

ANSIEDAD MATERNA DURANTE EL TRABAJO DE PARTO Y SU RELACIÓN CON EL ACOMPAÑAMIENTO

MATERNAL ANXIETY DURING LABOR AND ITS RELATIONSHIP WITH COMPANIONSHIP

Joana Estefanía Sánchez Castañeda¹

¹ Centro de Formación Profesional Buenavista S.C. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. Correo electrónico: joana.sanchez08@gmail.com

Resumen

La ansiedad materna durante el trabajo de parto constituye una respuesta emocional frecuente que puede influir de manera significativa en la experiencia del parto, el bienestar psicológico de la mujer y la percepción de la atención recibida. En el contexto de la atención obstétrica contemporánea, el acompañamiento continuo ha sido promovido como una estrategia fundamental de humanización del parto. El objetivo del presente artículo es analizar de manera exploratoria la relación entre la ansiedad materna durante el trabajo de parto y la presencia de acompañamiento. Se realizó un estudio exploratorio con enfoque cualitativo y diseño transversal. La recolección de la información se llevó a cabo mediante una entrevista semiestructurada aplicada a través de un formulario electrónico a ocho mujeres que cursaron trabajo de parto en una unidad tocoquirúrgica. El instrumento incluyó ítems con escala Likert de tres puntos y preguntas abiertas, y fue sometido a un pilotaje previo. Como resultado, las participantes manifestaron niveles elevados de ansiedad, principalmente asociados al dolor, la incertidumbre del proceso y la preocupación por el bienestar del recién nacido. No obstante, el acompañamiento fue percibido como un apoyo emocional relevante que contribuyó a disminuir la ansiedad y a mejorar la experiencia del parto. En conclusión, el acompañamiento durante el trabajo de parto se asocia con una vivencia emocional más positiva, lo que resalta la importancia de promover esta práctica dentro de la atención obstétrica centrada en la mujer.

Palabras clave: Ansiedad materna; trabajo de parto; acompañamiento; atención humanizada.

Abstract

Maternal anxiety during labor is a common emotional response that can significantly influence the birth experience, the woman's psychological well-being, and her perception of the care received. In the context of contemporary obstetric care, continuous support has been promoted as a fundamental strategy for humanizing childbirth. The objective of this article is to explore the relationship between maternal anxiety during labor and the presence of support. An exploratory study with a qualitative approach and cross-sectional design was conducted. Data collection was carried out through semi-structured interviews administered via an electronic form to eight women who went into labor in a delivery unit. The instrument included items with a three-point Likert scale and open-ended questions, and it underwent prior pilot testing. As a result, participants reported high levels of anxiety, primarily associated with pain, uncertainty about the process, and concern for the newborn's well-being. However, the support provided was perceived as relevant emotional support that contributed to reducing anxiety and improving the birth experience. In conclusion, support during labor is associated with a more positive emotional experience, highlighting the importance of promoting this practice within woman-centered obstetric care.

Keywords: Maternal anxiety; labor; companionship; humanized care.

Introducción

El trabajo de parto representa uno de los acontecimientos más significativos en la vida reproductiva de la mujer, no solo por su relevancia biológica, sino también por las profundas implicaciones emocionales, psicológicas y sociales que conlleva. Durante este proceso, la ansiedad materna se presenta como una respuesta frecuente ante el dolor, la incertidumbre y el temor por el bienestar propio y del recién nacido (Carlino & Mills, 2021).

La ansiedad materna durante el trabajo de parto se manifiesta comúnmente a través de miedo, tensión, preocupación e inseguridad, y puede verse influida por múltiples factores como el dolor, la falta de información, las experiencias previas, el entorno hospitalario y la percepción del apoyo recibido.

Diversos estudios han señalado que niveles elevados de ansiedad pueden repercutir negativamente en la experiencia del parto y en la percepción de la atención obstétrica recibida (Díaz-Morales & Rivera-Romero, 2021). En este sentido, la ansiedad no solo constituye una respuesta emocional individual, sino también un fenómeno relacionado con las condiciones en las que se brinda la atención durante el trabajo de parto.

En respuesta a esta problemática, en las últimas décadas se ha impulsado el modelo de atención obstétrica humanizada, el cual promueve prácticas centradas en la mujer, el respeto a sus derechos y la consideración de sus necesidades emocionales. Dentro de este modelo, el acompañamiento continuo durante el trabajo de parto ha sido reconocido como una intervención de bajo costo y alto impacto. La Organización Mundial de la Salud recomienda permitir que la mujer esté acompañada por una persona de su elección, destacando beneficios como la reducción de la ansiedad, el miedo y una mayor satisfacción con la experiencia del parto (World Health Organization [WHO], 2018).

A pesar de estas recomendaciones, el acompañamiento durante el trabajo de parto no siempre se implementa de manera sistemática en todas las instituciones de salud, particularmente en unidades tocoquirúrgicas. Esta situación pone de manifiesto la necesidad de generar evidencia que permita comprender la relación entre la ansiedad materna y el acompañamiento desde la perspectiva de las propias mujeres.

Por lo anterior, el objetivo de la presente investigación es analizar de manera exploratoria la relación entre la ansiedad materna durante el trabajo de parto y la presencia de acompañamiento, como un primer acercamiento al fenómeno en el contexto de la atención obstétrica.

Metodología

Se desarrolló un estudio de tipo exploratorio con enfoque cualitativo y diseño transversal, adecuado para comprender las experiencias y percepciones de las mujeres respecto a la ansiedad materna y el acompañamiento durante el trabajo de parto (Hernández-Sampieri et al., 2018). Este tipo de diseño permitió obtener una aproximación inicial a las experiencias y percepciones de las mujeres respecto a la ansiedad materna y el acompañamiento durante el trabajo de parto.

