parámetros obstétricos y la vivencia subjetiva de la pareja en todo el proceso que rodea al nacimiento de un hijo.

ABSTRACT MATERNAL EDUCATION BASED ON THE OBSTETRIC SOPHROPEDAGOGIC METHOD

Obstetric Psychoprophylaxis has been an important change of attitude towards issues related to pregnancy, delivery and respect of parent's experience. the Obstetric Sophropedagogic Method or Maternal Education was established by Aguirre Cárcer. He was the first to introduce the mother – infant attachment in sophrology training based on intervention. The idea of a painful labour is changed by a new socio-cultural approach, where parents have acquired the knowledge to face delivery issues with calm and without fear. The aim of this research is to perform a literature review to determine the impact and effectiveness of maternal education based on sophro-pedagogy, when this method is applied.

Key-words: Prenatal education/ Teaching/ Delivery obstetric/ Pregnancy abdominal/ Pain.

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Introducción

En la asistencia a la mujer en trabajo de parto el apoyo psicológico por parte de la matrona ha sido una constante en todas las épocas y civilizaciones.

A pesar de que la asistencia al parto ha experimentado grandes cambios en los últimos años, que se han concretado básicamente en una tecnificación y en una mejoría de los resultados perinatales, desde el punto de vista de la parturienta hemos aportado pocos elementos que contribuyan a mejorar dicha experiencia como un suceso gozoso. En este aspecto, sin duda la preparación al parto o a la maternidad, o psicoprofilaxis obstétrica, ha sido una de las aportaciones más importantes, no sólo por el método en sí, sino porque ha representado un cambio de actitud hacia los aspectos psicológicos relacionados con el parto, y un respeto hacia las vivencias que supone, no sólo para la mujer, sino también para la pareja.¹

Los orígenes de lo que hoy entendemos por preparación al parto se remontan a no mucho tiempo atrás. Los primeros intentos de ayuda psicológica al parto se dieron a partir de la hipnosis en la mitad del siglo XIX, cuando se descubre que mediante la hipnosis se puede influir sobre los dolores de parto. Fue en Francia donde Foissac (1829) lleva a cabo los primeros partos bajo analgesia hipnótica, utilizándose esta técnica junto a la de sugestión vigil o la hipnosis en vigilia hasta 1965.²

Desde entonces son numerosos los métodos que aparecen, desde el entrenamiento Autógenos de Schultz , al método de Relajación Progresiva de Jacobson. Así como distintas escuelas, la Inglesa de Grantly Dick Read frente a la rusa de Velvoski, Nicolaiev y Platonov.^{3,4,5,6}

Sin embargo, no es hasta 1952 cuando se extiende realmente la preparación al parto gracias al método del parto indoloro de Lamaze y Vellay, Escuela Francesa.³ Ya en España, en 1955, la matrona Consuelo Ruiz presenta su libro "El parto sin dolor" con las nuevas tendencias⁷ y en 1956, el Dr. Aguirre de Cárcer funda la escuela de "Sofropedagogía Obstétrica o Educación Maternal". Introduce un cambio sustancial al dejar el enfoque del dolor en el parto por el de conseguir un nuevo patrón sociocultural, donde la mujer y la pareja, adquieren los conocimientos necesarios para afrontar su parto con serenidad, disminuyendo sus miedos, viviendo este momento trascendental en su vida con plena conciencia y satisfacción.³

La Sofropedagogía Obstétrica creada por el Dr. Aguirre de Cárcer , está basada en una gran experiencia personal unido a las enseñanzas del fundador de la sofrología, el neuropsiquiatra colombiano Alfonso Caycedo.³ La Sofrología es una escuela científica que estudia la consciencia humana y los valores existenciales del ser. Fue creada por el

médico neuropsiquiatra, el Dr. Alfonso Caycedo.¹ Etimológicamente significa el estudio de la consciencia en equilibrio (del griego sos, equilibrio; phren, consciencia y logos, estudio). La Sofrología utiliza una serie de técnicas psicofísicas, que desarrollan el equilibrio cuerpo-mente y promueven el fomento de los valores del individuo. Están inspiradas en métodos orientales como el yoga, budismo y zen y adaptadas a nuestra mentalidad y forma de vida.⁸

