

FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA
SALUD



Carrera de Obstetricia

“PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA VIRTUAL COMO APOYO DURANTE EL TRABAJO DE PARTO EN GESTANTES EN UN ESTABLECIMIENTO DE SALUD PÚBLICA, LIMA, PERÚ 2021”

Tesis para optar el título profesional de:

Obstetra

Autora:

Karem Patricia Huaman Olivo

Asesor:

Mg. Lily Carmina Callalli Palomino

Lima – Perú

2021

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres que me apoyaron en todo momento, sobre todo a mi padre que me permitió estudiar y continuar con este sueño de seguir creciendo más.

A mis hermanas que siempre están conmigo apoyándome en todo momento.

A mi abuela que aún la tengo conmigo y que se siente orgullosa de lo que estoy consiguiendo poco a poco.

A Dios por permitirme seguir por este camino y no dejarme sola en todo momento.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis padres por brindarme la oportunidad de estudiar, y su apoyo incondicional.

A la obstetra Lily Callalli por guiarme y brindarme su tiempo en las asesorías, para poder culminar con la investigación.

A las obstetras Luz, Janina y Elsa, que me brindaron su tiempo y la facilidad de poder desarrollar esta investigación.

A los docentes de la Universidad Privada del Norte por haberme brindado los conocimientos a lo largo de estos cinco años de la carrera, motivándonos y cultivando el amor por la profesión.

Tabla de contenido

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
ÍNDICE DE FIGURAS	6
RESUMEN.....	7
ABSTRACT	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1 Realidad problemática.....	9
1.2 Formulación del problema.....	9
1.4 Objetivos.....	10
1.4.1 Objetivo general	10
1.4.2 Objetivos específicos.....	10
2.1 Antecedente	11
2.1.1 Nacionales:	11
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	23
3.1. Tipo de investigación	23
3.3. Criterio de selección.....	23
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos.....	23
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	26
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	38
CAPÍTULO V: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	43
REFERENCIAS	44
ANEXOS.....	49

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. Características sociodemográficas de puérperas atendidas en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.....	26
TABLA 2. Comparación de respuestas de las puérperas con respecto a la pregunta sobre la accesibilidad de las clases de psicoprofilaxis virtual.....	32
TABLA 3. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual antes del trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021.....	34
TABLA 4. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual durante el parto en gestantes en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021.....	35
TABLA 5. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual después del trabajo de parto en gestantes atendidas en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021.....	36

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. Información sobre psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.....	27
FIGURA 2. Asistencia de las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.....	28
FIGURA 3. Importancia de la psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto.....	29
FIGURA 4. Beneficios de las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto.....	30
FIGURA 5. Accesibilidad de las clases de psicoprofilaxis obstétrica como apoyo durante el trabajo de parto.....	31
FIGURA 6. Dificultades durante las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto.....	33

RESUMEN

OBJETIVO: Esta investigación tiene el objetivo de determinar los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.

MATERIALES Y MÉTODOS: Estudio no experimental, descriptivo, corte transversal, observacional y de enfoque cuantitativo. Se aplicó un instrumento basado en un cuestionario y la muestra está constituida por el 100 % de la población.

RESULTADOS: El 85% de las participantes recibieron información sobre la realización de las sesiones de psicoprofilaxis de manera virtual por el personal de obstetricia del establecimiento de salud a través de llamadas telefónicas. El 67% de las participantes prefieren las clases presenciales porque perciben una mejor enseñanza. El 51% de las encuestadas manifestaron inestabilidad en la conexión a internet durante las sesiones. El 74.7% de las participantes expresaron que la psicoprofilaxis obstétrica virtual ayudaron en el trabajo de parto. El 80% de las puérperas aplicaron las lecciones brindadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica. El 80% de las participantes mencionaron que realizaron las técnicas de respiración durante el trabajo de parto.

CONCLUSIONES: La psicoprofilaxis obstétrica virtual tuvo beneficios positivos durante el trabajo de parto en las gestantes atendidas en un establecimiento de salud pública.

PALABRAS CLAVE: Psicoprofilaxis obstétrica, trabajo de parto, puérpera.

ABSTRACT

OBJECTIVE: This research aims to determine the benefits of virtual obstetric psychoprophylaxis as support during labor in pregnant women in a Public Health establishment, Lima, Peru 2021.

MATERIALS AND METHODS: Non-experimental, descriptive, cross-sectional, observational and quantitative approach study. An instrument based on a questionnaire was applied and the sample is made up of 100% of the population.

RESULTS: 85% of the participants received information about the performance of the psychoprophylaxis sessions virtually by the obstetric staff of the health establishment through telephone calls. 67% of the participants prefer face-to-face classes because they perceive better teaching. 51% of the respondents expressed instability in the internet connection during the sessions. 74.7% of the participants expressed that virtual obstetric psychoprophylaxis helped in labor. 80% of the puerperal women applied the lessons given in the virtual obstetric psychoprophylaxis classes. 80% of the participants mentioned that they performed the breathing techniques during labor.

CONCLUSIONS: Virtual obstetric psychoprophylaxis had positive benefits during labor in pregnant women attended in a public health facility.

KEY WORDS: Obstetric psychoprophylaxis, Childbirth, puerperal.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

Psicoprofilaxis Obstétrica es un implemento educativo que nos ayuda a la preparación de la gestante antes, durante y después del parto. Pero podemos observar que, en estos tiempos de la pandemia (COVID - 19), toda actividad presencial fue anulada, y la psicoprofilaxis obstétrica no fue una excepción. Una alternativa para continuar con el programa de psicoprofilaxis es la implementación de las sesiones en forma virtual, con el fin de que las gestantes puedan recibir los beneficios del programa. Como se sabe el embarazo es un proceso de cambios fisiológicos durante los nueve meses por lo que requiere apoyo físico como mental, ya sea de la pareja o de algún familiar. Entonces podemos decir que la Psicoprofilaxis obstétrica es una metodología de trabajo donde se brinda soporte emocional, psicológico y de conocimientos a la gestante como a pareja.

Es un proceso educativo para la preparación integral de la mujer gestante de manera física, psicológica y socialmente a través de actividades educativas, para lograr en ella conocimientos y actitudes adecuadas que permitan su participación efectiva con tranquilidad y seguridad durante la gestación, parto y puerperio. (1)

De igual modo La Psicoprofilaxis obstétrica disminuye las complicaciones, y brinda una mejor posibilidad de una rápida recuperación, disminuye el grado de ansiedad de la madre, permitiéndole adquirir y manifestar una actitud positiva. (1)

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema General

- ¿Cuáles son los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuáles son los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual en el estado físico de las gestantes de un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021?
- ¿Cuáles son los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual en el estado emocional de las gestantes de un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021?

1.3 Justificación

El presente estudio permitirá obtener información acerca de los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, como una alternativa por el confinamiento domiciliario debido a la pandemia (COVID – 19), que limita a las gestantes a recibir los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica y bienestar en el proceso de la gestación, parto y puerperio. Por otro lado, obtener información acerca de la percepción de la enseñanza virtual de este programa de preparación para el parto por el profesional de salud de un hospital público. Esto con el fin de que los profesionales de la carrera de obstetricia conozcan y apliquen de manera más eficaz sus enseñanzas hacia las gestantes.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

- Determinar los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.

1.4.2 Objetivos específicos

- Identificar los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual en el estado físico durante el trabajo de parto en gestantes de un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.
- Identificar los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual en el estado emocional durante el trabajo de parto en gestantes de un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedente

2.1.1 Nacionales:

Abrigo Vidal Fiorella Kiara (2), realizó una investigación sobre “*Resultados del envío de mensajes de texto (SMS) como recordatorio de citas para mejorar la asistencia y la percepción de la calidad de atención al servicio de psicoprofilaxis obstétrica de gestantes en el Centro Materno Infantil Santa Rosa, 2020*” con el objetivo de evaluar los resultados de los mensajes de textos que fueron enviados para recordar a la gestante sobre su cita y asistencia al programa de psicoprofilaxis obstétricas. El método que utilizó fue de enfoque cuantitativo con un diseño experimental verdadero, por lo cual, evaluó a 62 gestantes que asistían al centro por el servicio de psicoprofilaxis, de las cuales 31 habían recibido un mensaje y 31 no habían recibido. Por lo que registró la asistencia de cada clase y se evaluó la calidad de atención. Sus resultados mostraron que al recibir el mensaje de texto reduce el riesgo de olvidar o dejar las clases de psicoprofilaxis obstétrica. Su conclusión fue que si es efectivo el uso de mensajes de texto para el recordatorio de asistencia a las clases de psicoprofilaxis.

Esteban M. y Rafaelo M (3), en su estudio titulado “*Psicoprofilaxis obstétrica asociado a beneficios maternos-perinatales en primigestas atendidas en el Hospital Materno infantil Carlos showing Ferrari, Amarilis - Huánuco, agosto a diciembre 2018*” tuvo como objetivo corroborar la asociación entre la psicoprofilaxis obstétrica y los beneficios materno perinatales. Su estudio fue observacional, retrospectiva, transversal y analítica. Su muestra estuvo conformada por 64 pacientes que llevaron y no psicoprofilaxis. Los resultados que se obtuvo si fueron semejantes a los beneficios maternos perinatales, por lo que se llegó a la conclusión que si estaban asociados a los beneficios maternos.

Ccanto Moran, M. (4) En su investigación *“Beneficios de psicoprofilaxis obstétrica durante el trabajo de parto en las primigestas atendidas en el Hospital Regional Zacarias Correa Valdivia de Huancavelica, 2016”* pretendió determinar los beneficios de Psicoprofilaxis obstétrica durante el trabajo de parto en solo primigestas que fueron atendidas. Materiales y métodos: realizó un estudio observacional y transversal, de nivel exploratorio. Utilizando el diseño descriptivo, prospectivo y de corte transversal. El estudio fue censal y tuvo una población constituida por 40 gestantes. Los resultados que obtuvo fueron que el 95% de las primigestas que si habían cumplido con la preparación tienen una duración normal, mientras que el 100% de las primigestas tuvieron un periodo expulsivo dentro de 2 horas valores normales. Además, el 92.5% de las primigestas tuvieron un parto sin desgarro perineal. Conclusión: Demostró que más del 50% de las gestantes preparadas no tuvo complicación, es decir, tanto la madre como el bebé y que además estuvieron en óptimas condiciones a comparación de las que no.

Vargas Sofía (5), en su estudio *“Impacto del programa educativo pre natal de psicoprofilaxis obstétrica en gestantes atendidas en el Hospital Nacional Hipólito Unanue, 2017”* tuvo como objetivo poder determinar el impacto del programa de psicoprofilaxis obstétrica en las gestantes. Su estudio fue transversal, observacional, descriptivo y prospectivo. Su muestra estuvo conformada por 90 gestantes que asistieron al programa de psicoprofilaxis en el hospital Hipólito Unanue. Tuvo como resultado que las principales complicaciones en el embarazo eran las infecciones urinarias con el 29.5% y la anemia con el 20.5%, y que las gestantes si aplicaron las técnicas de respiración durante el parto. Llegó a la conclusión que la mayoría de las pacientes tenía dominio del control de la respiración en el trabajo de parto.

Pérez Flores S. (6). En su investigación sobre *“Relación entre la psicoprofilaxis obstétrica con los beneficios maternos – perinatales en las gestantes atendidas en el Centro de Salud San Martin de Porres de Pisco de enero a junio del 2016”* cuyo

objetivo fue evaluar y demostrar que existe una relación entre la psicoprofilaxis obstétrica con los beneficios maternos – perinatales. Materiales y métodos: Fue un estudio cualitativo prospectivo de corte transversal y la muestra fue aplicada en 63 gestantes. Resultados: Demostró que el 81,0% de las gestantes con sus sesiones completas o incompletas obtuvieron beneficios positivos, mientras que el 19,0% de ellas no obtuvieron algún beneficio. Conclusión: Resulto evidente que si existen beneficios tras haber participado completamente o incompletamente en las sesiones de psicoprofilaxis obstétricas.

