

Posiciones para el expulsivo - Ventajas e inconvenientes

Posiciones		Ventajas	Inconvenientes
Vertical	De pie	▶Mayores diámetros pélvicos ▶Menos partos instrumentales ▶Menos episiotomías ▶Menos dolores durante el expulsivo ▶Menos patrones anormales en el FCF** ▶Mayor libertad de movimientos ▶Ayuda de la gravedad ▶Contracciones de mayor intensidad	▶Más desgarros perineales ▶Sobrestimación del sangrado
	Cuclillas	▶Mismas ventajas que de pie	▶Mismos inconvenientes que de pie ▶En nulíparas: más traumas y mayor incidencia desgarros grado III ▶Resultados perineales más desfavorables para las nulíparas
	Silla de partos	▶Mismas ventajas que de pie	▶Mismos inconvenientes que de pie
4 apoyos (cuadrapedia)	Manos-pies Manos-rodillas	▶Favorece la rotación fetal en presentaciones posteriores ▶Favorece el descenso fetal ▶Menores traumas perineales	▶Rechazo cultural de la mujer
Decúbito lateral (Sims)		▶Tasa más alta de periné intactos ▶Mejores resultados perineales ▶Previene el síndrome de compresión de la vena cava ▶Más libertad de movimientos ▶Mayor intensidad y menor frecuencia de las contracciones	
Semisentada		▶Abre el estrecho pélvico ▶Mejor para el dolor lumbar que la posición de litotomía ▶Adecuada para el uso de epidural	▶Uso parcial de la gravedad
Litotomía		▶Adecuado para partos instrumentales ▶Comodidad del profesional ▶Facilidad para la colocación del RCTG	▶Más episiotomías ▶Menor libertad de movimientos ▶Cierra el estrecho inferior