El Dr. Aguirre de Cárcer introdujo en la preparación a la maternidad aspectos novedosos como el entrenamiento sofrológico y el reforzamiento de la relación madre-hijo, contribuyendo con su programa educacional a preparar ampliamente al personal sanitario de todo el país.¹

Tras estudiar a 20.000 gestantes preparadas³, esta Escuela parte de una idea básica: en el parto, y por lo tanto, en el dolor que produce, no sólo influyen el condicionamiento negativo creado por la palabra o el miedo, o los factores socioculturales de los antropólogos, sino la personalidad entera de la mujer y el contexto en el que vive: su deseo de ser madre, la educación rígida o permisiva que haya recibido, si trabaja, la buena o mala relación con su marido, sus relaciones sexuales, el ambiente familiar, etc. Una preparación adecuada para el parto implica, entonces, trabajar sobre la personalidad diferente de cada embarazada de modo que la mujer pueda conseguir por sí misma un parto dentro de la máxima armonía y serenidad.

Esta Escuela considera, asimismo, que el problema del parto debe ser planteado desde un contexto mucho más amplio que el correspondiente al parto en sí; no se trata sólo de un parto sino de una futura maternidad. En ésta el parto es un aspecto, un episodio, un capítulo, unas horas, sin duda muy importantes, pero sólo unas horas. Ser madre es mucho más que eso.³

El objetivo de esta Escuela es muy ambicioso, no se trata de una simple profilaxis psíquica de la mujer en un momento crucial de su vida como es la maternidad. Su profilaxis consistirá, por tanto, no sólo en evitar el dolor de la contracción sino en impedir la aparición en la embarazada de una sintomatología psíquica: temores profundos, angustias, fobias, etc., o de síntomas psicósomáticos; náuseas, vómitos, inapetencias, lumbalgias, insomnio, etc.

La educación maternal por sofropedagogía obstétrica intenta algo más, quiere aprovechar el embarazo para que la mujer alcance su maduración psicológica. Es lo que Laín Entralgo ha llamado “Medicina Mejorativa”, ya que no basta con estar bien, si se puede estar mejor.² A la educación maternal tal como fue creada por el Dr. Aguirre de Cárcer no le basta con que la mujer llegue a su maternidad somáticamente sana, lo que pretende es que también llegue madura psicológicamente, lo cual va a repercutir en el desarrollo de su hijo, creando lo que Aguirre de Cárcer define como “urdimbre afectiva”.³

La preparación sofrológica tiene como objetivo primordial fomentar y prevenir la salud de la familia a través de la orientación de ambos frente al proceso de su maternidad-paternidad, favoreciendo así la futura relación padre-madre-hijo que se establecerá, y que constituirá la clave del desarrollo equilibrado de una futura personalidad humana. La salud de la madre es el punto de partida del ciclo vital del ser humano. Una adecuada asistencia a la madre en este período abarca, además del control obstétrico, una información correcta y un entrenamiento personal que le permita participar activamente y de una manera consciente y responsable en todo el proceso de su maternidad.

Con la preparación a la maternidad se modifican ciertos parámetros psicológicos. En primer lugar, existe un cambio en la conducta en el parto, dándose con más frecuencia comportamientos satisfactorios durante el mismo, y es demostrable también una disminución del miedo al parto.¹

Sobre la relajación basada en el método sofrológico se ha afirmado:” *la relajación es un estado en el que se refuerza la integración del esquema corporal modificado por la gestación y en el que se pueden percibir de manera especial los movimientos fetales, siendo un elemento adicional que contribuye a la mejor identificación del hijo. El estado de relajación, sin llegar a la hipnosis, es un estado en el que se refuerzan y se integran las sugerencias, y permite la vivencia anticipada del próximo parto. Estos resultados se obtienen tanto con la relajación estática clásica, como con la relajación dinámica de Caycedo, que en su grado III proporciona un mayor control de las sensaciones y una mayor independencia de la mujer para enfrentarse a las contracciones, permitiendo una mayor libertad de posición durante el parto, lo que en el Hospital Clinic de Barcelona hemos comprobado que mejora la evolución del parto.*”¹

Objetivo

Revisar en la bibliografía existente la influencia de la educación maternal realizada a través de la psicoprofilaxis obstétrica basada en la sofrología sobre el trabajo de parto, y comprobar si existen beneficios obstétricos para la parturienta y el bebé.