Pérez J. y Urbina L. (7). En su investigación sobre *“Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica durante el trabajo de parto atendidas en el Hospital Regional Docente Materno Infantil “El Carmen”, enero – marzo 2019”* su objeto de estudio fue determinar los beneficios maternos y perinatales de la Psicoprofilaxis Obstétrica durante el trabajo de parto en la gestante. Materiales y métodos: El estudio fue de tipo descriptivo, cuantitativo y retrospectivo, con un diseño de investigación no experimental, la población del estudio estuvo constituida por 645 gestantes atendidas, se empleó el tipo de muestra por conveniencia de 453, la técnica de recolección de datos fue el análisis documental y el instrumento de recolección de datos fue la ficha de recolección de datos. Los resultados dados fue que el 65.2% de gestantes que fueron preparadas en las clases de Psicoprofilaxis Obstétrica tuvieron la duración del primer periodo normal, el 97.3% de gestantes que fueron preparadas en Psicoprofilaxis Obstétrica tuvieron la duración del segundo periodo normal, el 94.7% y el 97.3% de los recién nacidos de aquellas gestantes preparadas en Psicoprofilaxis Obstétrica obtuvieron una puntuación normal en el APGAR al primer y a los 5 minutos. En conclusión, se evidencio los beneficios asociados durante todo el trabajo de parto y con el apgar del bebé, lo cual nos demuestra la importancia de llevar una preparación de PPO.

Alza A., Lesly V. (8). quién realizo la investigación *“Psicoprofilaxis obstétrica y su relación con la actitud de las gestantes en fase activa del trabajo de parto,*

Maternidad de María - Chimbote ,2016” su objeto de estudio fue determinar la relación entre Psicoprofilaxis obstétrica y la actitud de gestantes en la fase activa del trabajo de parto. Materiales y métodos: Su estudio fue descriptivo, prospectivo de diseño no experimental, los datos fueron obtenidos mediante la aplicación de una ficha de observación estructurada para el logro del objetivo fue de una población de 115 gestantes en fase activa de trabajo de parto de las cuales 26 fueron las únicas que participaron del programa de Psicoprofilaxis y el 89 no participaron. Los resultados fueron que el 100% de gestantes que habían participado en el programa de Psicoprofilaxis cumplieron con las indicaciones de las técnicas de respiración en la fase activa del trabajo de parto y aquellas gestantes que no pudieron participar del programa de Psicoprofilaxis, únicamente el 35% cumplieron con las indicaciones de las técnicas de respiración. Llegó a la conclusión que la preparación psicoprofiláctica tiene una relación altamente significativa con la concentración mental y el cumplimiento con las técnicas de respiración en la fase activa del trabajo de parto, tal y como lo demuestra sus resultados estadísticos.

Osorio, R. (9) Realizó la investigación sobre *“Efecto de la psicoprofilaxis obstétrica en el desarrollo del trabajo de parto de primigestas del Hospital Nacional Hipólito Unanue. Diciembre 2018 – enero 2019”* Con el objetivo de comprobar el efecto que tendría la psicoprofilaxis obstétrica en el desarrollo de trabajo de parto. Su estudio fue de tipo observacional, prospectivo, donde participaron 60 primigestas, entre ellas 30 quienes llevaron psicoprofilaxis obstétrica y 30 que no habían llevado psicoprofilaxis obstétrica. Tuvo como resultado que no había diferencia en el periodo de dilatación, expulsivo y alumbramiento con respecto a los dos grupos. Donde se pudo observar un cambio fue en la actitud de las gestantes quienes habían llevado psicoprofilaxis obstétrica de quienes no habían llevado. Llegó a la conclusión que si existe un cambio significativo de las personas que llevaron psicoprofilaxis obstétrica con respecto a la actitud durante el trabajo de parto.

2.1.2 Internacionales:

Cuadros, G., Gelves, V. & Mendoza, C. (10). en su tesis *“Psicoprofilaxis para un parto sin temor”* tuvo como objetivo lograr una evaluación comprobable del grado de efectividad del programa a embarazadas y puérperas que hayan participado o no del programa. Materiales y métodos: Su estudio fue cuali-cuantitativo, transversal, retrospectivo y descriptivo. Se realizaron 60 encuestas personales y anónimas de pacientes en puerperio inmediato. Una vez categorizada las variables y traducidas a gráficos se comprobó la efectividad del programa; además de hacerse notoria la escasa participación de enfermería en el mismo. Llegó a la conclusión que el programa cumple con sus objetivos en cuanto a la preparación de la embarazada.

Indacochea N. y Lamilla A. (11). En su estudio titulado *“Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica en gestantes a término del Hospital Gineco obstétrico Enrique C. Sotomayor de mayo 2014 a abril 2015”* tuvo como objetivo determinar los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica en gestantes a término. Su estudio fue analítico, descriptivo prospectivo y no experimental. Su muestra estuvo conformada por 80 pacientes y los resultados demostraron que la ayuda de los ejercicios de psicoprofilaxis obstétrica dieron fruto para disminuir el dolor de parto. Llegó a la conclusión efectivamente la psicoprofilaxis obstétrica brinda apoyo en el trabajo de parto.

Machado Diaz M, Gómez Fonseca I, Ramírez Puig NM, López Pérez N. (12). realizaron un artículo titulado *“Programa de psicoprofilaxis obstétrica durante el confinamiento por la pandemia de la COVID-19”* con el objetivo de diseñar un programa acerca de un parto práctico y seguro que pueda realizar la gestante en su hogar. Los métodos que utilizaron fue una revisión bibliográfica acerca de los ejercicios psicoprofilácticos que pudieran ser orientados por un profesional de la salud y que fuera sencillo de hacer por partes de las gestantes para que continúen con su preparación. Como resultado determinaron la importancia de los ejercicios

de psicoprofilaxis obstétrica y como este tiene un beneficio sobre el proceso gestacional, el parto y el puerperio. Los autores llegaron a la conclusión a la continuidad de los ejercicios profilácticos programados, unidos a una buena alimentación, descanso y seguimiento por parte del equipo de salud para promover un ambiente favorable necesario para un embarazo armonioso, un parto sin riesgos y una recuperación exitosa de la madre y el bebé. Métodos: revisión bibliográfica sobre los ejercicios psicoprofilácticos que puedan ser fácilmente orientados por el personal médico y sencillo de realizar por parte de las gestantes, para continuar con su proceso de preparación.

Regalado, J. (13), realizó un estudio titulado *"La psicoprofilaxis durante el embarazo para mejorar el proceso y los resultados del trabajo de parto y de las condiciones del recién nacido. Estudio comparativo en tres centros de salud: Augusto Egas, los Rosales, y la concordia, de la provincia de Santo Domingo de los Tsachilas, durante el periodo 2015."* tuvo como objetivo analizar los efectos que tiene la psicoprofilaxis y resultado en el trabajo de parto y su influencia del estado general del recién nacido en los tres centros de salud. Su estudio fue de cohorte retrospectivo o histórico, de corte transversal donde seleccionó dos grupos de mujeres embarazadas expuestas y no expuestas. Las variables que investigó fueron sobre la práctica de psicoprofilaxis y duración del trabajo de parto, desgarros perineales, intervenciones médicas, el número de cesáreas y el estado de nacimiento del recién nacido. Tuvo como resultado que las mujeres que acudían a sus sesiones no tuvieron ningún inconveniente durante el parto y Llegó a la conclusión que la psicoprofilaxis obstétrica en el embarazo ofrece muchos beneficios a la gestante durante el trabajo de parto, durante el parto y resultado de trabajo de parto, puesto que aquellas que asistieron completamente a la práctica Psicoprofiláctica en los Centros de Salud Augusto Egas y Los Rosales, no tuvieron ningún tipo de complicación durante el parto y resultado de trabajo de parto y su influencia en el estado general del recién nacido en tres centros de salud.

2.2. Base teórica

2.2.1. Definición.

2.2.1.1 Psicoprofilaxis obstétrica:

Es un proceso educativo para la preparación integral de la mujer gestante donde le permite desarrollar hábitos y comportamientos saludables, así como una actitud positiva frente al embarazo, parto y puerperio, producto de la concepción y el/la recién nacido/a, convirtiendo este proceso en una experiencia feliz y saludable, tanto para ella como para su bebé y su entorno familiar (1).

De igual modo La PPO disminuye las complicaciones, y brinda una mejor posibilidad de una rápida recuperación, contribuyendo a la reducción de la morbilidad y mortalidad maternal perinatal (1).

Esto nos indica que la Psicoprofilaxis obstétrica ayuda a la madre gestante a mejorar sus condiciones saludables y físicas que pasará a lo largo de estos meses, fortalecerá más el vínculo madre e hijo incluyendo al padre en tal participación y la de su familia, del mismo modo ayuda con las complicaciones que se puede dar durante el parto mediante las clases dadas.

2.2.1.2 Beneficios de la psicoprofilaxis:

Contribuye a la disminución de complicaciones obstétricas pre y post natal preparando física y psicológicamente a la gestante para un parto sin dolor (1). Contribuye a la disminución de complicaciones perinatales al acortar el tiempo del proceso del parto y mejorar la oxigenación de la madre al feto (1).

Entonces decimos que los beneficios que brinda la psicoprofilaxis es poder enfrentar de manera positiva el embarazo, parto y post parto, disminuyendo las complicaciones ya dadas, aplicando las técnicas que se le brindará en las sesiones de psicoprofilaxis.

El beneficio como se recalcó anteriormente durante y después del parto. Reyes L. (14) nos menciona: las ventajas para la madre:

- a. Menor grado de ansiedad, permitiendo adquirir y manifestar una actitud positiva.
- b. Una adecuada respuesta durante las contracciones uterinas, utilizando adecuadamente las técnicas de relajación, respiración, masajes y demás.
- c. Mayor posibilidad de ingresar al centro de atención en trabajo de parto, con una dilatación más avanzada.
- d. Evitar innecesarias y repetidas evaluaciones previas al ingreso para la atención de su parto.
- e. Menor duración de la fase de dilatación en relación con el promedio normal.
- f. Menor duración de la fase expulsiva.
- g. Menor duración total del trabajo de parto.
- h. Esfuerzo de la madre más eficaz, sin perder atención al objetivo y significado de su labor.
- i. Menor uso de fármacos en general.
- j. Menor uso de analgésicos.
- k. Menor riesgo a presentar complicaciones obstétricas.
- l. Recuperación más rápida y cómoda.
- m. Aptitud total para una lactancia natural.
- n. Menor incidencia de partos por cesárea (14).

2.2.1.3. Técnicas de respiración:

Es el conjunto de procedimientos que permiten una adecuada respiración con la participación de todos los músculos, con énfasis del músculo del diafragma que es el músculo respiratorio más importante (1).

Esto permite una buena oxigenación y generar la tranquilidad en la gestante como la ansiedad, el nerviosismo, irritabilidad provocados otros factores (como el trabajo, el estrés, etc.), disminuyendo así la fatiga y la tensión muscular (1).

Tipos de respiración:

- **Respiración abdominal o profunda:** Se centra en la inspiración y espiración. Tiene efecto calmante y relajante y se utiliza al comienzo y al final de una contracción uterina.
- **Respiración superficial o torácica:** Es una respiración es recorrido hasta el tórax y se expulsa movilizandolos músculos torácicos. Esta respiración es utilizada durante las contracciones uterinas.
- **Respiración jadeante:** Este tipo de respiración es utilizado para evitar la sensación de pujo. Se utiliza en la fase activa del parto cuando empieza el pujo.
- **Respiración sostenida:** Es una respiración contraria a la respiración normal, es decir que al inspirar el diafragma baja y se mantiene por lo menos 30 segundos hasta que espiramos y el diafragma sube.

2.2.1.4. Gimnasia gestacional:

Es una actividad física a través de ejercicios gestacionales y movimientos generales que realiza la gestante para lograr un bienestar general, entre ellos el refuerzo de músculos, elasticidad de tejidos, flexibilidad de articulaciones, mejor oxigenación tanto pulmonar como celular, comodidad, entre otros. La gimnasia gestacional debe realizarse con prudencia y de acuerdo con las condiciones de la gestante (15).

Entre ellos encontramos:

- **Calistenia:** también llamado como “calentamiento”, permite trabajar y estirar los músculos antes de alguna actividad física, con el fin de poder evitar posibles lesiones en las articulaciones.
- **Ejercicio de balanceo de pelvis:** Se trabaja con esfera, permite la flexibilidad en la columna y reduce la sensación de presión pélvica y que mejora el equilibrio.
- **Estiramiento lateral de columna:** Ejercicio para flexibilizar la columna, elastizar la zona abdominal baja y mejorar la circulación de retorno. Reduce dorsalgias o lumbalgias. (16).

