Sanitas
Revista arbitrada de ciencias de la salud
Vol. 5(2), 49-55, 2026
https://doi.org/10.62574/5f56yw72

Educación prenatal y adherencia a las recomendaciones durante el embarazo en Ecuador: Una revisión bibliográfica

Prenatal Education and Adherence to Recommendations During Pregnancy in Ecuador: A Bibliographic Review

Allison Yarelly Arreaga-Cuajivoy
allisonac12@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ibarra, Ecuador
https://orcid.org/0009-0007-1836-8769

Cinthia Josseline Álvarez-Escobar
ui.cinthiaae48@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ibarra, Ecuador
https://orcid.org/0009-0006-9026-1299

RESUMEN

Objetivo: analizar la influencia de la educación prenatal en la adopción de conductas saludables durante el embarazo en Ecuador mediante revisión bibliográfica. **Método:** revisión bibliográfica con búsqueda en PubMed, Scopus y LILACS; se incluyeron estudios publicados entre 2013 y 2023 en español e inglés que evaluaran la asociación entre educación prenatal y comportamientos maternos con métodos validados, excluyendo diseños metodológicos deficientes y revisiones sin análisis originales. **Resultados:** la educación prenatal redujo la ansiedad, favoreció la adherencia a controles médicos y mejoró la autoeficacia para el parto; no obstante, factores sociodemográficos, culturales y económicos limitan su alcance, especialmente en poblaciones rurales ecuatorianas con barreras de acceso documentadas. **Conclusiones:** fortalecer programas de educación prenatal flexibles, inclusivos y basados en evidencia constituye una inversión prioritaria para reducir la morbimortalidad materna y perinatal en Ecuador.

Descriptores: educación prenatal; conducta materna; salud materna. (Fuente, DeCS).

ABSTRACT

Objective: To analyse the influence of prenatal education on the adoption of healthy behaviours during pregnancy in Ecuador through a bibliographic review. **Method:** Bibliographic review with searches conducted in PubMed, Scopus, and LILACS; studies published between 2013 and 2023 in Spanish and English were included, provided they assessed the association between prenatal education and maternal behaviours using validated methods, excluding methodologically deficient designs and reviews lacking original analysis. **Results:** Prenatal education reduced anxiety, promoted adherence to medical check-ups, and improved self-efficacy for childbirth; nevertheless, sociodemographic, cultural, and economic factors limit its reach, particularly amongst rural Ecuadorian populations with documented access barriers. **Conclusions:** Strengthening flexible, inclusive, and evidence-based prenatal education programmes constitutes a priority investment for reducing maternal and perinatal morbidity and mortality in Ecuador.

Descriptors: prenatal education; maternal behaviour; maternal health. (Source, DeCS).

Recibido: 04/05/2026. Revisado: 15/05/2026. Aprobado: 09/06/2026. Publicado: 25/06/2026.
Original breve

INTRODUCCIÓN

La educación prenatal es un enfoque esencial de salud pública que mejora tanto la salud materna como la infantil al promover el autocuidado, la nutrición adecuada, el ejercicio y el descubrimiento temprano de riesgos relacionados con el embarazo. De ese modo, Calderer Armengou et al. (4) encontraron que tales programas fomentan la asistencia a chequeos médicos, disminuyen las complicaciones, incluyendo la preeclampsia, y aumentan la adherencia a suplementos esenciales, como hierro, ácido fólico y calcio. Barreras como los niveles de educación de las mujeres embarazadas, el acceso limitado a los servicios de salud, factores socioculturales y desigualdades económicas, particularmente en áreas rurales, afectan el éxito de la provisión de atención prenatal.

Por consiguiente, la Organización Panamericana de la Salud (1) y Athinaidou et al. (9) señalan que la ausencia de apoyo familiar y la falta de comprensión de la importancia de la educación prenatal son otras razones. En este contexto, estrategias innovadoras como plataformas digitales, sesiones virtuales y aplicaciones móviles han demostrado facilitar el acceso a información confiable y personalizada. En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud (2) argumenta que la educación prenatal fomenta la preparación psicológica, permitiendo y guiando a las mujeres embarazadas en la toma de decisiones informadas sobre su salud y sobre sus propios bebés.

Esta revisión tiene como objetivo analizar la influencia de la educación prenatal en la adopción de conductas saludables durante el embarazo en Ecuador.

MÉTODO

Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica destinada a revisar, evaluar y sintetizar la evidencia científica existente sobre el efecto de la educación prenatal en la adopción de comportamientos saludables durante el embarazo. La búsqueda

se realizó a través de las bases de datos PubMed, Scopus y LILACS e incluyó trabajos desde 2013 hasta 2023 en español e inglés.

En cuanto a los criterios de inclusión abarcaron estudios que evaluaban la asociación entre la educación prenatal y los comportamientos maternos con métodos validados y rigurosos que fueran accesibles en su totalidad. Se excluyeron los diseños metodológicos deficientes, investigaciones que no abordaban directamente el tema, revisiones secundarias sin análisis originales o estudios redundantes.