La población de estudio estuvo conformada por mujeres que cursaron trabajo de parto en una unidad tocoquirúrgica. La muestra fue de tipo intencional y estuvo integrada por ocho participantes que aceptaron colaborar de manera voluntaria, considerando su disposición para compartir su experiencia.

La técnica de recolección de datos utilizada fue la entrevista semiestructurada, aplicada mediante un formulario electrónico. El instrumento estuvo conformado por doce ítems organizados en cuatro secciones: ansiedad materna, acompañamiento durante el trabajo de parto, tipo de acompañante y percepción del apoyo emocional. Se incluyeron ítems con escala Likert de tres puntos como apoyo exploratorio, así como preguntas abiertas para profundizar en las vivencias de las participantes.

Previo a su aplicación definitiva, el instrumento fue sometido a un pilotaje, con el fin de evaluar la claridad, comprensión y pertinencia de los ítems. A partir de los resultados del pilotaje se realizaron ajustes menores en la redacción y el orden de algunas preguntas. Durante todo el proceso se respetaron los principios éticos de la investigación en salud, garantizando la confidencialidad, el anonimato y la participación voluntaria de las mujeres.

La primera sección del instrumento se orientó a explorar la ansiedad materna durante el trabajo de parto, considerando tanto su intensidad como los factores emocionales asociados. A partir de esta sección se obtuvieron los siguientes resultados, los cuales reflejan la experiencia emocional de las participantes durante dicho proceso.

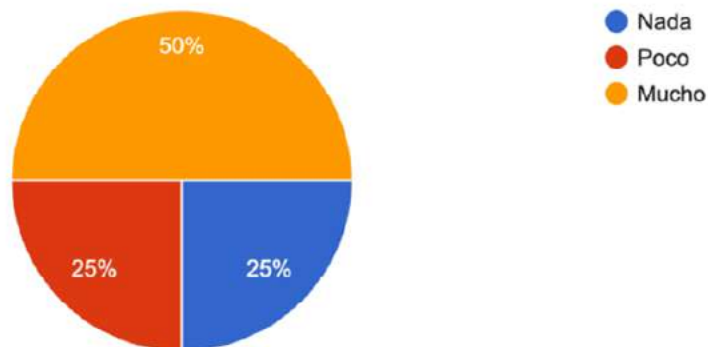
Resultados del estudio

La figura 1 muestra que el 50 % de las participantes reportó haber experimentado un nivel alto de ansiedad durante el trabajo de parto, mientras que el 25 % refirió un nivel bajo de ansiedad y otro 25 % indicó no haber presentado ansiedad.

Figura 1.*Nivel de ansiedad durante el trabajo de parto.*

Durante el trabajo de parto, ¿qué nivel de ansiedad experimentó?

8 respuestas

**Fuente.** Elaboración propia (2025).

Los resultados evidencian que la mitad de las mujeres experimentó ansiedad intensa durante el trabajo de parto, lo que confirma que este proceso es vivido como una experiencia emocionalmente demandante para una proporción importante de las participantes. No obstante, el hecho de que un 50 % restante reportara ansiedad baja o nula sugiere que existen factores moduladores, como el acompañamiento y el apoyo emocional, que pueden influir en la percepción y manejo de la ansiedad durante el parto.

Al pedirles que explicaran su respuesta, las participantes muestran que la ansiedad durante el trabajo de parto estuvo relacionada principalmente con factores clínicos, emocionales y contextuales. Las mujeres expresaron tensión asociada a complicaciones obstétricas previas, temor por la salud del recién nacido, dolor del trabajo de parto y la incertidumbre sobre la evolución del proceso (dilatación, posibilidad de cesárea).

De manera contrastante, algunas participantes señalaron bajos o nulos niveles de ansiedad, atribuyéndolos a la presencia de acompañamiento efectivo, así como al apoyo y contención brindados por el personal de enfermería y médico.

La gráfica muestra que el 62.5 % de las participantes manifestó haber sentido mucho miedo o preocupación durante el trabajo de parto, mientras que el 25 % reportó haberlo sentido poco y solo el 12.5 % indicó no haber experimentado miedo o preocupación.

Las respuestas de las participantes evidencian que la principal preocupación durante el trabajo de parto estuvo relacionada con el estado de salud y bienestar del bebé. La mayoría de las

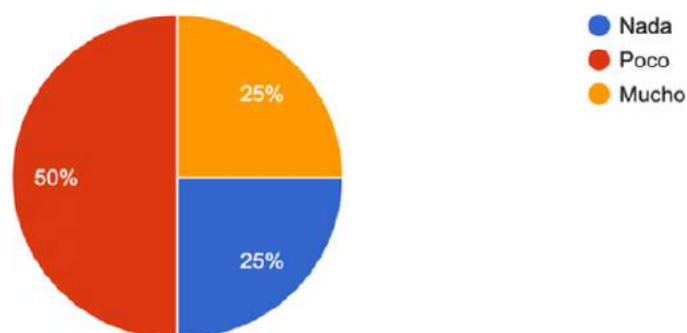
mujeres expresó temor a que el recién nacido presentara complicaciones, sufriera algún daño durante el parto o naciera con problemas de salud.

Asimismo, algunas participantes manifestaron preocupación por factores clínicos específicos (véase **Figura 2**), como la presencia de vueltas de cordón umbilical, el dolor intenso y la percepción de falta de experiencia del personal médico. En contraste, una participante refirió no haber experimentado preocupación durante el proceso.