- **Ejercicio del gato:** Aligera la columna y elastiza la pared abdominal baja (11).
- **Estiramiento localizado sentada:** Es una relajación localizada, de alivio y con una sensación de descanso. Permite la flexibilidad de la columna y elastiza la pared abdominal baja (16).
- **Estiramiento lateral de miembros inferiores con liga:** Flexibiliza las articulaciones en cadera y miembros inferiores y facilita la circulación de retorno (16).
- **Adoración:** Flexibiliza la columna brindando así una sensación de reposo especialmente de la espalda y piso pélvico. Reduce la presión pélvica mejora la circulación de retorno (16).
- **Elevación de caderas:** Para flexibilizar la columna y elastizar la pared abdominal. V Refuerzo mediano de rectos abdominales. Reduce la presión pélvica. (16).
- **Kegel.sc:** Fortalece los músculos perineales y mejora el control sobre esta zona. Previene prolapso posterior. (16).
- **Giro con flexión de columna:** Flexibiliza la columna, mejorando la circulación sanguínea y fortaleciendo los músculos de la espalda mejorando la postura. (16).

2.2.1.5. Posturas en el embarazo

- **Posturas aconsejables:** Son posturas recomendables para la gestante para poder prevenir y reducir dificultades, incomodidades o perjuicios durante toda la gestación (15).
- **Posturas antálgicas:** Son posturas que reducen las molestias, incomodidad o dolor en el cuerpo o algunas de sus partes (15).
Favorece también la ampliación de la pelvis, de esta manera hace que el feto pueda encajar en el canal pélvico.
- **Posiciones prohibidas:** Son posturas no recomendables para la gestante por los riesgos que pueda traer.

2.2.1.6. Técnicas de Relajación

Son las diferentes modalidades de lograr un estado de reposo tanto físico como mental en la madre, con la finalidad de hacerle ahorrar energía, lograr alivio de tensiones o molestias y mejorar su capacidad de concentración. Las técnicas de relajación pueden ser de manera profunda o progresiva (técnica de Jacobson y Shultz), utilizadas como técnicas básicas en sofrología, para un mejor autocontrol de las molestias (15).

Entre ellas encontramos:

- **Técnica progresiva de Jacobson:**

Relajación progresiva de Jacobson: La relajación progresiva se basa en el conjunto tensión-distensión de determinados músculos, es decir, ejercer primero una tensión sobre distintos grupos musculares para después, liberar la tensión inducida, creando relajación (17).

- **Técnica de Shultz:** Técnica que empieza con la concentración de la respiración que luego irá trasladada hacia la sensación del peso.

- **Técnica autógena de Shultz:** Se basa en la sensación del peso y se realiza de preferencia acostado.

- **Visualización:** Procedimiento donde se crea una imagen basada en pensamientos agradables para poder lograr un estado de ánimo más agradable.

- **Vocalización:** Procedimiento donde la gestante tiene una relación con el bebé mediante el habla.

- **Musicoterapia:** Es el uso de la música, sonidos, melodías para poder facilitar la comunicación y expresión con el objetivo de atender necesidades físicas.

- **Aromaterapia:** Es un método donde se utiliza fragancias a través de aceites aromáticos con la finalidad de promover la salud y el bienestar mental. Utilizando las esencias trae armonía a la gestante, beneficiando al bebé. (16).

- **Masoterapia:** Es un método alternativo mediante el uso de manipulaciones de los tejidos blandos del cuerpo ejercida especialmente con las manos,

como modo más eficaz, cuya finalidad es lograr principalmente el alivio de molestias, relajación, mejorar la circulación y oxigenación, además de favorecer un descanso adecuado, el estado emocional y la disminución de la fatiga tanto física como emocional en la gestante o puérpera (16).

- **Visualización:** Procedimiento donde se crea una imagen basada en pensamientos agradables para poder lograr un estado de ánimo más agradable.
- **Vocalización:** Procedimiento donde la gestante tiene una relación con el bebé mediante el habla.
- **Musicoterapia:** Es el uso de la música, sonidos, melodías para poder facilitar la comunicación y expresión con el objetivo de atender necesidades físicas.
- **Aromaterapia:** Es un método donde se utiliza fragancias a través de aceites aromáticos con la finalidad de promover la salud y el bienestar mental. Utilizando las esencias trae armonía a la gestante, beneficiando al bebé (16).
- **Masoterapia:** Es un método alternativo mediante el uso de manipulaciones de los tejidos blandos del cuerpo ejercida especialmente con las manos, como modo más eficaz, cuya finalidad es lograr principalmente el alivio de molestias, relajación, mejorar la circulación y oxigenación, además de favorecer un descanso adecuado, el estado emocional y la disminución de la fatiga tanto física como emocional en la gestante o puérpera (16).

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación

Estudio observacional, descriptivo y de corte transversal.

3.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos).

La población está constituida por puérperas atendidas en el Hospital Marino Molina Scippa que han llevado psicoprofilaxis obstétrica virtual.

3.3. Criterio de selección

3.3.1. Criterios de inclusión

- Puérperas que hayan sido atendidas en el Hospital Marino Molina Scippa.
- Puérperas que hayan asistido mínimo una sesión de psicoprofilaxis obstétrica virtual.
- Puérperas que hayan llevado psicoprofilaxis obstétrica virtual durante el periodo de Mayo – Agosto del 2021.

3.3.2. Criterios de exclusión:

- Puérperas que no apoyen o se nieguen a responder las preguntas del estudio.
- Puérperas que no asistieron a ninguna de las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétricas virtuales.

3.4. Muestra

Para esta investigación la muestra está constituida por el 100% de la población conformada por 75 usuarias que participaron en las sesiones de psicoprofilaxis obstétrica virtual en el periodo de Mayo – Agosto.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

El instrumento que se utilizará para la recolección de información del trabajo de investigación sobre “Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021” es la encuesta de carácter anónimo, ya que la información es de la misma paciente.

El instrumento empleado consta de 25 preguntas las cuales son datos generales donde se emplearon 5 preguntas, continuando con beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual la cual repartimos por secciones: Aspectos informativos sobre la PPO con un contenido de 5 preguntas donde se busca saber cómo se obtuvo la información, la importancia y beneficios de llevar la psicoprofilaxis obstétrica; Antes del parto con un contenido de 5 preguntas donde se busca saber cómo llevo las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual, si comprendió las clases, si realizó las técnicas dadas en la clase y si sintió que las clases le ayudaron en su embarazo; durante el parto con un contenido de 4 preguntas donde se buscó saber cómo llevo el parto y si realizó las técnicas dadas en clases; después del parto con un contenido de 5 preguntas donde se busca saber si las clases de psicoprofilaxis virtual la ayudaron durante el parto. Este cuestionario fue validado por 3 expertos quienes evaluaron las preguntas en función a sus criterios.

Expertos que validaron el instrumento “Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021”

JUEZ EXPERTO	GRADO ACADÉMICO	SUFICIENCIA	APLICABILIDAD
Cecilia Ines Mejia Gomero	Magister	Si	Es aplicable
Sonia Alejandrina Sotelo Munoz	Magister	Si	Es aplicable
Katia M. Vargas Ruas	Magister	Si	Es aplicable

3.6. Procedimiento de recolección de datos

El presente trabajo de investigación se inicia con la solicitud de aprobación del instrumento para poder aplicarlo. Una vez aprobado se solicita a la presidenta del comité de Ética del Hospital Alberto Sabogal Sologuren la Doctora Carla Patricia Postigo Oviedo la carta de aceptación para poder tener acceso a la información de la población atendida en el periodo indicado del Hospital Marino Molina Scippa. La encuesta se aplicará utilizando la herramienta digital “google forms” de manera virtual dado el contexto del COVID 19, donde se incluye el registro del número telefónico, si llevó psicoprofilaxis obstétrica virtual, datos que se encuentran registradas en el libro de parto y archivo de las pacientes que llevaron el curso de manera virtual, para poder solicitar el consentimiento de la paciente a través de la llamada y proseguir con la encuesta. Continuando con la aceptación del consentimiento de la paciente de manera verbal, se le agradece por participar y se le brinda las instrucciones para poder aplicar la encuesta indicándole que es de manera anónima, de igual manera al inicio de la encuesta virtual, se le pedirá aceptar de manera voluntaria del trabajo de investigación colocando sí para proseguir con las preguntas correspondientes.

3.7. Procesamiento y análisis de datos

El análisis estadístico se realiza a través de la información recopilada por los cuestionarios en una hoja de cálculo y posterior análisis de los resultados.

3.7 Aspectos éticos

El desarrollo de la investigación se debe considerar la autorización por parte de la presidenta del comité de Ética del Hospital Alberto Sabogal Sologuren la Doctora Carla Patricia Postigo Oviedo, asimismo por la Ley N° 29733 , la autorización por parte de las puérperas que serán parte del estudio, indicándoles el objetivo de estudio y que se cumple con el principio de confidencialidad, ya que la encuesta es anónima. No se obliga a ninguna participante a responder el cuestionario, indicación que encabeza la encuesta.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

TABLA 1 Características sociodemográficas de puérperas atendidas en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021. (n=75)

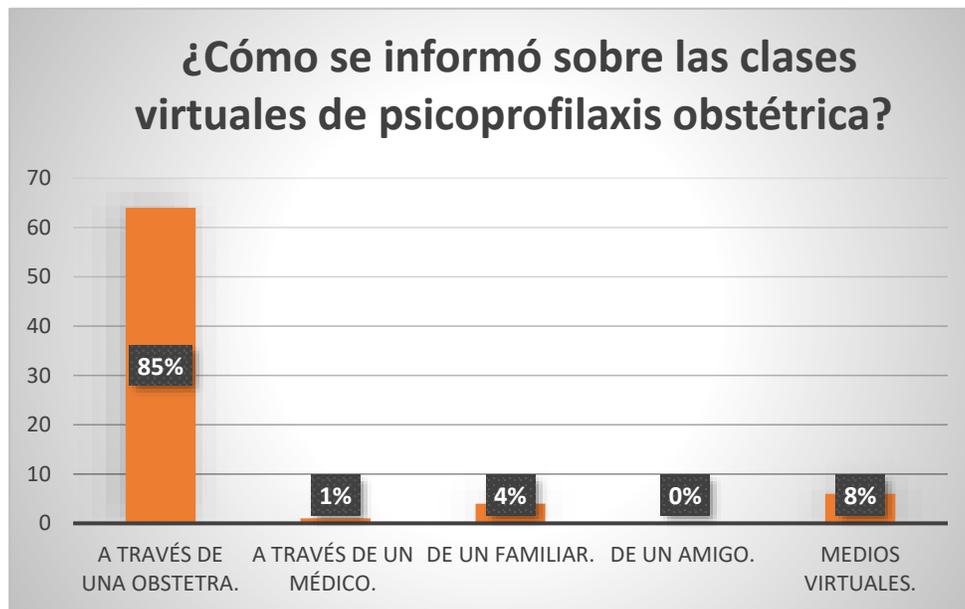
	N	%
Edad		
<i>Menos de 15.</i>	1	1,3
<i>16 a 25.</i>	17	22,7
<i>26 a 35.</i>	45	60
<i>36 a más.</i>	12	16
Grado de instrucción		
<i>Primaria</i>	0	0
<i>Secundaria incompleta.</i>	6	8
<i>Secundaria completa.</i>	21	28
<i>Técnico superior.</i>	27	36
<i>Superior universitaria.</i>	21	28
Estado civil:		
<i>Soltera.</i>	6	8
<i>Conviviente.</i>	48	64
<i>Casada.</i>	20	26,7
<i>Divorciada.</i>	1	1,3
Ocupación:		
<i>Estudiante.</i>	2	2,7
<i>Ama de casa.</i>	28	37,3
<i>Trabajo dependiente.</i>	33	44
<i>trabajo Independiente.</i>	12	16
Número de hijos:		
<i>1</i>	47	62,7
<i>2</i>	24	32
<i>3 o más</i>	4	5,3
total	75	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

Tabla1: Se observa que el grupo mayoritario de mujeres que están participando en el estudio abarca el rango de 26 a 35 años (60%). El 36% tiene educación técnica superior, el 28% tiene superior universitario, el 28% tiene secundaria completa y el 8% tiene secundaria incompleta. El 64% de las participantes son convivientes, el 26.7% están casadas, el 8% son solteras y el 1,3% es divorciada. El 44% de las pacientes tienen trabajo dependiente, el 37.3% es ama de casa, el 16% tiene trabajo independiente y el 2,7 son estudiantes. Además, el 62,7% de las participantes tiene un hijo, el 32% tiene dos hijos y el 5.3% tiene tres hijos o más.

