



DIARIO ENFERMERO

Preparación al parto online para evitar riesgos ...



Una matrona idea un sistema de conexiones virtuales para asesorar a mujeres gestantes de zonas rurales

Publicado por: Diario Enfermero on: abril 01, 2021 En: COVID-19

REDACCIÓN.- María Pilar Sánchez Collado, es enfermera-matrona en el centro de salud de Buñol (Valencia) y ha ideado un sistema de conexiones virtuales para mujeres embarazadas de zonas rurales con el que resuelve dudas y emite consejos para las gestantes. Pilar ha explicado que inició su proyecto para impartir cursos de atención preparto y de lactancia, pero con el confinamiento por COVID-19 ha ampliado su asesoría profesional a otras facetas del embarazo y la pediatría como la vacunación o la alimentación del bebé. Su iniciativa ha ayudado ya a decenas de mujeres que reciben sus recomendaciones, tanto para su salud, como la de sus bebés.

¿Cuándo y cómo se le ocurrió la iniciativa de realizar conexiones virtuales con las mujeres embarazadas?

Fue a mediados de marzo de 2020, cuando se inició el confinamiento por la pandemia de COVID-19. Cuando se cancelaron todas las citas presenciales para evitar contagios. Había una docena de embarazadas que asistían a unos cursos de Educación Maternal que impartíamos en el centro de salud de Buñol. Fue entonces cuando estas mujeres me llamaron para ver cómo podíamos mantener estas charlas.

“ Al principio se inició con un grupo de WhatsApp desde nuestros teléfonos»

Y en ese momento puso en marcha el sistema telemático...

Es curioso, pero al principio se inició con un grupo de WhatsApp desde nuestros teléfonos. Todas tenían mi móvil personal y quedamos en hacer una videoconferencia con Zoom a través de un enlace que les envié. Aunque dejé claro que sólo utilizaran el grupo para cuestiones relacionadas con asuntos de maternidad. Una cuestión que siempre han respetado. Todo fue muy bien y cuando se lo comenté a mi coordinadora del centro de salud

me instalaron un ordenador y una cámara para poder realizar las conexiones virtuales. Debo agradecer a las responsables del centro de salud de Buñol todo su apoyo porque atendieron mi demanda de forma muy rápida y diligente.

¿Cuántas embarazadas estaban en esta situación?

En un principio había 12, pero en función de los partos y de nuevos embarazos entran y salen de las charlas telemáticas. Suelen haber siempre unas 10 porque, tras el parto, muchas se quedan, especialmente cuando son primerizas, para recibir consejos cuando los bebés son recién nacidos.

¿Desde cuándo ofrecen estas videoconferencias?

Desde abril de 2020, cuando estábamos inmersos en el confinamiento más duro, hasta ahora que ya las hemos perfeccionado.

¿Con qué frecuencia realizan los encuentros digitales?

Como inicialmente se realizaban presencialmente en el centro de salud de Buñol una vez a la semana a las 12.00 horas, hemos mantenido la periodicidad semanal pero ahora de forma telemática.

“ También interviene la enfermera pediátrica Carmen Ocaña»

¿Qué consejos ofrecen?

Básicamente las cuestiones de atención al parto y de lactancia. Pero también explicamos el calendario de las vacunas para los bebés y todo lo que tiene que ver con su alimentación. En las mismas conexiones también interviene la enfermera pediátrica Carmen Ocaña (especialista en resolver los problemas de salud infantil) y otras compañeras para atienden las odontopediátricos.

¿Habrá obtenido capacidad docente después de un año con conexiones telemáticas?

Digamos que te acostumbras. En mi caso ya estaba acostumbrada porque participaba, junto a otras compañeras matronas, en las charlas sobre educación sexual para los jóvenes que se imparten en los institutos. La participación en el Programa de Intervención en Educación Sexual (PIES) ya nos quitó el miedo escénico.

“ Con esta ventana virtual logramos entrar en sus hogares»

¿Qué relación tienen con las asistentes a las conexiones virtuales?

Pues muy cercana. Son personas que viven en casas aisladas fuera del casco urbano. Por eso, además de ofrecer asesoría profesional, mostramos nuestra amistad y apoyo emocional. Son mujeres que, en muchos casos, pasan solas muchas horas al día y, con esta ventana virtual, logramos entrar en sus hogares. Nos presentan a sus maridos y vemos sus mascotas. Todos necesitamos relacionarnos durante este tiempo de toques de queda, restricciones de movilidad y confinamiento. Mantenemos una excelente relación y nos tratamos como amigas.

Supongo que muchas embarazadas servirán de referencia para otras que estén en la misma situación...

Por supuesto, entre todas hacemos una especie de terapia de grupo. Cuando una gestante pregunta algo, siempre hay quien expone que ella ya lo ha pasado y aporta su experiencia al resto de las asistentes. Es muy agradable recibir los consejos no sólo de sus matronas, sino también de compañeras y amigas que puede describir en primera persona su experiencia.

Cíteme algunas preguntas que le han planteado hace poco.

Pues muchas. Todos los días abordamos temas concretos, pero algunas se centran en qué champú deben utilizar para los bebés, qué tetinas, chupetes o sobre la funcionalidad de los sacaleches.

¿Ha notado un aumento o descenso los embarazos por la pandemia?

Pues curiosamente al principio de la pandemia aumentaron. Las parejas pensaban que el tema del COVID-19 iba a pasar pronto y crecieron los embarazos. Sólo había detectado una situación similar y fue en 2010 cuando España ganó el Mundial de Fútbol de Sudáfrica. Sin embargo, con el trascurso de los meses y la incertidumbre (social y laboral) se han ido reduciendo considerablemente.

“ El embarazo en soledad genera estrés y temor a contagiar al bebé»

¿Ha detectado miedo entre las embarazadas?

Mucho. El embarazo en soledad genera estrés y temor a contagiar al bebé. Se debe tener en cuenta que durante el embarazo una mujer sufre muchos cambios físicos y psicológicos que, en el caso de las madres primerizas, generan ansiedad si no están acompañadas. Si a eso sumamos la soledad y la incertidumbre por el temor al contagio y transmitirlo a sus bebés el pánico se extiende.

“ También hay personas de grandes ciudades que han pedido conectarse»

¿Todas las mujeres eran del ámbito rural?

No. También hay personas de grandes ciudades que se han enterado del servicio y han pedido conectarse. Se debe tener en cuenta que cuando comenzó la pandemia muchas personas decidieron abandonar las ciudades, alentadas por el teletrabajo, y acudieron a su segunda residencia. Eso ha ocurrido con muchas embarazadas, que han optado por acudir a un ambiente más tranquilo que el que se vive en las ciudades. Muchas mujeres viven en casas en el monte y agradecen contactar con otras que viven en otras zonas más urbanizadas. Siempre enriquece saber cómo viven otras personas y qué hábitos de vida tienen.

¿Qué poblaciones incluía el proyecto?

Buñol, Macastre, Yátova y Alborache. Pero lo hemos ampliado con embarazadas y madres de otras zonas que se han ido sumando.