Figura 2.

Influencia de la ansiedad en la experiencia del parto.

¿Considera que la ansiedad influyó en su experiencia del parto?
8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La gráfica muestra que el 50 % de las participantes consideró que la ansiedad influyó poco en su experiencia del parto, mientras que el 25 % señaló que influyó mucho y otro 25 % indicó que no influyó.

Las respuestas de las participantes muestran que la ansiedad influyó en su experiencia del parto de diversas maneras, principalmente afectando la progresión del trabajo de parto, el manejo del dolor, la capacidad de concentración y la estabilidad emocional. Algunas mujeres describieron que la ansiedad generó descontrol emocional, sobrepensamiento y sensación de aislamiento, mientras que otras señalaron que el apoyo del personal de salud mitigó su impacto.

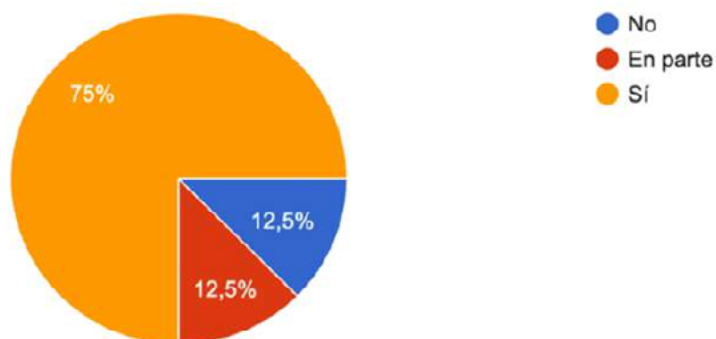
Para la mitad de las participantes, la ansiedad tuvo una influencia limitada, lo que puede estar relacionado con la presencia de factores protectores como el acompañamiento y el apoyo profesional. No obstante, el hecho de que una cuarta parte de las mujeres percibiera una influencia significativa indica que, en algunos casos, la ansiedad sí condiciona de manera importante la vivencia del parto.

La segunda sección del instrumento se orientó a analizar el acompañamiento durante el trabajo de parto (véase **Figura 3**), abordando la presencia del acompañante, el tipo de apoyo brindado y la percepción del impacto del acompañamiento en la experiencia emocional de las participantes.

Figura 3.

Presencia de acompañamiento durante el trabajo de parto.

Contó con acompañamiento durante el trabajo de parto?
8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La gráfica muestra que el 75 % de las participantes contó con acompañamiento durante el trabajo de parto, mientras que el 12.5 % refirió haber contado con acompañamiento solo de manera parcial y otro 12.5 % indicó no haber tenido acompañamiento.

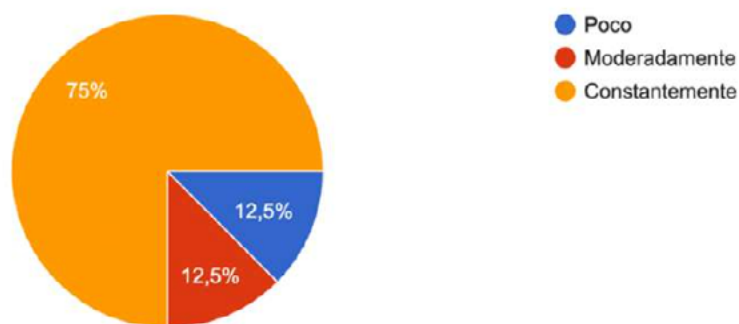
Los resultados evidencian que la mayoría de las mujeres contó con algún tipo de acompañamiento durante el trabajo de parto; sin embargo, la presencia de casos con acompañamiento parcial o ausente pone de manifiesto que esta práctica no se garantiza de manera uniforme. La falta total o parcial de acompañamiento puede influir en la experiencia emocional de las mujeres, especialmente en contextos donde la ansiedad y el miedo están presentes.

Al preguntar a las participantes ¿quién las acompañó durante el trabajo de parto? (véase **Figura 4**), las respuestas evidencian que el acompañamiento fue diverso, incluyendo tanto acompañantes significativos —como la pareja, el padre del bebé o amigos— como personal de salud, entre ellos enfermeras, médica y doula. En varios casos, las mujeres destacaron la presencia constante del personal de enfermería como un elemento central de apoyo emocional durante el proceso. No obstante, una participante refirió no haber contado con acompañamiento, describiendo una experiencia de aislamiento junto a otras mujeres, situación que fue percibida de manera negativa y asociada a una mayor sensación de vulnerabilidad.

Figura 4.*Presencia constante del acompañante durante el proceso.*

¿Qué tan presente estuvo su acompañante durante el proceso?

8 respuestas

**Fuente.** Elaboración propia (2025).

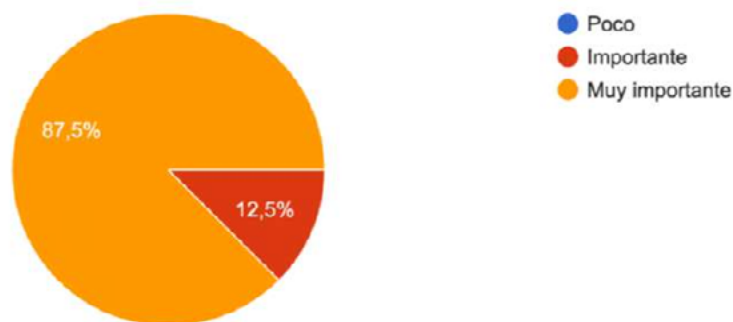
La gráfica muestra que el 75 % de las participantes percibió que su acompañante estuvo presente de manera constante durante el trabajo de parto, mientras que el 12.5 % indicó una presencia moderada y otro 12.5 % refirió una presencia limitada.