Metodología

Se realizó una búsqueda bibliográfica en Julio de 2015, en las bases de datos Pubmed, Cochrane, Cinahl, Scielo, Cuiden, y Google Académico, con las palabras clave; Educación antenatal; pedagogía; parto obstétrico; embarazo abdominal; dolor.

Se realiza una primera búsqueda acotando el tiempo de estudio entre 2005 y 2015. En esta búsqueda seleccionamos sólo 3 artículos. Posteriormente realizamos una segunda búsqueda sin aplicar límites a la fecha de publicación. En este caso seleccionamos 16 artículos, 6 de ellos de la década de los 80 y el resto de la década de los 90. Debido a la escasez de publicaciones respecto a este tema aceptamos estas publicaciones.

Los idiomas utilizados en los artículos eran el español y el inglés.

Para la selección de estudios se revisaron los títulos y resúmenes y se seleccionaron los más relevantes. Para decidir qué estudios se incluían en el análisis se tuvo en cuenta la adecuación al objetivo del estudio.

Resultados

En un estudio realizado sobre las repercusiones de algunas características personales y contextuales que rodean a la embarazada durante el tiempo que asisten a las sesiones de educación maternal por Sofropedagogía Obstétrica, concluyen que **“*existen fundamentalmente tres variables que parecen tener una incidencia especialmente directa en el dolor que las embarazadas experimentan en el momento del parto, y son: el trabajo de la embarazada, el tipo de trabajo y el miedo anticipatorio ante el parto*”**. Las diferencias en estas tres variables entre unas y otras embarazadas parecen conducir a resultados diferentes durante el parto, lo que aconseja una apropiada evaluación al inicio de la preparación al parto, para propiciar un tratamiento individualizado en cada caso. De los resultados se desprende la necesidad de que las embarazadas que trabajan fuera del hogar traten de llegar al parto tras un período suficiente de descanso y relajación que les permita afrontar éste en las mejores condiciones.⁹

En otro estudio sobre el comportamiento de las mujeres preparadas con educación maternal que incluye una relajación basada en técnicas sofrológicas, encontramos lo

siguiente: *“el método que utilizamos de preparación al parto mejora significativamente la actitud y colaboración de la mujer en todas las fases del parto, siendo el resultado más significativo en las primíparas”*.¹⁰

Otra investigación aporta un estudio sobre las repercusiones obstétricas de la educación maternal siguiendo el esquema de Aguirre de Cárcer concluyendo: *“en las mujeres preparadas con este método hay una evidente tendencia al menor empleo de analgesia e intervenciones, aumenta significativamente la proporción de comportamientos excelentes en el parto, sobre todo en las primíparas, y la duración media de la fase activa del período de dilatación es significativamente menor, también de forma más acusada en las primíparas. Ese acortamiento del período de dilatación estaría relacionado con el comportamiento menos ansioso y angustiado de la gestante, así como con la utilización de técnicas de respiración y relajación sofrológicas, cuya consecuencia sería una menor inhibición sobre la contractilidad uterina”*⁹

Otros autores publican un informe sobre los efectos obstétricos de la educación maternal por Sofropedagogía Obstétrica con similares conclusiones al referido anteriormente, añadiendo una mayor incidencia de partos espontáneos y una reducción del número de partos instrumentales, sobre todo las vacuo extracciones y las cesáreas.¹¹

También se ha evidenciado la mejoría global de la función respiratoria en las gestantes de tercer trimestre que han seguido un curso completo de Educación Maternal por Sofropedagogía Obstétrica. El grupo de mujeres preparadas con este método mostró diferencias significativas en la capacidad vital, el volumen espiratorio en un segundo, la máxima ventilación voluntaria indirecta y el flujo mesoespiratorio forzado, frente al grupo control. Dichos autores concluyen: *“la mejoría global de la función respiratoria con la Sofropedagogía Obstétrica permite concluir que dicha técnica es recomendable como medida preparatoria del parto, con independencia de otros beneficios ya ampliamente demostrados (capacidad de relajación, colaboración materna, acortamiento de los períodos de dilatación y expulsivo, etc.)”*¹²