FIGURA 1. Información sobre psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021. (n=75)

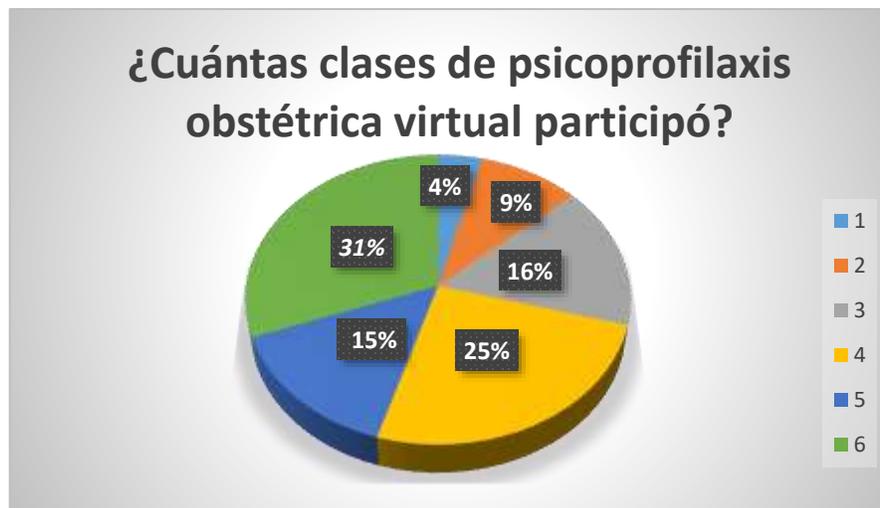


Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura 1 se evidencia que el 85% de las participantes le llegó la información de las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual a través de la Obstetra, el 8% a través de medios virtuales, el 4% a través de un familiar y el 1% a través del médico.

FIGURA 2. Asistencia de las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica en gestantes en un establecimiento de Salud Pública, Lima, Perú 2021. (n=75)

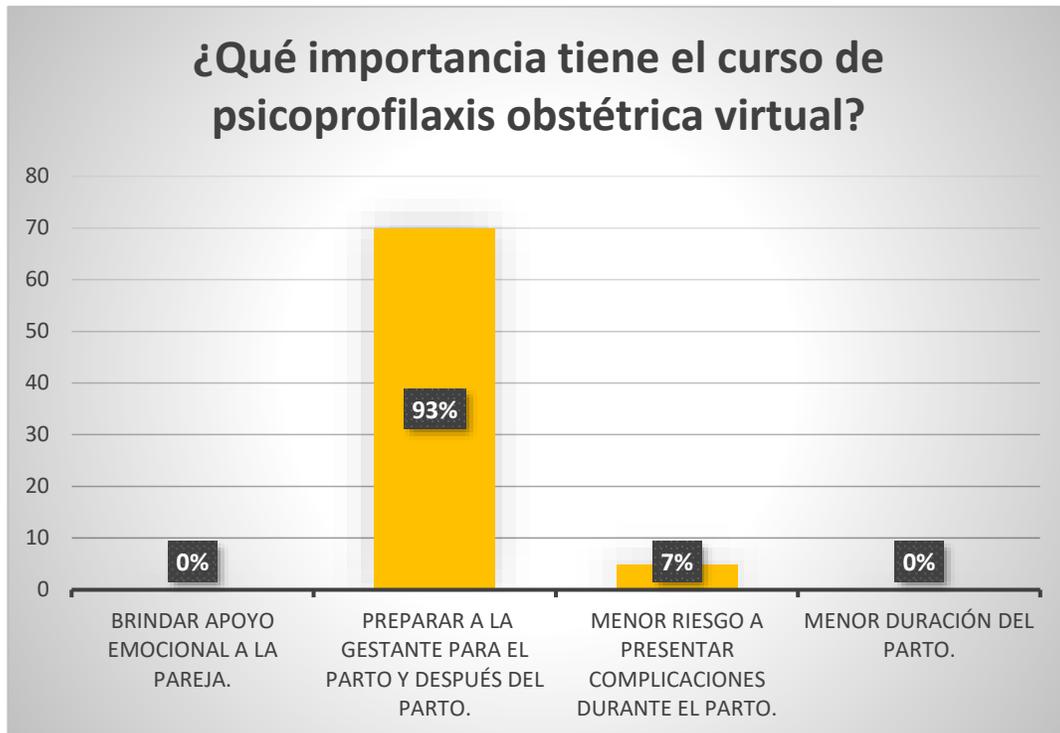


Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura 2 se observa que el 31% de las participantes participaron en 6 sesiones de psicoprofilaxis, el 25% en 4 sesiones de psicoprofilaxis obstétrica, el 16% en 3 sesiones de psicoprofilaxis obstétrica, el 15% en 5 sesiones de psicoprofilaxis obstétrica, el 9% en 2 sesiones de psicoprofilaxis obstétrica y el 4% en solo una sesión de psicoprofilaxis obstétrica.

FIGURA 3. Importancia de la psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto. (n=75)

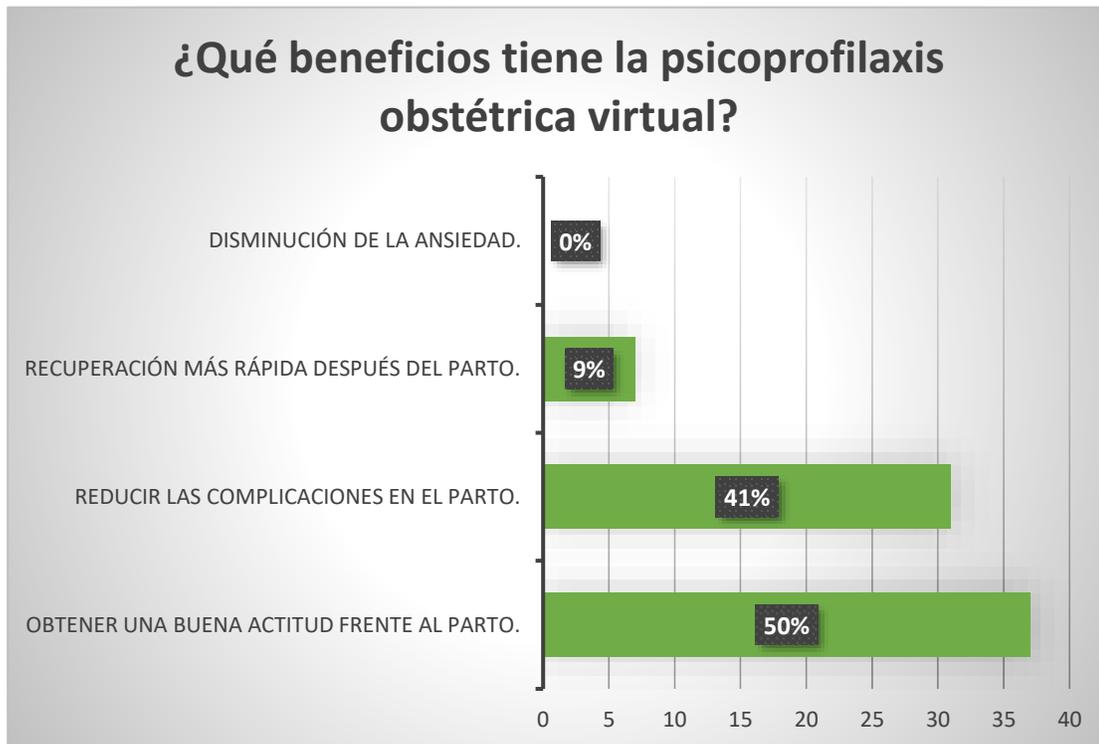


Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura 3 se observa que el 93% de las participantes escogieron la opción de preparar a la gestante para el parto y después del parto a la pregunta sobre la importancia del curso de psicoprofilaxis obstétrica virtual y el 7% escogió como opción menor riesgo a presentar complicaciones durante el parto con respecto a la pregunta sobre la importancia del curso de psicoprofilaxis obstétrica virtual.

FIGURA 4. Beneficios de las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto. (n=75)

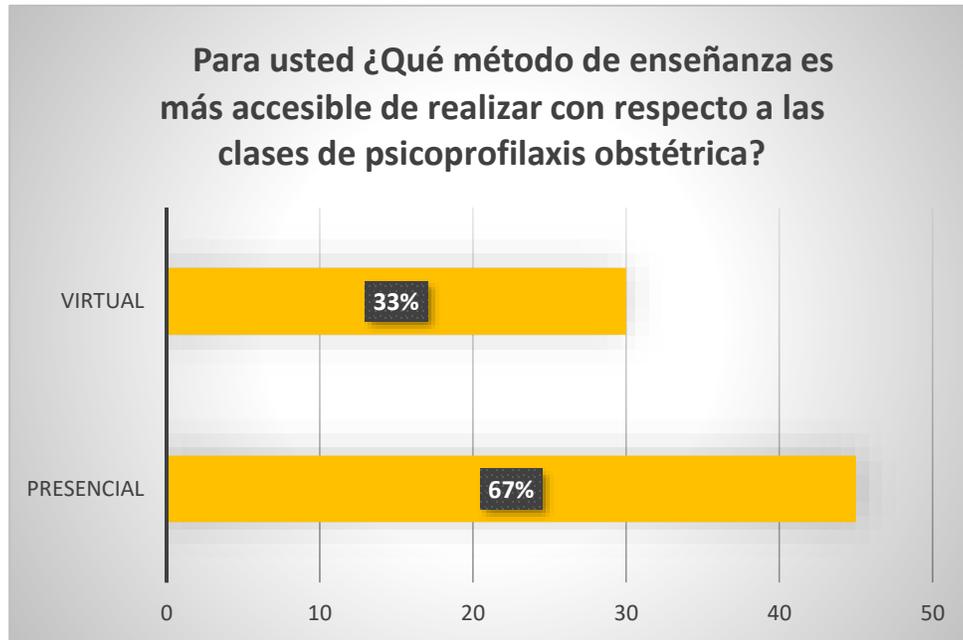


Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura 4 se observa que el 50% de las participantes escogieron la opción de obtener una buena actitud frente al parto con respecto a la pregunta sobre los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual, el 41% escogió la opción de reducir las complicaciones en el parto y el 9% escogió la opción de una recuperación más rápida después del parto.

FIGURA 5. Accesibilidad de las clases de psicoprofilaxis obstétrica como apoyo durante el trabajo de parto. (n=75)



Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura 5 se observa que el 67% de las participantes prefieren el método de enseñanza sobre psicoprofilaxis obstétrica presencial y el 33% prefiere llevar el curso de manera virtual.

TABLA 2. Comparación de respuestas de las púérperas con respecto a la pregunta sobre la accesibilidad de las clases de psicoprofilaxis virtual. (n=75)

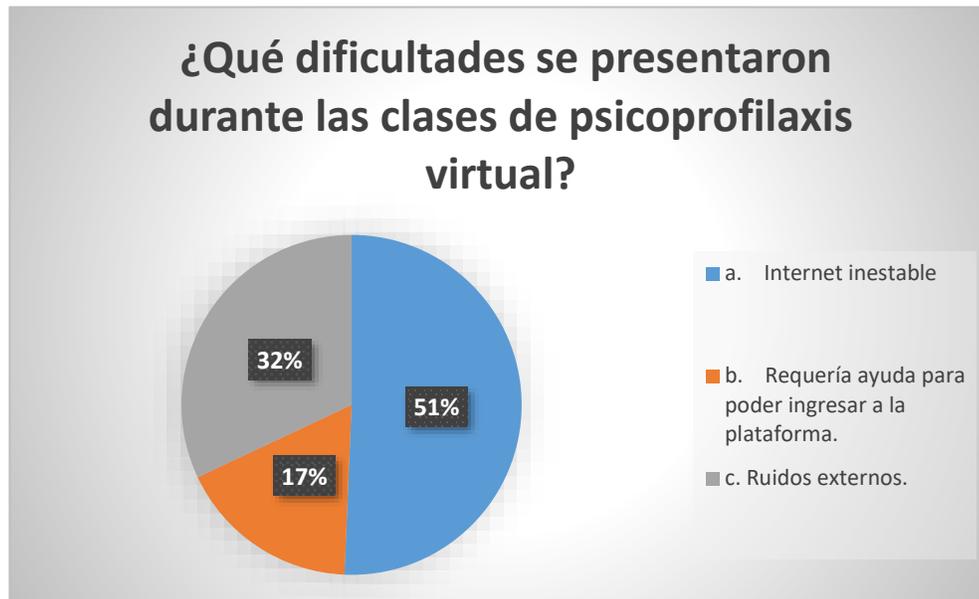
¿POR QUÉ?	PRESENCIAL		VIRTUAL	
	N	%	N	%
Disponibilidad de tiempo.	1	1	20	27
Por el tema de la pandemia.	0	0	10	13
La obstetra estaría más pendiente de los ejercicios.	10	13	0	0
Mejor enseñanza.	24	32	0	0
Tener un mejor ambiente.	7	9	0	0
No respondieron.	3	4	0	0
Otros	30	40	45	60
TOTAL	75	100,0	75	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

Tabla 2: Se observa que el 27% de las participantes opinan que la modalidad virtual es más accesible por el tiempo y el 13% accedieron por el tema de la pandemia. El 32% opinan que en la modalidad presencial es mejor en la enseñanza, el 13% prefiere que la obstetra este pendiente de ella, el 9% prefiere estar en un mejor ambiente, el 4% no respondió la razón y el 1% por disponibilidad de tiempo.