Los resultados sugieren que, en la mayoría de los casos, el acompañamiento fue percibido como continuo y cercano, lo que puede favorecer la sensación de seguridad y contención emocional durante el trabajo de parto. Sin embargo, la presencia moderada o escasa reportada por algunas participantes evidencia que no todas las mujeres experimentan el acompañamiento con la misma intensidad, lo cual podría influir en su vivencia emocional del proceso.

Al preguntar a las participantes ¿en qué momentos fue más importante el acompañamiento? (**Figura 5**), los resultados indican que este adquiere mayor relevancia durante momentos de dolor intenso, situaciones de vulnerabilidad emocional y toma de decisiones clínicas, así como en situaciones posteriores al nacimiento que generan angustia materna. No obstante, también se reconoce el valor del acompañamiento continuo a lo largo de todo el trabajo de parto, especialmente en mujeres primerizas. Estos hallazgos sugieren que el acompañamiento no debe limitarse a momentos específicos, sino mantenerse de forma constante y flexible, de acuerdo con las necesidades emocionales de la mujer.

Figura 5.*Importancia percibida del acompañamiento durante el trabajo de parto.*

¿Qué tan importante fue para usted contar con acompañamiento?
8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La gráfica muestra que el 87.5 % de las participantes consideró que contar con acompañamiento durante el trabajo de parto fue muy importante, mientras que el 12.5 % lo calificó como importante. No se registraron respuestas en niveles bajos de importancia.

Estos resultados evidencian que el acompañamiento es percibido como un elemento fundamental en la experiencia del trabajo de parto. La alta proporción de respuestas en el nivel “muy importante” sugiere que el acompañamiento cumple una función clave en la contención emocional, la sensación de seguridad y el afrontamiento del proceso, independientemente de la intensidad del dolor o de las condiciones clínicas.

Al preguntar a las participantes ¿por qué fue importante contar con acompañamiento durante el trabajo de parto?, las respuestas evidencian que este fue valorado principalmente por la sensación de seguridad, la disminución del estrés, el apoyo emocional y la orientación durante un proceso desconocido. Las mujeres destacaron que el acompañamiento les permitió afrontar el trabajo de parto con mayor tranquilidad, especialmente al tratarse de su primer parto.

Asimismo, se resaltó el valor del acompañamiento como una forma de evitar la vivencia del proceso en soledad, de recibir guía y explicaciones claras, y de contar con apoyo en momentos de dolor intenso. En algunos casos, se mencionó la ayuda práctica, como la realización de ejercicios de respiración, así como la presencia de la pareja como un elemento significativo para compartir el nacimiento del bebé.

En este sentido, los hallazgos sugieren que el acompañamiento no debe concebirse como un apoyo ocasional, sino como una estrategia continua y flexible, adaptada a las necesidades emocionales de cada mujer, y reconocida como un componente fundamental de la atención obstétrica humanizada.

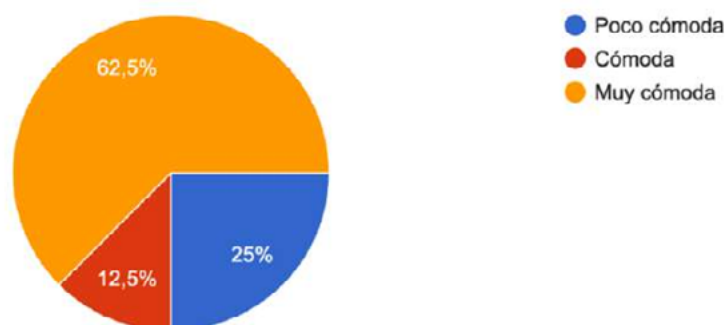
La tercera sección del instrumento se orientó a explorar el tipo de acompañante durante el trabajo de parto (**Figura 6**), permitiendo identificar las figuras que brindaron apoyo emocional y físico a las participantes, así como su relevancia en la experiencia del parto.

Figura 6.

Nivel de comodidad con la persona acompañante.

¿Qué tan cómoda se sintió con la persona que la acompañó?

8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La gráfica muestra que el 62.5 % de las participantes se sintió muy cómoda con la persona que la acompañó durante el trabajo de parto, mientras que el 12.5 % refirió sentirse cómoda y el 25 % indicó haberse sentido poco cómoda.

Los resultados sugieren que, en la mayoría de los casos, el acompañamiento fue brindado por personas con quienes las mujeres mantuvieron una relación de confianza, lo que favoreció una experiencia emocional más positiva durante el trabajo de parto. No obstante, la presencia de participantes que reportaron sentirse poco cómodas indica que la calidad del vínculo con el acompañante influye en la percepción del apoyo recibido y, potencialmente, en el manejo de la ansiedad durante el proceso.

Al solicitar a las participantes que explicaran por qué se sintieron cómodas o no con la persona que las acompañó, las respuestas muestran que la comodidad estuvo estrechamente relacionada con la sensación de tranquilidad, confianza y seguridad brindada durante el trabajo de parto. Las mujeres señalaron que la presencia del acompañante contribuyó al manejo del dolor, a la disminución de la ansiedad y a afrontar el proceso con mayor calma.