Un estudio demostró que en el caso de una cesárea, la recuperación después de la intervención tras una preparación sofrológica era significativamente más rápida (menos días de hospitalización) en comparación con un grupo control.⁸

Se ha podido observar que las parejas preparadas con este método que acuden a los centros hospitalarios para finalizar la gestación presentan actitudes más positivas, total conciencia de su parte activa en el proceso de embarazo y nacimiento, y el relato de una vivencia muy satisfactoria, lo que también repercute de forma directa en el bienestar del bebé.³

En un estudio clínico controlado y aleatorizado, que se llevó a cabo durante el período de enero 2004 a diciembre 2007, en el Instituto de Educación Maternal de la ciudad de Concepción del Uruguay, se relacionan el nivel de betaendorfinas en suero con el grado de sensación dolorosa que percibe la mujer, durante el trabajo de parto. Se comparan dos grupos de pacientes en idénticas condiciones obstétricas, diferenciándose entre sí solamente por su preparación sofropedagógica para el parto. Se concluye que existe una asociación positiva entre niveles de beta-endorfinas y sensación dolorosa, por un lado, y por otro, que las pacientes psicopreparadas mediante el método de sofropedagogía obstétrica enfrentan con mejores estrategias el trabajo de parto y el parto, de lo que resulta una menor sensación dolorosa y niveles menores de beta-endorfinas.¹⁵

En cuanto a los beneficios para los bebés de madres preparadas con el método sofrológico se demuestra que el estado de los recién nacidos a las 24 horas, y sobre todo al 8º día, es excelente y en el test comparativo con el correspondiente a los nacidos de no preparadas, los resultados son francamente superiores en los nacidos de partos de madres preparadas.³ Estudios de la escuela de Vellay (París) han demostrado, asimismo,

que los niños nacidos de partos preparados son más tranquilos y presentan una coordinación nerviosa más perfecta.^{2,3} También se ha comprobado que el desarrollo psicomotor en estos niños es ligeramente más avanzado. Como apunta el Dr. Aguirre de Cárcer en su libro, las madres que han dado a luz por este sistema adoptan frente a sus hijos una actitud pedagógica más racional que las otras madres.³ Los trabajos de la escuela francesa (P. Vellay), italiana (Miraglia) y española (Aguirre de Cárcer) han demostrado claramente los beneficios que para el niño suponen la preparación.³ Diversos autores afirman la existencia de un mayor bienestar en el recién nacido de madres que reciben educación maternal siguiendo el esquema de Aguirre de Cárcer, demostrado por mejores puntuaciones en el índice de Apgar al minuto de vida y por unos valores más altos en el pH de la arteria umbilical. Esto puede ser debido al mejor comportamiento materno durante el parto, lo que daría como consecuencia unas condiciones metabólicas neuromusculares más adecuadas, o como segunda opción, podría deberse a una mejor oxigenación, lo que repercute de forma favorable sobre el estado fetal al ofrecer por vía placentaria un mejor intercambio de gases y de metabolitos ácidos.⁹

Conclusiones

La Educación Maternal forma parte de la oferta sanitaria pública en la Comunidad Autónoma Andaluza desde hace ya algunos años, y actualmente está plenamente integrada entre las actividades de la Atención Primaria. Como resultado más importante destacamos la satisfacción que genera en las embarazadas y sus parejas a nivel personal, pero también se han planteado otras ventajas más tangibles y objetivas: mayor rentabilidad en cuanto a costes hospitalarios, relacionados con obras de hospitalización y acortamiento del período del parto, aumento de partos eutócicos en relación con los partos distócicos y cesáreas, e influencia en cuanto a tasas de lactancia natural, entre otras.¹⁵

Cuando hablamos de preparación a la maternidad por Sofropedagogía Obstétrica, nos referimos a un proceso de mentalización progresiva para aprender que tan necesario como preparar al parto, es preparar la llegada de un nuevo ser al mundo. El establecer todo un proceso de preparación a la maternidad según este método tiene como objetivo el brindar una auténtica cobertura a la salud integral de madre e hijo.