RESULTADOS

En este contexto, Castillo Gutiérrez informó en un cuestionario, con 22 preguntas, aplicado en el Hospital Básico de Sucúa, que el 42% de las mujeres embarazadas no asistieron a ninguna sesión prenatal. El perfil predominante correspondía a mujeres de etnia Shuar (55.5%), con educación secundaria (33.6%), dedicadas a las tareas del hogar (48%) y con ingresos iguales o inferiores al salario básico (67.3%), indicando que los determinantes sociodemográficos condicionan la adherencia de las mujeres a los programas educativos.

Por su parte, la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud propusieron recomendaciones sobre la suplementación de calcio antes y durante el embarazo como medida preventiva de la preeclampsia, señalando las limitaciones y posibilidades para su implementación, así como indicadores de adherencia y resultados que ayudan a informar la práctica en la región. Mediante encuestas descriptivas implementadas en el Centro de Salud de Guanujo, Echeverría Vega y González Castillo han indicado que las creencias culturales, incluyendo una preferencia por los remedios caseros y las consultas con parteras tradicionales, combinadas con barreras económicas sustanciales, son perjudiciales para la adherencia a los chequeos prenatales. Ferri et al. y Athinaidou et al.

confirman esto en revisiones sistemáticas internacionales, que indican que la eficacia de la educación prenatal está determinada principalmente por el contexto sociocultural y económico de las mujeres embarazadas.

DISCUSIÓN

Esta revisión sirve para enfatizar la importancia de la educación prenatal no solo en la prevención de complicaciones, sino también en el empoderamiento del sentido de sí misma y el bienestar emocional de la mujer durante el embarazo. Por tanto, Athinaidou et al. (9) verificaron que tales programas facilitan la adherencia a los chequeos médicos y fomentan hábitos saludables, al tiempo que reducen la ansiedad, contribuyendo a mejores resultados del embarazo. Alizadeh-Dibazari et al. (10) lo respaldaron aún más a partir de un metaanálisis basado en evidencia y demostraron que la educación prenatal reduce el miedo al parto y la intensidad del dolor durante el trabajo de parto. Sin embargo, persisten limitaciones en los estudios de resultados a largo plazo, como la salud del niño, la lactancia materna exclusiva y el seguimiento postnatal. Kehinde et al. (11) destacan que la mayoría de los estudios están orientados a resultados inmediatos y no se centran en la sostenibilidad y los efectos generacionales.

De ese modo; la relevancia para el contexto cultural, social y económico de las mujeres embarazadas es un tema crítico a abordar en los programas educativos. Tumas et al. (5) también mostraron cómo un enfoque único para todos no es efectivo en diferentes poblaciones; para los sistemas de desigualdad sistémica, las barreras de acceso son predominantes. En consecuencia, Whitworth et al. (13) sugieren el uso de herramientas digitales (por ejemplo, aplicaciones móviles y plataformas virtuales), y Athinaidou et al. (9) sugieren que fortalecer el apoyo comunitario es beneficioso a través de redes locales, profesionales de la salud y líderes comunitarios para ampliar el alcance de estos programas. De igual modo, Çankaya y Şimşek (6) encontraron, en un estudio prospectivo aleatorizado, que la educación

prenatal puede mejorar significativamente la autoeficacia para el parto, así como reducir las tasas de cesáreas en mujeres primíparas, sugiriendo que los sistemas de salud pública deberían implementar aún más estos programas. Zaman et al. (7) confirmaron estos hallazgos a través de una revisión sistemática y un metaanálisis, encontrando mejoras en los resultados del parto que estaban directamente correlacionadas con la inscripción en educación prenatal formal.

Esto se puede lograr combinando tecnologías digitales con modelos de intervención comunitaria que cierren las brechas de acceso y equidad. AlSomali et al. (15) encontraron que la educación prenatal estructurada mejora la autoeficacia en el parto, validando aún más su utilidad como una intervención preventiva de amplio espectro. En última instancia, fortalecer la implementación de estos programas en Ecuador constituye una inversión prioritaria en salud pública con un impacto directo en la reducción de la morbilidad y mortalidad materna y perinatal. Sin embargo, los factores sociodemográficos, culturales y económicos impactan fuertemente en la adherencia a estos programas, como lo evidencian Castillo Gutiérrez y Echeverría Vega en el contexto ecuatoriano. De ese modo, la Organización Panamericana de la Salud (1) afirma que lograr esto incluye crear programas flexibles, inclusivos y basados en evidencia que aborden las necesidades específicas de cada población.

CONCLUSIÓN

La educación prenatal es una estrategia fundamental para mejorar la salud materno-infantil. Los programas bien diseñados proporcionan a las gestantes conocimientos clave sobre cuidados durante el embarazo, alimentación adecuada, manejo del estrés y detección temprana de señales de riesgo, además de promover una mayor participación en los controles médicos y fomentar prácticas saludables que benefician tanto a la madre como al recién nacido.