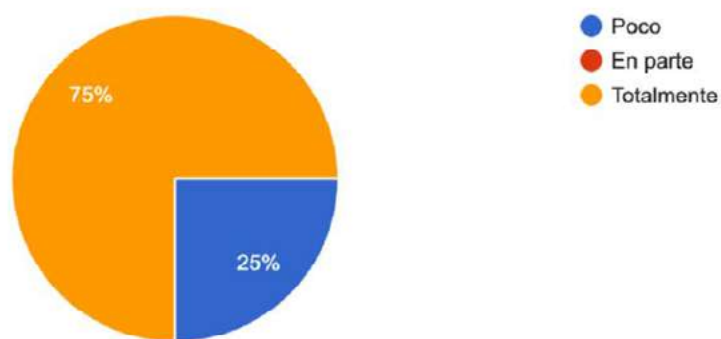
En varios casos, la relación afectiva previa, particularmente cuando se trataba del esposo o la pareja, fue identificada como un factor clave para generar confianza y bienestar emocional. Asimismo, algunas participantes destacaron el apoyo práctico recibido mediante ejercicios de respiración y técnicas para tolerar el dolor.

Por otro lado, se identificaron respuestas que reflejan menor comodidad, asociadas principalmente a la falta de información o desconocimiento del proceso por parte del acompañante (**Figura 7**), lo que limitó su capacidad para brindar apoyo efectivo en determinados momentos.

Figura 7.

Respeto a las decisiones durante el trabajo de parto.

¿El acompañante respetó sus decisiones durante el trabajo de parto?
8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La gráfica muestra que el 75 % de las participantes consideró que su acompañante respetó totalmente sus decisiones durante el trabajo de parto, mientras que el 25 % señaló que el respeto fue poco. No se registraron respuestas en la categoría “en parte”.

Los resultados indican que, en la mayoría de los casos, las mujeres percibieron que sus decisiones fueron plenamente respetadas por la persona que las acompañó, lo que favorece la autonomía y la vivencia positiva del parto. Sin embargo, la presencia de respuestas en el nivel “poco” evidencia que no todas las participantes experimentaron el mismo grado de respeto, lo que puede influir negativamente en la percepción del acompañamiento y en la experiencia emocional durante el trabajo de parto.

Las respuestas de las participantes evidencian que el respeto a las decisiones durante el trabajo de parto se manifestó principalmente a través de la autonomía otorgada a la mujer para elegir la forma de vivir el proceso. Las mujeres relataron haber tomado

decisiones relacionadas con la movilidad, la postura durante el parto, la realización de ejercicios, el deseo de estar solas en determinados momentos y otras elecciones personales, las cuales fueron respetadas por el acompañante.

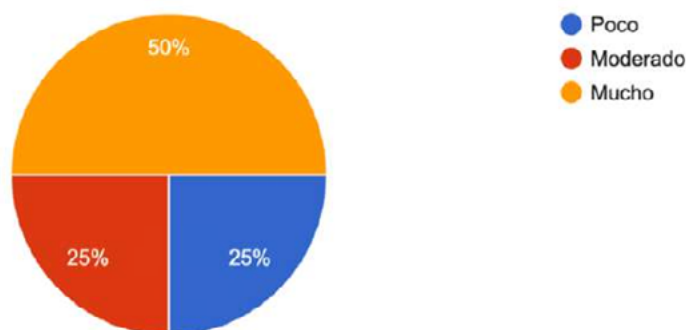
Asimismo, algunas participantes señalaron que el acompañante validó sus decisiones al reconocer que se trataba de su cuerpo y de un proceso personal, lo que fortaleció la sensación de control, confianza y bienestar emocional (**Figura 8**). En contraste, se identificó al menos un caso en el que la participante expresó que no se le permitió realizar ciertas acciones, como caminar, lo que refleja una limitación en el respeto a su autonomía.

Figura 8.

Apoyo emocional recibido por parte del acompañante.

¿Sintió apoyo emocional por parte del acompañante?

8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La **Figura 8** muestra que el 50 % de las participantes refirió haber recibido mucho apoyo emocional por parte del acompañante durante el trabajo de parto, mientras que el 25 % indicó haber recibido un apoyo moderado y otro 25 % señaló haber recibido poco apoyo emocional.

Los resultados sugieren que, aunque la mitad de las participantes percibió un alto nivel de apoyo emocional por parte del acompañante, una proporción importante reportó apoyo moderado o bajo. Esto indica que la presencia del acompañante no siempre garantiza apoyo emocional efectivo, el cual depende de la calidad de la interacción, el vínculo previo y la capacidad del acompañante para brindar contención emocional durante el proceso.

Al preguntar a las participantes ¿qué tipo de apoyo recibieron por parte del acompañante?, las participantes evidencian que el apoyo recibido durante el trabajo de parto fue predominantemente de tipo emocional, manifestándose a través de palabras de aliento, presencia constante, contención emocional y acompañamiento cercano. Varias mujeres destacaron que este apoyo contribuyó a mantener la calma y a afrontar el proceso con mayor fortaleza emocional.

Asimismo, algunas participantes señalaron la presencia de apoyo práctico, como el acompañamiento al sanitario, la ayuda para mantenerse hidratadas y acciones orientadas a generar bienestar, como hacerlas reír. También se mencionó el apoyo relacionado con la orientación y la compañía, así como la posibilidad de contar ocasionalmente con otros familiares.