FIGURA 6. Dificultades durante las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto. (n=75)



Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

En la figura 6 se observa que el 51% de las participantes tenían un internet inestable, el 32% le molestaba los ruidos externos y el 17% requería ayuda para poder ingresar a la plataforma.

TABLA 3. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual antes del trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021. (n=75)

ANTES DEL PARTO	SI		NO		TOTAL
	N	%	N	%	
¿Estuvo acompañada durante las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?	20	26,7	55	73,3	75
¿Realizó los ejercicios para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?	69	92	6	8	75
¿Realizó las técnicas de relajación para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?	64	85,3	11	14,7	75
¿Comprendió las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?	72	96	3	4	75
¿Sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica le ayudaron durante todo su embarazo?	60	80	15	20	75

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

Tabla 3: El 73.3% de las participantes no estuvo acompañada durante las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica y el 26.7% si estuvo acompañada. El 92% realizaron los ejercicios para la preparación del parto en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica y el 8% no lo realizó. El 85.3% realizaron las técnicas de relajación para la preparación del parto en las clases virtuales de psicoprofilaxis y el 14.7% no lo realizó. El 96% si comprendieron las clases de psicoprofilaxis virtual y el 4% no. Además, el 80% de las participantes sintieron que las clases de psicoprofilaxis obstétrica le ayudaron durante el embarazo y el 20% respondió que no.

TABLA 4. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual durante el parto en gestantes en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021. (n=75)

DURANTE EL PARTO	N	%
Desde el momento que la hospitalizaron ¿Cuántas horas estuvo hasta dar a luz?		
6 a 8 horas.	46	61,3
8 a 12 horas.	18	24
Más de 12 horas.	11	14,7
Tipo de parto		
Normal.	35	46.7
Cesárea.	40	53.3
¿Durante su parto aplicó los ejercicios de preparación para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?		
Si.	53	70,3
No.	22	29,3
¿Durante su parto realizó las técnicas de respiración para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?		
Si.	55	73,3
No.	20	26,7
TOTAL	75	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

Tabla 4: El 61.3% de las participantes estuvieron de 6 a 8 horas desde que fue internada hasta dar a luz, el 24% de 8 a 12 horas y el 14.7% estuvieron más de 12 horas. El 53.3% su parto fue normal y el 46.7% fue cesárea. El 70.3% de las aplicó los ejercicios de preparación para el parto dadas en las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual y el 29.3% no lo hizo. Además, el 73.3 realizó las técnicas de respiración para el parto y el 26.7% no lo realizó.

TABLA 5. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual después del trabajo de parto en gestantes atendidas en un establecimiento de salud pública, Lima, Perú 2021. (n=75)

DESPUÉS DEL PARTO	N	%
Contacto piel a piel:		
Si.	45	60
No.	30	40
¿Cómo fue su parto?		
Muy difícil.	17	22,7
Difícil.	32	42,7
Dentro de lo esperado.	26	34,7
En general, ¿Aplicó las lecciones dadas en sus clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?		
Si.	60	80
No.	15	20
En general, ¿Las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica fueron de ayuda durante el parto?		
Si.	56	74,7
No.	19	25,3
En general, ¿Las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica deberían de mejorar?		
Si.	60	80
No.	15	20
TOTAL	75	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

Tabla 5: El 60% de las pacientes tuvo contacto piel a piel con su bebé y el 40% no. El 42.7% consideró que su parto fue difícil, el 34.7 consideró su parto dentro de lo esperado y el 22.7% lo consideró muy difícil. El 80% de las pacientes aplicó las lecciones dadas en las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual, el 20% no lo hizo. El 74.7% considera que las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual le ayudaron en el parto y el 25.3% no. Por otro lado, el 80% de las pacientes cree que deberían de mejorar las clases virtuales de psicoprofilaxis, mientras que el 20% no.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

5.1 Discusión

La psicoprofilaxis obstétrica es un programa fundamental para la madre gestante y para los familiares que la rodean, ya que, gracias a ello la mujer puede prepararse de manera física y emocional para llevar el embarazo, parto y post parto. Tiene un efecto beneficioso para el bebé, puesto que, la gestante tiene conocimiento de lo que sucederá en el parto, de cómo tiene que actuar, que técnicas de relajación y respiración debe realizar, que posiciones debe optar, todo para reducir complicaciones durante un parto. Además, indicar que el acompañamiento es fundamental, ya que así, la gestante se sentirá segura y calmada frente a todo lo que enfrentará.

Para continuar, no se encontraron artículos de investigaciones relacionados a la psicoprofilaxis virtual, porque esta modalidad de trabajo se presentó por las circunstancias generadas por la pandemia (COVID- 19), como una respuesta del sistema de salud a las necesidades de las gestantes en relación a la preparación física y emocional para el parto. Se considera para el presente trabajo investigaciones con algunas semejanzas que puedan comparar los resultados obtenidos.

En esta investigación referente a las características demográficas se encuentra que el rango de edad de las mujeres atendidas en el parto en este establecimiento de salud es de 26 a 35 (60%). **Alza (8)**, en su investigación su muestra tiene una población de estudio entre mujeres de 20 – 34 años (56.5%). Otra característica es con respecto al número de hijos, el 62.7% son mujeres que tienen por primera vez un parto. **Alza (8)**, en su estudio tiene el 75.7% mujeres con uno a dos hijos.

Las usuarias recibieron información sobre el desarrollo de las clases virtuales de psicoprofilaxis por las Obstetras que trabajan en este establecimiento (85%); el 8%

lo recibió por información publicada por los medios virtuales; el 4% a través de un familiar y el 1% a través de un médico. Según la encuesta realizada el 31% recibió por lo menos 6 sesiones; el 25% realizó 4 sesiones; el 16% 3 sesiones, el 15% 5 sesiones, el 9% 2 sesiones y solo el 4% 1 sesión virtual. El 93% de las encuestadas considera importante la preparación de la gestante en psicoprofilaxis; y el 7 % eligió el rango de menor riesgo a presentar complicaciones durante el parto.

Acerca de los beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica virtual, las participantes indican que permite una buena actitud frente al parto (50%); el 41% menciona la reducción de complicaciones en el parto y el 9% opina acerca de una recuperación más rápida. Como se sabe son conocimientos que la gestante debe tener en cuenta ya que es ella quien lleva el curso y son las obstetras quienes informan detalladamente los temas a tratar para que así puedan seguir con las clases sabiendo lo importante y beneficioso que es para ellas. A pesar de las clases virtuales, las participantes eligieron como mejor método de enseñanza las clases presenciales de psicoprofilaxis obstétrica (67%) ya que sienten que la modalidad presencia es mejor (32%), además, sienten que tendrían más posibilidad de poder preguntar sus dudas, ya que, las obstetras estarían más pendientes de los ejercicios dados en las clases (13%), esto es debido a que virtualmente no hay alguien que corrija si están haciendo bien o no los ejercicios.

Por otro lado, las participantes que eligieron la modalidad virtual (33%), lo prefieren porque tienen disponibilidad de tiempo (27%), y por temas de la pandemia no pueden salir de su casa (13%). Por último, las dificultades que se presentaron durante las clases de psicoprofilaxis virtual fue el no tener un internet estable (51%); el 32% tuvo la molestia de escuchar ruidos externos y el 17% requería de ayuda para poder ingresar a la plataforma que en este caso era vía zoom ya que el Hospital maneja dicha plataforma para brindar las sesiones.

Durante las sesiones virtuales de psicoprofilaxis obstétrica, el 26.7% de las participantes estuvieron acompañadas y el 73.3% no lo estuvo. Por otro lado, las

participantes si realizaron los ejercicios para la preparación del parto (92%) y las técnicas de relajación (85.3%). Además, la mayoría de las gestantes comprendieron las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica (96%), mientras que solo el 4% no lo comprendieron en su totalidad. Asimismo, el 80% de las puérperas indicaron que las clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual si les había ayudado durante el embarazo, mientras que el 20% respondió que no.

Las participantes estuvieron hospitalizadas por trabajo de parto entre 6 a 8 horas (61.3%). De estas el 53.3% tuvo un parto normal, mientras que el 46.7% tuvieron que realizarle cesárea. En cuanto al tiempo de hospitalización, estos resultados son similares a los estudios de **Indacochea y Lamilla (11)**, en sesiones de psicoprofilaxis presencial, donde se menciona que el 71% de gestantes estuvieron entre 6 y 8 horas hospitalizadas hasta dar a luz. En cuanto a la terminación del parto los resultados obtenidos en la presente investigación son similares a lo expuesto por **Vargas (5)**, estudio que se realizó en psicoprofilaxis presencial, él sostiene que el 56.7% de las pacientes tuvo parto normal y el 43.3% fueron cesareadas. En lo referente a los ejercicios de preparación para el parto y técnicas de respiración, en el presente estudio, las participantes refieren que aplicaron en el 70.3% y 73.3% respectivamente; mientras que **Vargas (5)**, reporta en su estudio, el 67.8% de mujeres que aplicaron las técnicas de respiración.

Después del parto, el 60% de las puérperas tuvieron contacto piel a piel con su bebé, a diferencia de los estudios de los beneficios de la psicoprofilaxis realizados de forma presencial como el de **Esteban y Rafaelo (3)**, que concluyen el 90.6% de las puérperas tuvieron contacto piel a piel con su bebé. En el presente estudio, considerando las expectativas del parto, el 42.7% de las puérperas indicó que su parto fue difícil, el 34.7% indicó que fue un parto dentro de lo esperado y el 22.7% indicó que su parto fue muy difícil. En el caso las mujeres que llevaron virtualmente el curso de psicoprofilaxis obstétrica indicaron que si les había ayudado durante el parto (74.7%) y el 25.3% indicó que no fue de ayuda durante su trabajo de parto.

Finalmente, las pacientes indicaron que deberían de mejorar las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica (80%); mientras que sólo el 20% indicó que no. Siendo esta una cifra inquietante, ya que, si continuamos con el confinamiento por la pandemia (COVID – 19) en un próximo embarazo no deseen llevar el curso nuevamente, ya que puede volver a tener los problemas que anteriormente tuvieron en el curso.

5.2 Conclusiones

La psicoprofilaxis obstétrica virtual tuvo beneficios positivos en las puérperas atendidas en un establecimiento de salud pública, ya que las sesiones virtuales ayudaron durante la labor de parto (74.7%), sin embargo el 25.3% opinó lo contrario.

Se identificó que la psicoprofilaxis obstétrica virtual tiene beneficios en el estado físico durante el trabajo de parto, las participantes recibieron información sobre la psicología del parto y los procesos, ellas manifestaron que aplicaron las técnicas de respiración y los ejercicios aprendidas durante las sesiones virtuales para la preparación del parto. Read (1944) recalcó que la intensidad del dolor durante el trabajo de parto guarda relación en gran parte con la tensión emocional y que las mujeres deben recibir información sobre la fisiología del parto y los distintos procedimientos que podrían someterse durante el trabajo de parto. (19)

Se identificó que la psicoprofilaxis obstétrica virtual tiene beneficios en el estado emocional durante el trabajo de parto. porque aplicaron los ejercicios para la preparación y técnicas de relajación, ayudó en el estado emocional, permitiendo una experiencia tranquila y durante todo el embarazo y parto.

Por otro lado, se describe que la psicoprofilaxis virtual tiene resultados similares a los beneficios de la psicoprofilaxis ejecutada de manera presencial.