FINANCIAMIENTO

No monetario

CONFLICTO DE INTERÉS

No existe conflicto de interés con personas o instituciones ligadas a la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A UNIANDES.

REFERENCIAS

1. Organización Panamericana de la Salud. Recomendaciones de la OMS sobre atención prenatal para una experiencia positiva del embarazo. Washington, D.C.: OPS; 2018. ISBN 978-92-75-32033-4. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49550/9789275320334_spa.pdf
2. Organización Panamericana de la Salud. Síntesis de evidencia y recomendaciones para el manejo de la suplementación con calcio antes y durante el embarazo para la prevención de la preeclampsia y sus complicaciones. Rev Panam Salud Publica. 2021;45:e134. doi:10.26633/RPSP.2021.134
3. Martínez García RM, Jiménez Ortega AI, Peral Suárez Á, Bermejo López LM, Rodríguez-Rodríguez E. Importancia de la nutrición durante el embarazo. Impacto en la composición de la leche materna. Nutr Hosp. 2020;37(Supl 2):38-42. doi:10.20960/nh.03355
4. Calderer Armengou A, Dorado Moreno AM, Gabriel Torrell MM, Hernández Beltrán R, Pérez Fontarosa A, Zapico Sanz I. Optimizar la salud materna y neonatal desde la educación sanitaria: revisión de la literatura. Rev Esp Salud Pública. 2022;96:e202211086. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8667314.pdf
5. Tumas N, Godoy AC, Peresini V, Peisino ME, Boldrini G, Vaggione G, et al. El cuidado prenatal y los determinantes sociales: estudio ecológico en Argentina. Poblac Salud Mesoam. 2022;19(2):224-244. doi:10.15517/psm.v0i19.47439
6. Çankaya S, Şimşek B. Effects of Antenatal Education on Fear of Birth, Depression, Anxiety, Childbirth Self-Efficacy, and Mode of Delivery in Primiparous Pregnant Women: A Prospective Randomized Controlled Study. *Clin Nurs Res*. 2021;30(6):818-829. doi:10.1177/1054773820916984

7. Zaman A, Fadlalmola HA, Ibrahem SE, et al. The role of antenatal education on maternal self-efficacy, fear of childbirth, and birth outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Eur J Midwifery*. 2025;9:10.18332/ejm/200747. Published 2025 Mar 4. doi:10.18332/ejm/200747
8. Ferri A, Sutcliffe KL, Catling C, Newnham E, Levett KM. Antenatal education - Putting research into practice: A guideline review. *Midwifery*. 2024;132:103960. doi:10.1016/j.midw.2024.103960
9. Athinaidou AM, Vounatsou E, Pappa I, Harizopoulou VC, Sarantaki A. Influence of Antenatal Education on Birth Outcomes: A Systematic Review Focusing on Primiparous Women. *Cureus*. 2024;16(7):e64508. Published 2024 Jul 14. doi:10.7759/cureus.64508
10. Alizadeh-Dibazari Z, Abdolalipour S, Mirghafourvand M. The effect of prenatal education on fear of childbirth, pain intensity during labour and childbirth experience: a scoping review using systematic approach and meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2023;23(1):541. Published 2023 Jul 27. doi:10.1186/s12884-023-05867-0
11. Kehinde J, O'Donnell C, Grealish A. The effectiveness of prenatal breastfeeding education on breastfeeding uptake postpartum: A systematic review. *Midwifery*. 2023;118:103579. doi:10.1016/j.midw.2022.103579
12. AlDughaishi MYK, Seshan V, Matua GA. Antenatal Education Services in Oman: A Descriptive Qualitative Inquiry of Healthcare Provider's Perspective. *SAGE Open Nurs*. 2023;9:23779608231167820. Published 2023 Apr 3. doi:10.1177/23779608231167820
13. Whitworth K, Donnellan-Fernandez R, Fleet JA. Women's experiences of online antenatal education: An integrative literature review. *J Adv Nurs*. 2024;80(5):1761-1775. doi:10.1111/jan.15957
14. Barrett NM, Burrows L, Atatoa-Carr P, Smith LT, Masters-Awatere B. Holistic antenatal education class interventions: a systematic review of the prioritisation and involvement of Indigenous Peoples' of Aotearoa New Zealand, Australia, Canada and the United States over a 10-year period 2008 to 2018. *Arch Public Health*. 2022;80(1):169. Published 2022 Jul 14. doi:10.1186/s13690-022-00927-x
15. AlSomali Z, Bajamal E, Esheaba O. The Effect of Structured Antenatal Education on Childbirth Self-Efficacy. *Cureus*. 2023;15(5):e39285. Published 2023 May 21. doi:10.7759/cureus.39285

Derechos de autor: 2026. Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/