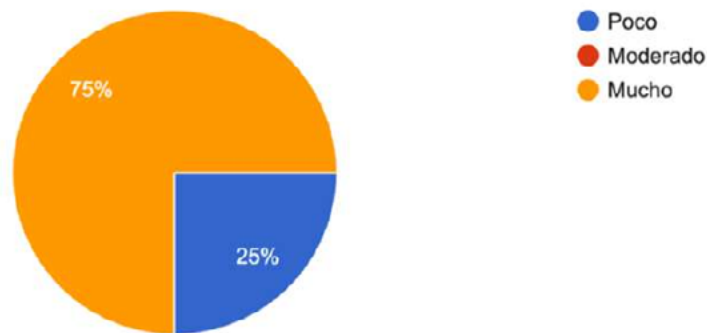
La última sección del instrumento se centró en analizar el impacto emocional del acompañamiento durante el trabajo de parto (**Figura 9**), abordando la influencia del apoyo recibido en la vivencia emocional de las participantes, así como en su percepción de seguridad, tranquilidad y afrontamiento del proceso.

Figura 9.

Contribución del acompañamiento a la disminución de la ansiedad.

¿El acompañamiento ayudó a disminuir su ansiedad?

8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

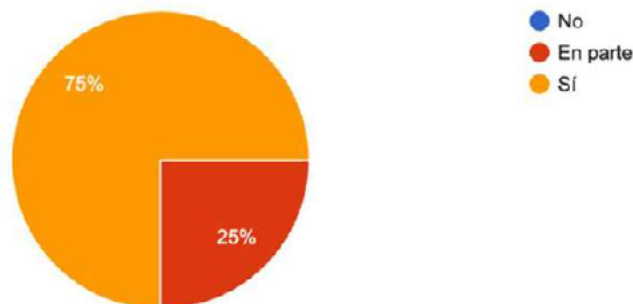
La gráfica muestra que el 75 % de las participantes consideró que el acompañamiento ayudó mucho a disminuir su ansiedad durante el trabajo de parto, mientras que el 25 % señaló que ayudó poco. No se registraron respuestas en el nivel moderadamente.

Estos resultados indican que el acompañamiento desempeñó un papel relevante en la disminución de la ansiedad materna durante el trabajo de parto. La alta proporción de respuestas en el nivel “mucho” sugiere que el apoyo brindado tuvo un impacto emocional positivo en la mayoría de las participantes. No obstante, la presencia de respuestas en el nivel “poco” evidencia que el efecto del acompañamiento puede variar según la calidad del apoyo, el tipo de acompañante o las condiciones del proceso.

Las participantes señalaron que el acompañamiento ayudó a disminuir la ansiedad al brindar seguridad, compañía y apoyo emocional, mediante estrategias como palabras de aliento, ejercicios de respiración, diálogo constante y la presencia de personas significativas, lo que redujo la sensación de soledad durante el trabajo de parto.

Figura 10.*Percepción de seguridad gracias al acompañamiento.*

¿Se sintió más segura durante el trabajo de parto gracias al acompañamiento?
8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

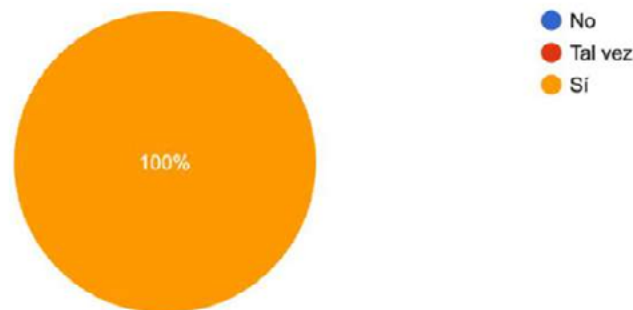
La gráfica muestra que el 75 % de las participantes refirió haberse sentido más segura durante el trabajo de parto gracias al acompañamiento, mientras que el 25 % indicó sentirse segura solo en parte. No se registraron respuestas negativas.

Los resultados indican que el acompañamiento tuvo un impacto positivo en la percepción de seguridad durante el trabajo de parto para la mayoría de las participantes. La alta proporción de respuestas afirmativas sugiere que la presencia de una persona de apoyo contribuye a fortalecer la confianza y a disminuir la sensación de vulnerabilidad. No obstante, las respuestas “en parte” evidencian que, en algunos casos, el acompañamiento no fue suficiente para generar una seguridad plena, lo que podría estar relacionado con la calidad del apoyo, el contexto clínico o las condiciones emocionales de cada mujer.

Las participantes señalaron que el acompañamiento les permitió sentirse más seguras durante el trabajo de parto (**Figura 11**), principalmente por la presencia constante de personas de confianza y del personal de salud, especialmente enfermería, lo que fortaleció la sensación de cuidado, apoyo y confianza en el proceso.

Figura 11.*Recomendación del acompañamiento a otras mujeres.*

¿Recomendaría el acompañamiento durante el trabajo de parto a otras mujeres?
8 respuestas



Fuente. Elaboración propia (2025).

La gráfica muestra que el 100% de las participantes recomendaría el acompañamiento durante el trabajo de parto a otras mujeres. No se registraron respuestas negativas.

Este resultado evidencia un consenso absoluto respecto a la importancia del acompañamiento durante el trabajo de parto. La recomendación unánime sugiere que el acompañamiento es percibido como una experiencia altamente positiva, asociada a beneficios emocionales como mayor seguridad, tranquilidad y apoyo durante un momento de alta vulnerabilidad. Asimismo, refuerza la relevancia del acompañamiento como una práctica fundamental dentro de la atención obstétrica humanizada.

Las participantes recomendaron el acompañamiento durante el trabajo de parto debido a que este brinda tranquilidad, confianza y apoyo emocional, disminuye la ansiedad y el miedo, y favorece una experiencia menos traumática, siempre que el acompañante sea empático y participativo.