5.3 Recomendaciones:

1. Se recomienda capacitar a las obstetras para que puedan brindar sesiones de psicoprofilaxis a través de una plataforma virtual.
2. Se recomienda a las autoridades de los establecimientos de salud pública, implementar una plataforma virtual donde las gestantes puedan ingresar con mayor facilidad a las sesiones de psicoprofilaxis.
3. A los profesionales de obstetricia se recomienda se debe reforzar los ejercicios para la preparación del parto y comprobar que la gestante aplique las técnicas de los ejercicios de manera correcta.
4. A los profesionales de obstetricia desarrollar módulos de psicoprofilaxis adecuados a la modalidad virtual para mantener la atención e interés de los participantes.

REFERENCIAS

1. MINSA. Guía técnica para la psicoprofilaxis obstétrica y estimulación prenatal [Internet]. 2012 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4172.pdf>
2. Abrigo K. Resultados del envío de mensajes de texto (SMS) como recordatorio de citas para mejorar la asistencia y la percepción de la calidad de atención al servicio de psicoprofilaxis obstétrica de gestantes en el Centro Materno Infantil Santa Rosa, 2020. [Lima, Perú]: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2021 [citado el 9 de noviembre del 2021d. C.] Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16450/Abrigo_vf.pdf?sequence=5
3. Esteban, M Rafaelo, M. Psicoprofilaxis obstétrica asociado a beneficios maternos-perinatales en primigestas atendidas en el Hospital Materno infantil Carlos showing Ferrari, Amarilis - Huánuco, agosto a diciembre 2018 [Internet]. [Huánuco - Perú]: UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN; 2019 [citado el 9 de noviembre del 2021d. C.]. Disponible en: <file:///C:/Users/Master/Downloads/TFO00356E92.pdf>
4. Ccanto M. Beneficios de psicoprofilaxis obstétrica durante el trabajo de parto en las primigestas atendidas en el hospital regional Zacarias Correa Valdivia de Huancavelica, 2016 [Internet]. [Huancavelica - Perú]: Universidad Nacional de Huancavelica; 2018 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: [http://file:///C:/Users/Master/Downloads/TESIS_2018_OBSTETRICIA_MARILUZ%20CCANTO%20MORAN_PDF%20\(7\).pdf](http://file:///C:/Users/Master/Downloads/TESIS_2018_OBSTETRICIA_MARILUZ%20CCANTO%20MORAN_PDF%20(7).pdf)
5. Vargas S. Impacto del programa educativo pre natal de psicoprofilaxis obstétrica en gestantes atendidas en el Hospital Nacional Hipólito Unanue, 2017 [Internet]. [Lima, Perú]: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2019 [Citado el 12 de septiembre del

2021]. Disponible en:
<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2955/VARGAS%20LAURA%20SOFIGIA%20RUTH%20-%20MAESTRIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

6. Perez Flores SJ. Relación entre la Psicoprofilaxis obstétrica con los beneficios maternos – perinatales en las gestantes atendidas en el centro de salud San Martín de Porres de Pisco de enero a junio del 2016 [Internet]. [Ica - Perú]: Universidad Privada de Ica; 2017 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPIC_71d09ac9871685d966dd338d1a89180b
7. Perez J, Urbina L. Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica durante el trabajo de parto en gestantes atendidas en el Hospital Regional Docente Materno Infantil “El Carmen”, enero - marzo 2019 [Internet]. [Huancayo - Perú]: Universidad Privada de Huancayo “Franklin Roosevelt”; 2019 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: <https://repositorio.uroosevelt.edu.pe/bitstream/handle/ROOSEVELT/175/informe%20final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
8. Alza L. UNIVERSIDAD SAN PEDRO [Internet]. [Chimbote - Perú]: Universidad San Pedro; 2017 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/8523/Tesis_58860.pdf?sequence=1&isAllowed=y
9. Osorio R. Efecto de la psicoprofilaxis obstétrica en el desarrollo del trabajo de parto de primigestas del Hospital Nacional Hipólito Unanue. Diciembre 2018 - Enero 2019 [Internet]. [Lima, Perú]: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2019 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Available from: <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3361/OSORIO%20PRUDENCIO%20>

[ROSARIO%20NEUFITA%20-%20TITULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

10. Cuadros G, Gelves V, Mendoza C. Psicoprofilaxis para un parto sin temor [Internet]. [Mendoza - Argentina]: Universidad Nacional de Cuyo; 2016 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/8515/cuadros-graciela-tesis.pdf
11. Indacochea N. y Lamilla A. I. "Beneficios de la psicoprofilaxis obstétrica en gestantes a término del Hospital Gineco obstétrico Enrique C. Sotomayor de mayo 2014 a abril 2015 [Internet]. [Guayaquil - Ecuador]: UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS CARRERA DE OBSTETRICIA; 2015 [citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/47869/1/CD%20235-%20INDACOCHEA%20HOLGUIN%20NINFA%20YANETH%3b%20LAMILLA%20ARELLANO%20ANGGI%20NATHALY.pdf>
12. Machado Diaz M, Gómez Fonseca I, Ramírez Puig NM, López Pérez N. Programa de psicoprofilaxis obstétrica durante el confinamiento por la pandemia de la COVID-19. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2020 [citado: 12 de septiembre del 2021]; 24(6): e4584. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/4584>
13. Regalado J. La psicoprofilaxis durante el embarazo para mejorar el proceso y los resultados del trabajo de parto y de las condiciones del recién nacido. Estudio comparativo en tres centros de salud: Augusto Egas, Los Rosales, y la Concordia, de la provincia de Santo Domingo de los Tsachilas, durante el periodo 2015 [Internet]. [Quito - Ecuador]: Universidad Católica del Ecuador; 2017 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en:

<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13631/TESIS%20DRA.%20JESSICA%20REGALADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

14. Reyes L. Psicoprofilaxis obstétrica asociado a beneficios Materno - Perinatales en primigestas atendidas en el Instituto Especializado Materno Perinatal. Enero - diciembre 2002 [Internet]. [Lima, Perú]: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2004 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/2985/Reyes_hl.pdf?sequence=1&isAllowed=y
15. Morales S., Guibovich A., Yábar M. Psicoprofilaxis Obstétrica: Actualización, definiciones y conceptos. 2014 [Citado el 12 de septiembre del 2021]; Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/hm/v14n4/a10v14n4.pdf>
16. MINSA. Guía técnica para la psicoprofilaxis obstétrica y estimulación prenatal [Internet]. 2014 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4172.pdf>
17. Valdivieso E. Técnicas de relajación: Aplicación a lo largo de la educación maternal en mujeres embarazadas y sus beneficios durante el trabajo de parto [Internet]. [Valladolid, España]: Universidad de Valladolid; 2016 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible: <https://core.ac.uk/download/pdf/211101256.pdf>
18. Velázquez Cortés S. Concepto de Salud Física, Emocional, Mental y Espiritual [Internet]. 2013 [Citado el 12 de septiembre del 2021]. Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/handle/123456789/14879>

19. (Leveno, 2011)
Leveno, Hauth; Spong ; Chunninghan; Rouse; (2011) [Citado el 12 de septiembre del
2021]. Williams obstetricia. Editorial Medica Panamericana

ANEXOS

ANEXO 1: Acta de sustentación

ACTA DE SUSTENTACIÓN

El Jurado Evaluador de la Tesis/Trabajo de investigación titulado: "PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA VIRTUAL COMO APOYO DURANTE EL TRABAJO DE PARTO EN GESTANTES EN UN ESTABLECIMIENTO DE SALUD PÚBLICA, LIMA, PERÚ 2021"

Que ha sustentado los Bachiller(es):

Huaman Olivo, Karem Patricia.

Acuerda por: Unanimidad, Aprobar Otorgando la calificación de:

Aprobado*

() Excelente

() Sobresaliente

(x) Bueno

() Aprobado

Desaprobado

*Nota: En el caso este formato se use como regularización o continuidad de trámite y no se cuente con la nota específica del evaluado; durante la coyuntura de emergencia – Covid19, se debe de omitir las opciones de aprobado.

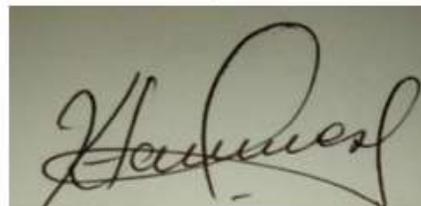
Este acuerdo se hizo de conocimiento del interesado (a) y del público presente.

Presidente (a) del Jurado	Karina Erika Hammer Arata	COP 17382
	Nombre y Apellidos	Nro. Colegiatura o DNI

Miembro del Jurado	Margarita Eli Oscategui Peña	COP 3829
		Nro. Colegiatura o DNI

Miembro del Jurado	Cecilia Inés Mejía Gomero	19057
	Nombre y Apellidos	Nro. Colegiatura o DNI

Lima, 26. de Octubre del 2021



Firma del Presidente(a) del Jurado

ANEXO 2: Instrumento de investigación

ENCUESTA

“Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud público, Lima, Perú 2021”

La presente encuesta tiene por finalidad recoger información sobre los beneficios de la Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud público. Dicha información recolectada será utilizada con motivo de estudio para obtener el título de licenciada en obstetricia. Este cuestionario es anónimo, lea con atención las siguientes preguntas y responda con total sinceridad.

1. DATOS GENERALES:

1.1 Edad:

- a. menor de 15.
- b. 16 a 25.
- c. 26 a 35.
- d. 36 a más.

1.2 Grado de instrucción:

- a. Primaria.
- b. Secundaria incompleta.
- c. Secundaria completa.
- d. Técnico superior.
- e. Superior universitaria.

1.3 Estado civil:

- a. Soltera.
- b. Conviviente.
- c. Casada.
- d. Divorciada.

1.4 Ocupación:

- a. Estudiante.
- b. Ama de casa.
- c. Trabajo dependiente.
- d. trabajo Independiente.

1.5. Número de hijos:

- a.1.
- b.2.
- c.3 o más.

2. BENEFICIOS DE LA PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA VIRTUAL

2.1 ASPECTOS INFORMATIVOS SOBRE LA PPO VIRTUAL

2.1.1 ¿Cómo se informó sobre las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. A través de una Obstetra.
- b. A través de un Médico.
- c. De un familiar.
- d. De un amigo.
- e. Medios virtuales.

2.1.2 ¿Cuántas clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual participó?

- a. 1.
- b. 2.
- c. 3.
- d. 4.
- e. 5.
- f. 6.

2.1.3 ¿Qué importancia tiene el curso de psicoprofilaxis obstétrica virtual?

- a. Brindar apoyo emocional a la pareja.
- b. Preparar a la gestante para el parto y después del parto.
- c. Menor riesgo a presentar complicaciones durante el parto.
- d. Menor duración del parto.

2.1.4 ¿Qué beneficios tiene la psicoprofilaxis obstétrica virtual?

- a. Obtener una buena actitud frente al parto.
- b. Reducir las complicaciones en el parto.
- c. Recuperación más rápida después del parto.
- d. Disminución de la ansiedad.

2.1.5 Para usted ¿Qué método de enseñanza es más accesible de realizar con respecto a las clases de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Presencial.
- b. Virtual.

¿Por qué? Especificación corta: _____.

2.1.6 ¿Qué dificultades se presentaron durante las clases de psicoprofilaxis virtual?

- a. Internet inestable.
- b. Requería ayuda para poder ingresar a la plataforma.
- c. Ruidos externos.

2.2 ANTES DEL TRABAJO DE PARTO

2.2.1 ¿Estuvo acompañada durante las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Si.
- b. No.

2.2.2 ¿Realizó los ejercicios para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Si.
- b. No.

2.2.3 ¿Realizó las técnicas de relajación para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétricas?

- a. Si.
- b. No.

2.2.4 ¿Comprendió las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Si.
- b. No.

2.2.5 ¿Sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica le ayudaron durante todo su embarazo?

- a. Si.
- b. No.

2.3 DURANTE EL TRABAJO DE PARTO

2.3.1. Desde el momento que la hospitalizaron ¿Cuántas horas estuvo hasta dar a luz?

- a. 6 a 8 horas.
- b. 8 a 12 horas.
- c. Más de 12 horas.

2.3.2 Tipo de parto:

- a. Normal.
- b. Cesárea.

2.3.3 ¿Durante su parto aplicó los ejercicios de preparación para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Si.
- b. No.

2.3.4 ¿Durante su parto realizó las técnicas de respiración para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Si.
- b. No.

2.4. DESPUÉS DEL TRABAJO DE PARTO:

2.4.1 Contacto piel a piel:

- a. Si.
- b. No.