Parece evidente la influencia que dicha preparación presenta sobre ciertos parámetros obstétricos y la vivencia subjetiva de la pareja en todo el proceso que rodea al nacimiento de un hijo.

En esta época de la Obstetricia, en la que parece haber triunfado la tendencia a la máxima especialización, crece cada día más el sentimiento de que si lograr seguridad en el proceso es mucho, lograr equilibrio y bienestar lo es todo.

El parto es el trance histórico de la existencia que marca el inicio de la andadura vital, y es preciso favorecer y lograr que la mujer y su pareja se enfrenten a él con un adecuado equipamiento no sólo físico sino también mental, y la Sofropedagogía Obstétrica del Dr. Aguirre de Cárcer persigue la educación colectiva del personal que atiende partos en esta dirección.

Creemos necesario resaltar las ventajas que oferta la preparación a la maternidad por el método sofrológico respecto a otros métodos o técnicas, así como avanzar en un campo de la investigación obstétrica que está poco estudiado a nuestro parecer. Vivimos en la Era tecnológica y los estudios referentes al parto y nacimiento se centran en la salvaguarda de los intereses materno-fetales a nivel físico, descuidando temas tan importantes como el incorporar a la preparación al parto elementos cualificados

provenientes de la psicología y la utilización de nuevas técnicas psicosomáticas¹⁹, con un doble objetivo: lograr la maduración de la mujer y su mejor adaptación al papel de madre, convirtiendo el parto en una vivencia positiva, y en segundo lugar, la psicoprofilaxis del dolor en el parto, que fue su objetivo inicial.

A nivel social, existen innumerables condicionantes negativos relacionados con el parto con los que se encuentran las embarazadas a diario, y por otro lado, el parto se vive como una situación cada vez más lejana en nuestra sociedad, dada la escasez de partos domiciliarios; y llama la atención la escasez de estudios en relación a la búsqueda de métodos facilitadores del parto, un tema de gran importancia por la repercusión social que tiene¹. Y en este aspecto es importante destacar los beneficios que supone la preparación al parto para contrarrestar la imagen social negativa que éste tiene.

Por otro lado nos ha llamado la atención que la mayoría de la bibliografía encontrada sobre la psicoprofilaxis obstétrica y concretamente sobre la sofrología data de los años 80 a 90. Creemos que sería útil realizar nuevos estudios que revisen los efectos de la educación maternal como psicoprofilaxis obstétrica. De este modo renovaríamos la justificación del proceso de educación maternal en nuestra población, así como la valoración de nuestra labor como matronas.

Bibliografía

- 1.-Fabre González E. Manual de asistencia al parto y puerperio normal. Sección de Medicina Perinatal de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia. Editorial Luis Vives. 1993. Zaragoza.
- 2.-Becerro de Bengoa, Callau C. Efectos beneficiosos del método psicoprofiláctico en el parto. *Revista de Sanidad e Higiene Pública*. 1987; 61 (7-8): 751-758.
- 3.-Aguirre de Cárcer A. Preparación a la maternidad. 10º edición. Madrid: Morata, 1989.
- 4.-Gómez Ruiz M. Preparación al parto. Antiguas y nuevas técnicas. *Enfermería científica*. 1995; 156-157:38-40. Gómez Ruiz, MD.
- 5.-Fernandez y Fernandez-Arroyo, Matilde. Análisis comparativo de las principales Escuelas de Educación Maternal. *Index Enferm* [online]. 2013, vol.22, n.1-2, pp. 40-44. ISSN 1132-1296. <http://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962013000100009>
- 6.- Tte. Enfra. Guadalupe del Socorro Chable-Uitz, Tte. Enfra. Karla García-Cruz Hospital Militar de Especialidades de la Mujer y Neonatología. Ciudad de México. Ventajas de la psicoprofilaxis perinatal. *Rev Sanid Milit Mex* 2013; 67(3) May -Jun: 106-114.
- 7.-Ruiz Vélez-Frías C. Cartilla para aprender a dar a luz. 1ª ed. Madrid: Talasa; 1998.
- 8.- Dra. Natalia Caycedo, Dr Koen van Rangelrooy. Conclusiones Jornada de Sofrología. Madrid. Instituto Internacional de Sofrología Caycediana; 7 de Mayo de 2010.
- 9.-Ruso de Lago B, Peralbo Uzquiano M. Las diferencias individuales ante la preparación para el parto. *Enfermería científica*. 1994; 146-147: 52-56.
- 10.-Sebastiá G. Experiencias e investigaciones de una UEM. *ROL Enfermería*. 1983; 6(57):48-52.
- 11.-Forido J, Cuenca C, Ramirez A. Repercusiones obstétricas de la Educación Maternal. *Revista Española de Obstetricia y Ginecología*. 1981;40(264): 412-423.
- 12.-Marín Musso JM, López López E, Martos Gutierrez E. Efectos obstétricos de la Educación Maternal. *Progresos de Obstetricia y Ginecología*. 1982; 25(6): 399-404.