Discusión

Los resultados del pilotaje muestran que la ansiedad materna durante el trabajo de parto es una experiencia frecuente entre las participantes. La mayoría de las mujeres refirió haber

experimentado niveles elevados de ansiedad, asociados principalmente al dolor, la incertidumbre respecto al desarrollo del parto y la preocupación por el bienestar del recién nacido.

Ansiedad materna durante el trabajo de parto

En relación con el nivel de ansiedad durante el trabajo de parto, el 50 % de las participantes reportó haber experimentado ansiedad intensa, el 25 % ansiedad leve y el 25 % ausencia de ansiedad. Estos resultados indican que, aunque la ansiedad es una experiencia frecuente durante el trabajo de parto, su intensidad varía entre las mujeres, lo que sugiere la influencia de factores individuales y contextuales.

Respecto al miedo o la preocupación durante el trabajo de parto, el 62.5 % de las participantes reportó haberlos experimentado de manera intensa, el 25 % en un nivel bajo y el 12.5 % refirió no haberlos presentado. Estos hallazgos evidencian que el miedo y la preocupación son emociones frecuentes durante el trabajo de parto, aunque su intensidad no es homogénea.

Al indagar sobre los principales motivos de preocupación, las participantes señalaron principalmente el estado de salud y bienestar del bebé, así como la posibilidad de complicaciones obstétricas, el dolor y la incertidumbre sobre la evolución del parto. En menor medida, algunas participantes refirieron no haber experimentado preocupación durante el proceso.

En cuanto a la influencia de la ansiedad en la experiencia del parto, el 50 % de las participantes indicó que influyó poco, el 25 % señaló que influyó mucho y el 25 % refirió que no influyó. Estos resultados muestran que la ansiedad no afecta de manera uniforme la experiencia del parto, lo que sugiere la presencia de factores moduladores durante el proceso.

Las participantes explicaron que la ansiedad influyó principalmente al afectar la progresión del trabajo de parto, la percepción del dolor y la estabilidad emocional. Asimismo, se identificó que el acompañamiento y el apoyo del personal de salud contribuyeron a disminuir su impacto, mientras que la ausencia de contención emocional intensificó la sensación de descontrol. Estas manifestaciones coinciden con la literatura reciente, la cual describe la ansiedad como una respuesta emocional común durante el proceso obstétrico (Carlino & Mills, 2021).

Acompañamiento durante el trabajo de parto

En relación con el acompañamiento durante el trabajo de parto, el 75 % de las participantes reportó haber contado con acompañamiento, el 12.5 % indicó haberlo tenido de manera parcial y el 12.5 % señaló no haber contado con acompañamiento. Estos hallazgos sugieren que, aunque el acompañamiento estuvo presente en la mayoría de los casos, aún existen situaciones en las que su acceso es limitado.

Las participantes reportaron haber sido acompañadas principalmente por su pareja, familiares, amigos y personal de salud, destacando el papel del equipo de enfermería como una fuente importante de apoyo emocional. No obstante, se identificó un caso de ausencia de acompañamiento, el cual fue descrito como una experiencia de aislamiento durante el trabajo de parto.

En cuanto a la presencia del acompañante, el 75 % de las participantes señaló que este estuvo presente de manera constante, el 12.5 % de forma moderada y el 12.5 % de manera limitada. Estos resultados indican que el acompañamiento continuo fue predominante, aunque no uniforme en todos los casos.

Respecto a los momentos en los que el acompañamiento fue más importante, las participantes señalaron principalmente aquellos caracterizados por dolor intenso, vulnerabilidad emocional, toma de decisiones clínicas y situaciones posteriores al nacimiento que generaron angustia. Asimismo, algunas mujeres destacaron la importancia del acompañamiento continuo a lo largo de todo el proceso.

En relación con la importancia del acompañamiento, el 87.5 % de las participantes lo consideró muy importante y el 12.5 % importante. Estos resultados reflejan que el acompañamiento es percibido como un componente esencial de la experiencia del parto desde la perspectiva materna.

Las participantes señalaron que el acompañamiento fue importante porque les brindó seguridad, apoyo emocional y orientación durante un proceso desconocido, además de evitar la sensación de soledad y facilitar el manejo del dolor.

Desde una perspectiva comparativa con estudios previos, estos hallazgos son consistentes con lo reportado por la Organización Mundial de la Salud y revisiones sistemáticas recientes, las cuales señalan que el acompañamiento continuo se asocia con una mejor experiencia del parto y una mayor satisfacción materna. Asimismo, la evidencia sugiere que el apoyo emocional contribuye a disminuir la ansiedad y el miedo durante el trabajo de parto (Bohren et al., 2017; Hodnett et al., 2013).

Tipo de acompañante

En cuanto al nivel de comodidad con la persona acompañante, el 62.5 % de las participantes refirió sentirse muy cómoda, el 12.5 % cómoda y el 25 % poco cómoda. Estos resultados evidencian que la mayoría de las mujeres percibió el acompañamiento como una experiencia positiva, aunque en algunos casos la relación con el acompañante pudo limitar la sensación de confort.

Las participantes señalaron que se sintieron cómodas con su acompañante cuando este les brindó tranquilidad, confianza y apoyo para el manejo del dolor, destacando la importancia del vínculo afectivo y del acompañamiento activo. Sin embargo, en algunos casos, la falta de información sobre el proceso limitó la percepción de comodidad.