2.4.2 ¿Cómo fue su parto?

- a. Muy difícil.
- b. Difícil.
- c. Dentro de lo esperado.

2.4.3 En general, ¿Aplicó las lecciones dadas en sus clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?

- a. Si.
- b. No.

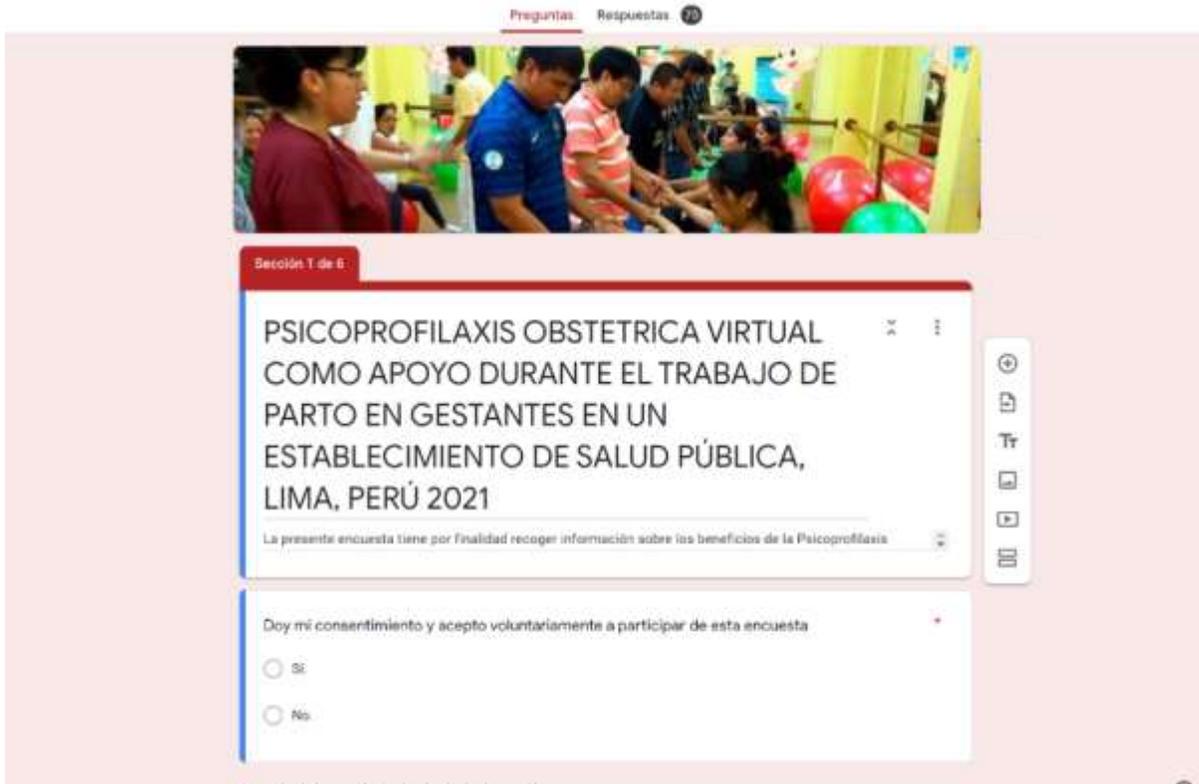
2.4.4 En general, ¿Las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica fueron de ayuda durante el parto?

- a. Si.
- b. No.

2.4.5 En general, ¿Las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica deberían de mejorar?

- a. Si.
- b. No.

ANEXO 3: Modelo de la encuesta aplicada a la población a través del aplicativo de Google Forms y el consentimiento informado



Preguntas Respuestas 70



Sección 1 de 6

PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA VIRTUAL
COMO APOYO DURANTE EL TRABAJO DE
PARTO EN GESTANTES EN UN
ESTABLECIMIENTO DE SALUD PÚBLICA,
LIMA, PERÚ 2021

La presente encuesta tiene por finalidad recoger información sobre los beneficios de la Psicoprofilaxis

Doy mi consentimiento y acepto voluntariamente a participar de esta encuesta

Sí

No

ANEXO 4: FICHA DE JUICIO DE EXPERTOS

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN:

TESIS: “Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud público, Lima, Perú 2021”

Investigador: Karem Patricia, Huaman Olivo.

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del cuestionario de la encuesta que le mostramos, marque con un aspa el casillero que cree conveniente de acuerdo con su criterio y experiencia profesional, denotando si cuenta o no con los requisitos mínimos de formulación para su posterior aplicación.

1.- Muy poco	2.- Poco	3.- Regular	4.- Aceptable	5.-Muy aceptable
--------------	----------	-------------	---------------	------------------

DIMENSIÓN: DATOS GENERALES		1	2	3	4	5
INDICADOR: EDAD						
1.1	Edad:					X
a.	14 – 15					X
b.	16 – 25					X
c.	26 - 35					X
c.	36 a más					X
INDICADOR: GRADO DE INSTRUCCIÓN						
1.2	Grado de instrucción:					X
a.	Secundaria incompleta					X
b.	Secundaria completa					X
c.	Técnico superior					X
	Superior universitaria					X
INDICADOR: ESTADO CIVIL						
1.3	Estado civil:					X
a.	soltera					X

b.	Conviviente								X
c.	Casada								X
d.	Divorciada								X
INDICADOR: OCUPACIÓN									
1.4	Ocupación:								X
a.	Estudiante								X
b.	Ama de casa								X
c.	Trabajo dependiente								X
d.	Trabajo independiente								X
BENEFICIOS DE LA PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA VIRTUAL									
DIMENSIÓN: ASPECTOS INFORMATIVOS SOBRE LA PPO VIRTUAL.		1	2	3	4	5			
INDICADOR: INFORMACIÓN SOBRE LA PPO VIRTUAL									
2.1.1	¿Cómo le llegó la información sobre las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?								X
a.	A través de una obstetra.								X
b.	A través de un médico.								X
c.	De un familiar.								X
d.	De un amigo.								X
e.	Medio virtual.								
INDICADOR: ASISTENCIA									
2.1.2	¿Cuántas clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual asistió?								X
a.	1								X
b.	2								X
c.	3								X
d.	4		X						
INDICADOR: IMPORTANCIA DE LA PSICOPROFILAXIS									
2.1.3	¿Qué importancia tuvo el curso de psicoprofilaxis obstétrica virtual?							X	
a.	Brindar apoyo emocional a la pareja.							X	
b.	Preparar a la gestante para el parto y después del parto.							X	
c.	Brindar apoyo a la familia.							X	
d.	A y B							X	
INDICADOR: BENEFICIOS									

2.1.4	¿Qué beneficios tuvo la psicoprofilaxis obstétrica virtual?					X	
a.	Obtener una buena actitud frente al parto.					X	
b.	Reducir las complicaciones en el parto.					X	
c.	Recuperación más rápida después del parto					X	
d.	Todas las anteriores.					X	
INDICADOR: MÉTODO DE ENSEÑANZA							
2.1.5	Para usted ¿Qué método de enseñanza es más accesible con respecto a las clases de psicoprofilaxis virtual?						X
a.	Presencial.						X
b.	Virtual						X
	¿Por qué? Especificación corta: _____.						X
DIMENSIÓN: ANTES DEL TRABAJO DE PARTO							
INDICADOR: ACOMPAÑAMIENTO							
2.2.1	¿Estuvo acompañada durante las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						X
b.	No.						X
INDICADOR: GIMNASIA OBSTÉTRICA							
2.2.2	¿Realizó los ejercicios para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						X
b.	No.						X
INDICADOR: TÉCNICAS DE RELAJACIÓN							
2.2.3	¿Realizó las técnicas de relajación para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétricas?						X
a.	Si.						X
b.	No.						X
	¿cómo se sintió? Especificación corta: _____.						X
INDICADOR: COMPRENSIÓN							
2.2.4	¿Comprendió las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						X
b.	No.						X

2.2.5	¿sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica le ayudaron durante todo su embarazo?					X
a.	Si.					X
b.	No.					X

DIMENSIÓN: DURANTE EL TRABAJO DE PARTO		1	2	3	4	5
INDICADOR: DURACIÓN DEL TRABAJO DE PARTO						
2.3.1	¿Cuánto tiempo duró el trabajo de parto?			X		
a.	6 a 8 horas.					
b.	8 a 12 horas.					
c.	Mayor a 12 horas.					
INDICADOR: TIPO DE PARTO						
2.3.2	Tipo de parto.					X
a.	Normal.					X
b.	Cesárea.					X
INDICADOR: APLICACIÓN DE TÉCNICAS						
2.3.3	¿Aplicó los ejercicios de preparación para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					X
a.	Si.					X
b.	No.					X
2.3.4	¿Realizó las técnicas de respiración para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					X
a.	Si.					X
b.	No.					X
DIMENSIÓN: DESPUÉS DEL TRABAJO DE PARTO		1	2	3	4	5
INDICADOR: CONTACTO PIEL A PIEL						
2.4.1	Contacto piel a piel:					X
b.	Si.					X
c.	No.					X
INDICADOR: ENSEÑANZA Y APLICACIÓN DE LO APRENDIDO						
2.4.2	¿Cómo fue su parto?					X
a.	Muy difícil.					X
b.	Difícil.					X

c.	Dentro de lo esperado.					X
2.4.3	¿Aplicó las lecciones dadas en sus clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					X
a.	Si.					X
b.	No.					X
2.4.3	¿Sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica fueron de ayuda durante el parto?					X
a.	Si.					X
b.	No.					X
2.4.4	¿cree usted que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica deberían de mejorar?					X
a.	Si.					X
b.	No.					X
	Si dice si ¿Por qué? Especificación corta: _____.					X

PROMEDIO DE VALORACIÓN

OPINIÓN DE APLICABILIDAD

a) Muy poco b) Poco c) Regular d) Aceptable e) Muy aceptable

Nombres y Apellidos	CECILIA INÉS MEJÍA GOMERO	DNI N°	10732543
Correo electrónico	cecilia.mejia@upn.pe		
Grado académico	MAGÍSTER	Teléfono	995730005
Mención	DOCENCIA E INVESTIGACIÓN EN SALUD		



Firma

Firma

Lugar y fecha: LIMA, 21 DE AGOSTO DE 2021

INSTRUMENTO DE OPINIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo e Institución donde labora	Nombre del Instrumento	Autor(a) (es) del Instrumento
MEJÍA GOMERO CECILIA INÉS	DOCENTE ASOCIADO- UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE	ENCUESTA	Huaman Olivo, Karem Patricia
Título de la investigación: “Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de Salud Pública ,Lima, Perú 2021”			

DATOS GENERALES:
ASPECTOS DE VALIDACION:

Coloque el porcentaje, según intervalo.

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 00-20%				REGULAR 21-40%				BUENA 41-60%				MUY BUENA 61-80%				EXCELENTE 81-100%			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.																X				
OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas o actividades, observables en una organización.																	X			
ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.															X					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica coherente.																X				
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos (indicadores, sub escalas, dimensiones) en cantidad y calidad.																	X			
INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar la influencia de la VI en la VD o la relación entre ambas, con determinados sujetos y contexto.																	X			
CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico - científico.																	X			
COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.								X												
METODOLOGIA	Las estrategias responde al propósito del diagnostico															X					
PROMEDIO																					

OPINIÒN DE APLICABILIDAD:

Procede su aplicaciòn
 Procede su aplicaciòn previo levantamiento de las observaciones que se adjuntan
 No procede su aplicaciòn

X

LIMA, 21 DE AGOSTO DE 2021	10732543	 Firma	995730005
Lugar y fecha	DNI N°	Firma del experto	Teléfono

FICHA DE JUICIO DE EXPERTOS

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN:

TESIS: “Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud público, Lima, Perú 2021”

Investigador: Karem Patricia, Huaman Olivo.

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del cuestionario de la encuesta que le mostramos, marque con un aspa el casillero que cree conveniente de acuerdo con su criterio y experiencia profesional, denotando si cuenta o no con los requisitos mínimos de formulación para su posterior aplicación.