- 13.-Robert J, Suarez FJ, Escanero JF, Hergueta J, Pérez-López FR. Efectos de un programa de Educación Maternal (Sofropedagogía Obstétrica) sobre la función respiratoria en gestantes del tercer trimestre. Revista Española de Obstetricia y Ginecología. 1985; 44(302): 537-541
- 14.-Instituto internacional de sofrología caydeciana. <http://www.sofrologia.com/>
- 15.-Evaluación de la eficacia del método de Sofropedagogía Obstétrica mediante el dosaje de Beta-Endorfinas.Manuele, Eduardo, Arca , Manuel, Arca, Francisco, Gorischnik, Margarita, Leiva, Carina, Schuler, Ema, Viera, Ma. Noelia. Evaluación de la eficacia del método de Sofropedagogía Obstétrica mediante el dosaje de Beta-EndorfinasCiencia, Docencia y Tecnología [en línea] 2010, XXI (Mayo). Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14515290007>> ISSN 0327-5566
- 16.- Ruiz Plaza JM, Espinaco Garrido MJ, Román Oliver J. Influencia de la educación maternal sobre la actitud de la parturienta. Hygía.1997;35:11-15.
- 17.-Salvatierra V, Cuenca C. Estado actual de la Psicoprofilaxis Obstétrica. Med Clin (Barc) 1985; 84: 566-569.
- 18.- Aguirre de Cárcer A. Lecciones de Educación Maternal. Madrid: Edición del Autor,1979.
- 19.- Salvatierra V, Cuenca C. Estado actual de la Psicoprofilaxis Obstétrica. Med Clin (Barc) 1985; 84: 566-569.
- 20.- Sebastián G. Obstetricia: Psicoprofilaxis del parto. ROL Enferm 1983; 6(56):58-63.
- 21.- Agraz Patiño E. Psicoprofilaxis obstétrica. Reflexiones sobre el concepto. Matronas hoy 1994; 4:8-10.
- 22.- García Acevedo ML, Merino P, Pérez Sáez P, González A. Influencia materno-fetal de la preparación física al parto. (Educación maternal), en el estado materno-fetal. Acta Ginecológica 1992; 49 (9): 376-381.
- 23.- Grifol R, Martínez I, Soriano J, Royo I, Minguez J, Monleón J. Ansiedad y actitud ante el parto tras el curso de psicoprofilaxis obstétrica. Acta Ginecológica 1994; 51 (1): 14-19.
- 24.- Gala León FJ, Díaz Rodríguez M, Lupiani Giménez M. Los métodos de educación maternal: una revisión histórica. Rev ROL Enferm 1993; 173:41-44.
- 25.- Rochas Calvo AM. Eficacia de la psicoprofilaxis obstétrica. Enfermería Científica 1994; 150-151: 18-26.
- 26.- Becerro de Bengoa Callau C, Clavero Núñez J. Gradación dolorosa y beta endorfinas en psicoprofilaxis obstétrica. Acta Ginecológica 1998; 55 (5): 149-152.
- 27.- Molina Salmerón M, Martínez García AM, Martínez García FJ, Gutiérrez Luque E, Sáez Blázquez R, Escribano Alfaro PM. Impacto de la educación maternal: vivencia subjetiva materna y evolución del parto. Enferm Univ Albacete 1996;6:20-29.
- 28.- Sección Española de la Escuela Internacional de Sofrología. <http://www.sofro.net/index.htm>