Respecto al respeto de las decisiones durante el trabajo de parto, el 75 % de las participantes indicó que este fue total, mientras que el 25 % refirió que fue poco. Estos hallazgos sugieren que, aunque el respeto a la autonomía materna estuvo presente en la mayoría de los casos, aún existen situaciones en las que este puede verse limitado.

Los ejemplos proporcionados muestran que el respeto a las decisiones se expresó principalmente mediante la autonomía para elegir posturas, movilidad y dinámicas durante el trabajo de parto. No obstante, también se identificaron situaciones en las que dichas decisiones fueron restringidas.

Impacto emocional del acompañamiento

En relación con el apoyo emocional recibido por parte del acompañante, el 50 % de las participantes reportó haber recibido mucho apoyo, el 25 % apoyo moderado y el 25 % poco apoyo. Estos hallazgos evidencian que el acompañamiento puede variar en su efectividad emocional, dependiendo de la calidad del apoyo brindado.

Las participantes señalaron haber recibido principalmente apoyo emocional, manifestado a través de palabras de aliento, compañía y contención durante el trabajo de parto. Asimismo, se identificó apoyo práctico y de orientación, lo que contribuyó a generar bienestar y a disminuir la ansiedad durante el proceso.

En cuanto a la disminución de la ansiedad, el 75 % de las participantes refirió que el acompañamiento ayudó mucho, mientras que el 25 % indicó que ayudó poco. Estos resultados evidencian que el acompañamiento tiene un impacto emocional positivo en la mayoría de las mujeres durante el trabajo de parto.

Las participantes explicaron que el acompañamiento ayudó a disminuir la ansiedad al brindar seguridad, compañía y apoyo emocional, mediante estrategias como palabras de aliento, ejercicios de respiración, diálogo constante y la presencia de personas significativas, lo que redujo la sensación de soledad.

Respecto a la percepción de seguridad, el 75 % de las participantes señaló que el acompañamiento les permitió sentirse más seguras, mientras que el 25 % indicó que esta sensación se presentó solo en parte. Estos hallazgos reflejan el impacto positivo del acompañamiento en la seguridad emocional materna.

Finalmente, el 100 % de las participantes indicó que recomendaría el acompañamiento durante el trabajo de parto a otras mujeres. Las participantes recomendaron el acompañamiento debido a que este brinda tranquilidad, confianza y apoyo emocional, disminuye la ansiedad y el miedo, y favorece una experiencia menos traumática, siempre que el acompañante sea empático y participativo.

Al tratarse de un estudio exploratorio, los resultados no pretenden ser generalizables; sin embargo, aportan evidencia preliminar relevante que refuerza la importancia del acompañamiento como estrategia de atención obstétrica humanizada.

Conclusiones

Los resultados del presente estudio exploratorio permiten concluir que la ansiedad materna durante el trabajo de parto es una experiencia frecuente, aunque variable en intensidad, y que se encuentra influida por factores emocionales, contextuales y clínicos. El miedo, la preocupación por el bienestar del recién nacido, el dolor y la incertidumbre sobre la evolución del parto emergen como elementos centrales en la vivencia emocional de las mujeres.

Asimismo, el acompañamiento durante el trabajo de parto se identificó como un factor clave para la disminución de la ansiedad, el fortalecimiento de la seguridad emocional y la mejora de la experiencia del parto. La mayoría de las participantes contó con algún tipo de acompañamiento, el cual fue percibido como constante, significativo y altamente importante, especialmente en momentos de mayor vulnerabilidad emocional, dolor intenso y toma de decisiones clínicas.

Los hallazgos evidencian que no solo la presencia del acompañante, sino la calidad del acompañamiento resulta determinante para su impacto positivo. El respeto a las decisiones maternas, la contención emocional, el apoyo práctico y la transmisión de confianza emergen como componentes esenciales del acompañamiento efectivo. En contraste, la ausencia o limitación del acompañamiento se asoció con experiencias de aislamiento, mayor ansiedad y sensación de descontrol.

Finalmente, la recomendación unánime del acompañamiento por parte de las participantes refuerza su relevancia como una práctica fundamental dentro de la atención obstétrica humanizada. En este sentido, los resultados sugieren la necesidad de promover políticas y prácticas que garanticen el acompañamiento continuo y respetuoso durante el trabajo de parto, reconociendo su impacto positivo en el bienestar emocional materno y en la vivencia del parto como una experiencia más segura y positiva.

Si bien los hallazgos corresponden a un pilotaje con una muestra reducida, estos aportan evidencia preliminar que respalda la promoción del acompañamiento continuo como parte integral de la atención obstétrica centrada en la mujer y justifican la realización de estudios posteriores con mayor alcance metodológico (WHO, 2018).

Referencias

- Bohren, M. A., Hofmeyr, G. J., Sakala, C., Fukuzawa, R. K., & Cuthbert, A. (2017). Continuous support for women during childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 7, CD003766. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003766.pub6>
- Carlino, E., & Mills, T. A. (2021). Maternal anxiety during labor: Influencing factors and emotional support. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 50(1), 37–48. <https://doi.org/10.1016/j.jogn.2020.10.005>
- Díaz-Morales, N. C., & Rivera-Romero, L. (2021). Relación entre acompañamiento continuo y bienestar emocional materno durante el parto. *Revista Latinoamericana de Perinatología*, 29(3), 120–128.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Hodnett, E. D., Gates, S., Hofmeyr, G. J., & Sakala, C. (2013). Continuous support for women during childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 7, CD003766. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003766.pub5>
- World Health Organization. (2018). *Intrapartum care for a positive childbirth experience*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/260178>