1.- Muy poco	2.- Poco	3.- Regular	4.- Aceptable	5.-Muy aceptable
--------------	----------	-------------	---------------	------------------

DIMENSIÓN: DATOS GENERALES		1	2	3	4	5
INDICADOR: EDAD						
1.1	Edad:					
a.	14 – 15				x	
b.	16 – 25					x
c.	26 - 35					x
c.	36 a más					x
INDICADOR: GRADO DE INSTRUCCIÓN						
1.2	Grado de instrucción:					x
a.	Secundaria incompleta					x
b.	Secundaria completa					x
c.	Técnico superior					x
	Superior universitaria					x
INDICADOR: ESTADO CIVIL						
1.3	Estado civil:					
a.	soltera					x

b.	Conviviente								X
c.	Casada								X
d.	Divorciada								X
INDICADOR: OCUPACIÓN									
1.4	Ocupación:								X
a.	Estudiante								X
b.	Ama de casa								X
c.	Trabajo dependiente								X
d.	Trabajo independiente								X
BENEFICIOS DE LA PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA VIRTUAL									
DIMENSIÓN: ASPECTOS INFORMATIVOS SOBRE LA PPO VIRTUAL.		1	2	3	4	5			
INDICADOR: INFORMACIÓN SOBRE LA PPO VIRTUAL									
2.1.1	¿Cómo le llegó la información sobre las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?								
a.	A través de una obstetra.							X	
b.	A través de un médico.							X	
c.	De un familiar.							X	
d.	De un amigo							X	
INDICADOR: ASISTENCIA									
2.1.2	¿Cuántas clases de psicoprofilaxis obstétrica virtual asistió?								
a.	1								X
b.	2								X
c.	4								X
d.	todas.								X
INDICADOR: IMPORTANCIA DE LA PSICOPROFILAXIS									
2.1.3	¿Qué importancia tuvo el curso de psicoprofilaxis obstétrica virtual?								X
a.	Brindar apoyo emocional a la pareja.								X
b.	Preparar a la gestante para el parto y después del parto.								X
c.	Brindar apoyo a la familia.								X
d.	A y B								
INDICADOR: BENEFICIOS									
2.1.4	¿Qué beneficios tuvo la psicoprofilaxis obstétrica virtual?								

a.	Obtener una buena actitud frente al parto.						X
b.	Reducir las complicaciones en el parto.						X
c.	Recuperación más rápida después del parto						X
d.	Todas las anteriores.						
INDICADOR: MÉTODO DE ENSEÑANZA							
2.1.5	Para usted ¿Qué método de enseñanza es más accesible con respecto a las clases de psicoprofilaxis virtual?						
a.	Presencial.						
b.	Virtual						
	¿Por qué? Especificación corta: _____.						
DIMENSIÓN: ANTES DEL TRABAJO DE PARTO							
INDICADOR: ACOMPAÑAMIENTO							
2.2.1	¿Estuvo acompañada durante las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						
b.	No.						
INDICADOR: GIMNASIA OBSTÉTRICA							
2.2.2	¿Realizó los ejercicios para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						
b.	No.						
INDICADOR: TÉCNICAS DE RELAJACIÓN							
2.2.3	¿Realizó las técnicas de relajación para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétricas?						X
a.	Si.						
b.	No.						
	¿cómo se sintió? Especificación corta: _____.						
INDICADOR: COMPRENSIÓN							
2.2.4	¿Comprendió las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						
b.	No.						
2.2.5	¿sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica le ayudaron durante todo su embarazo?						X

a.	Si.						
b.	No.						

DIMENSIÓN: DURANTE EL TRABAJO DE PARTO		1	2	3	4	5
INDICADOR: DURACIÓN DEL TRABAJO DE PARTO						
2.3.1	¿Cuánto tiempo duró el trabajo de parto?					x
a.	6 a 8 horas.					
b.	8 a 12 horas.					
c.	Mayor a 12 horas.					
INDICADOR: TIPO DE PARTO						x
2.3.2	Tipo de parto.					
a.	Normal.					
b.	Cesárea.					
INDICADOR: APLICACIÓN DE TÉCNICAS						
2.3.3	¿Aplicó los ejercicios de preparación para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					x
a.	Si.					
b.	No.					
2.3.4	¿Realizó las técnicas de respiración para el parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					x
a.	Si.					
b.	No.					
DIMENSIÓN: DESPUÉS DEL TRABAJO DE PARTO		1	2	3	4	5
INDICADOR: CONTACTO PIEL A PIEL						
2.4.1	Contacto piel a piel:					x
b.	Si.					
c.	No.					
INDICADOR: ENSEÑANZA Y APLICACIÓN DE LO APRENDIDO						
2.4.2	¿Cómo fue su parto?				x	
a.	Muy difícil.					
b.	Difícil.					
c.	Dentro de lo esperado.					

2.4.3	¿Aplicó las lecciones dadas en sus clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?								X
a.	Si.								
b.	No.								
2.4.3	¿Sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica fueron de ayuda durante el parto?								X
a.	Si.								
b.	No.								
2.4.4	¿cree usted que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica deberían de mejorar?								X
a.	Si.								
b.	No.								
	Si dice si ¿Por qué? Especificación corta: _____.								

PROMEDIO DE VALORACIÓN

OPINIÓN DE APLICABILIDAD

a) Muy poco b) Poco c) Regular d) Aceptable e) Muy aceptable

Recomendaciones:.....Muy Aceptable

.....

.....

.....

.....

Nombres y Apellidos	Karina Erika Hammer Arata	DNI N°	10180379
Correo electrónico	Karina.hammer upn.pe		
Grado académico	Magister salud publica	Teléfono	942956334
Mención			

FICHA DE JUICIO DE EXPERTOS

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN:

TESIS: "Psicoprofilaxis obstétrica virtual como apoyo durante el trabajo de parto en gestantes en un establecimiento de salud público, Lima, Perú 2021"

Investigador: Karem Patricia, Huaman Olivo.

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del cuestionario de la encuesta que le mostramos, marque con un aspa el casillero que cree conveniente de acuerdo con su criterio y experiencia profesional, denotando si cuenta o no con los requisitos mínimos de formulación para su posterior aplicación.

1.- Muy poco	2.- Poco	3.- Regular	4.- Aceptable	5.-Muy aceptable
--------------	----------	-------------	---------------	------------------

DIMENSIÓN: DATOS GENERALES		1	2	3	4	5
INDICADOR: EDAD		X				
1.1	Edad:					
a.	14 – 15					
b.	16 – 25					
c.	26 - 35					
c.	36 a más					
INDICADOR: GRADO DE INSTRUCCIÓN		X				
1.2	Grado de instrucción:					
a.	Secundaria incompleta					
b.	Secundaria completa					
c.	Técnico superior					
	Superior universitaria					
INDICADOR: ESTADO CIVIL		X				
1.3	Estado civil:					
a.	soltera					

b.	Conviviente					
c.	Casada					
d.	Divorciada					
INDICADOR: OCUPACIÓN		X				
1.4	Ocupación:					
a.	Estudiante					
b.	Ama de casa					
c.	Trabajo dependiente					
d.	Trabajo independiente					
BENEFICIOS DE LA PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA VIRTUAL						
DIMENSIÓN: ASPECTOS INFORMATIVOS SOBRE LA PPO VIRTUAL.		1	2	3	4	5
INDICADOR: INFORMACIÓN SOBRE LA PPO VIRTUAL						
2.1.1	¿Cómo le llegó la información sobre las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?				X	
a.	A través de una obstetra.					
b.	A través de un médico.					
c.	De un familiar.					
d.	De un amigo					
INDICADOR: ASISTENCIA						
2.1.2	¿Cuántas clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?			X		
a.	1					
b.	2					
c.	4					
d.	todas.					
INDICADOR: IMPORTANCIA DE LA PSICOPROFILAXIS						
2.1.3	¿Qué importancia tiene el curso de psicoprofilaxis obstétrica virtual?		X			
a.	Brindar apoyo emocional a la pareja.					
b.	Preparar a la gestante para el parto y después del parto.					
c.	Brindar apoyo a la familia.					
d.	A y B					
INDICADOR: BENEFICIOS						
2.1.4	¿Qué beneficios tiene la psicoprofilaxis obstétrica virtual?		X			

a.	Una buena actitud frente al parto.					
b.	Menor complicaciones en el parto.					
c.	Recuperación más rápida después del parto					
d.	Todas las anteriores.					
INDICADOR: MÉTODO DE ENSEÑANZA						X
2.1.5	Para usted ¿Qué método de enseñanza es más accesible con respecto a las clases de psicoprofilaxis virtual?					
a.	Presencial.					
b.	Virtual					
	¿Por qué? Especificación corta: _____.					
DIMENSIÓN: ANTES DEL TRABAJO DE PARTO						
INDICADOR: ACOMPAÑAMIENTO						X
2.2.1	¿Estuvo acompañada durante las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					
a.	Si.					
b.	No.					
INDICADOR: GIMNASIA OBSTÉTRICA						
2.2.2	¿Realizó los ejercicios para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?			X		
a.	Si.					
b.	No.					
INDICADOR: TÉCNICAS DE RELAJACIÓN						
2.2.3	¿Realizó las técnicas de relajación para la preparación del parto dadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétricas			X		
a.	Si.					
b.	No.					
	¿cómo se sintió? Especificación corta: _____.					
INDICADOR: COMPRENSIÓN						
2.2.4	¿Comprendió las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?			X		
a.	Si.					
b.	No.					
2.2.5	¿sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica le ayudaron durante todo su embarazo?			X		

a.	Si.					
b.	No.					

DIMENSIÓN: DURANTE EL TRABAJO DE PARTO		1	2	3	4	5
INDICADOR: DURACIÓN DEL TRABAJO DE PARTO						
2.3.1	¿Cuánto tiempo duró el trabajo de parto?	X				
a.	6 a 8 horas.					
b.	8 a 12 horas.					
c.	Mayor a 12 horas.					
INDICADOR: TIPO DE PARTO						
2.3.2	Tipo de parto.					X
a.	Normal.					
b.	Cesárea.					
INDICADOR: APLICACIÓN DE TÉCNICAS						X
2.3.3	¿ Aplicó los ejercicios de preparación en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					
a.	Si.					
b.	No.					
2.3.4	¿Realizó las técnicas de respiración enseñadas en las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?					X
a.	Si.					
b.	No.					
DIMENSIÓN: DESPUÉS DEL TRABAJO DE PARTO		1	2	3	4	5
INDICADOR: CONTACTO PIEL A PIEL						
2.4.1	Contacto piel a piel:	X				
b.	Si.					
c.	No.					
INDICADOR: ENSEÑANZA Y APLICACIÓN DE LO APRENDIDO						
2.4.2	¿Cómo fue su parto?			X		
a.	Muy difícil.					
b.	Difícil.					
c.	Dentro de lo esperado.					

2.4.3	¿Aplicó las lecciones dadas en sus clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica?						X
a.	Si.						
b.	No.						
2.4.3	¿sintió que las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica fueron de ayuda durante el parto?						X
a.	Si.						
b.	No.						
2.4.4	¿ las clases virtuales de psicoprofilaxis obstétrica deberían mejorar?						X
a.	Si.						
b.	No.						
	Si dice si ¿Por qué? Especificación corta: _____.						

PROMEDIO DE VALORACIÓN

OPINIÓN DE APLICABILIDAD

a) Muy poco b) Poco **c) Regular** d) Aceptable e) Muy aceptable

8

Nombres y Apellidos	Sonia Sotelo Muñoz	DNI N°	32930019
Correo electrónico	sonia.sotelo@upn.pe		
Grado académico	Magister	Teléfono	959898011
Mención	Docencia, Currículo e Investigación		

Firma

Lugar y fecha:29 de octubre del 2020.....

INSTRUMENTO DE OPINIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

DATOS GENERALES:

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo e Institución donde labora	Nombre del Instrumento	Autor(a) (es) del Instrumento
Título de la investigación:			

ASPECTOS DE VALIDACION:

Coloque el porcentaje, según intervalo.

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 00-20%				REGULAR 21-40%				BUENA 41-60%				MUY BUENA 61-80%				EXCELENTE 81-100%			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.								X												
OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas o actividades, observables en una organización.												X								
ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.												X								
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica coherente.															X					
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos (indicadores, sub escalas, dimensiones) en cantidad y calidad.								X												
INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar la influencia de la VI en la VD o la relación entre ambas, con determinados sujetos y contexto.	X																			
CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico - científico.								X												
COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.												X								
METODOLOGIA	Las estrategias responde al propósito del diagnostico								X												
PROMEDIO: 47																					

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Procede su aplicación

Procede su aplicación previo levantamiento de las observaciones que se adjuntan

No procede su aplicación



07-09-21	32930019		959898011
Lugar y fecha	DNI N°	Firma del experto	Teléfono