

Nombre del alumno: Cecilia Jhaile Velázquez Vázquez

Nombre del profesor: Lubdi Isabel Ortiz Perez

Licenciatura: Enfermería

Materia: Enfermería en el cuidado de la mujer

PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del trabajo:

Ensayo del tema:

“Anatomía y fisiología” “Exploración mamaria” “autoexploración”

Introducción

La reproducción es el proceso por el cual los organismos generan más organismos de su tipo, es esencial para mantener viva a una especie sin embargo en la ausencia de este el individuo puede sobrevivir.

El proceso de reproducción varía entre especie, en el ser humano el proceso de reproducción humana, participan dos tipos de células sexuales, o gametos, el masculino que es el espermatozoide y el femenino que es el ovulo, al unirse estas células en aparato reproductor femenino se realiza la fertilización.

El aparato reproductor femenino es el conjunto de órganos, tejidos y conductos presentes en los seres humanos del género femenino, cumple con múltiples funciones, desde la preparación para el coito, la fertilización del óvulo, el embarazo, está diseñado para activarse en la pubertad, junto al despertar hormonal y sexual.

Desarrollo

Anatomía y Fisiología: el aparato reproductor femenino está constituido por múltiples órganos que trabajan en conjunto. Los principales órganos son:

- ✓ Ovarios: dos ovarios, cada uno pesa unos 3 g, tiene el tamaño y la morfología de una almendra, suspenden de la cavidad pélvica a ambos lados del útero a través de ligamentos.

Al nacer se posee alrededor de un millón de folículos ováricos, cada folículo contiene un ovocito o célula sexual inmadura. En la pubertad, el número de folículos de la niña ha disminuido hasta cerca de los 400.000 folículos primarios. A lo largo de su vida reproductiva, entre 350 y 500, estos madurarán y serán folículos de Graaf.

Los órganos accesorios son:

- ✓ Trompas de Falopio (trompas uterinas u oviductos): es conducto por donde circula el ovario hasta el útero.
- ✓ Útero: es un órgano pequeño de tamaño similar al de una pera. El útero se compone principalmente de músculo. El endometrio es una pequeña cavidad central se encuentra suspendido en la cavidad pélvica entre la vejiga urinaria y el recto
- ✓ La vagina: es un tubo, está formada mayoritariamente por músculo liso y se encuentra tapizada por una mucosa.
- ✓ Himen: es una membrana delgada y elástica, suele romperse durante el transcurso de le primer coito.

Las glándulas sexuales accesorias son:

- ✓ Las pequeñas glándulas de Bartolino o glándulas vestibulares mayores se localizan a ambos lados de la vagina.
- ✓ Las mamas se encuentran en la cara anterior del tórax y se unen a los músculos pectorales por medio de ligamentos.

Exploración mamaria: es un procedimiento de vital importancia ya que en México se diagnostican cada año 23,000 casos de cáncer de mama, se diagnostican cada año 23,000 casos de cáncer de mama. Cifras que podrían disminuir considerablemente si concientizáramos a la población de la importancia que es el diagnóstico a tiempo y de la creencia errónea que la sociedad tiene al pensar en solo las mujeres pueden padecer de esta enfermedad. Esta como en muchas otras enfermedades el tiempo de detección es importante en el tratamiento.

Es recomendable realizar este procedimiento una vez cada año en toda mujer mayor de los 25 años.

Estas son las recomendaciones a seguir para realizar la exploración:

- ✓ Consentimiento de la paciente
- ✓ La paciente puede acudir con aplicación de talcos, desodorantes, aceite en mamas y en región axilar.
- ✓ Puede acudir en cualquier día del ciclo menstrual
- ✓ Se debe realizar en el consultorio en presencia de la enfermera
- ✓ Puede acudir en periodo gestacional y de lactancia.

Factores de riesgo:

- ✓ Edad
- ✓ historia familiar de cáncer de mama: especialmente en abuela, madre o hermana
- ✓ uso de terapias sustitutivas hormonales
- ✓ El consumo de tabaco y alcohol.
- ✓ El estilo de vida sedentario y una mala alimentación.

Autoexploración: es el procedimiento realizado por la mujer con el propósito de examinar de manera física y visual algún cambio en las mamas o axilas, es aconsejable realizar esto a partir de los 20 años y durante toda la vida, esta técnica es complementaria a la mamografía y al examen profesional de un medico, que debe realizarse cada año a partir de los 25 años.

Esta se realiza en dos tiempos:

- ✓ Inspección: esta se realiza con la vista
- ✓ Palpacion: esta consta de 3 etapas
 - Primero: Sentada, se indica a la paciente que levante los brazos por encima de la cabeza. Esta postura aumenta la tensión en el ligamento suspensorio; durante este proceso se manifiestan signos cutáneos retráctiles que pueden pasar inadvertidos durante la inspección estática
 - Segundo: Sentada, se le pide que presione las caderas con las manos y con los hombros rotados hacia atrás, o que presione las palmas de las manos una contra la otra para contraer los músculos pectorales, lo que pone de manifiesto desviaciones del contorno y de la simetría.
 - Tercero: Sentada e inclinada hacia adelante desde la cintura. Esta postura también induce tensión sobre los ligamentos suspensorios. Las mamas

deben colgar a la misma altura. Esta maniobra puede resultar particularmente útil en la valoración del contorno y simetría de mamas grandes.

Conclusión

Es importante cuidar de nuestro cuerpo, atender las señales que nos da, para evitar complicaciones a largo plazo.

Esperando que ésta información allá sido de ayuda, en la resolución de preguntas frecuentes.

Gracias por la atención prestada

Bibliografía

- fundamentos de enfermería, cuidados del paciente anders ahlbcm siglo xx 2009
enfermería ginecoobstetriica raymond s. greenberg2007
- enfermería ginecoobstetriica raymond s. greenberg2007
- mujer en el cuidado de la salud femenina anders ahlbom siglo xxi 2009