

Nombre del alumno:

Elizabeth Guadalupe Espinosa López

Nombre del profesor:

Lic. Ludbi Isabel Ortiz Perez

Licenciatura:

4o. Cuatrimestre Enfermería Escolarizado

Materia:

Enfermería en el cuidado de la mujer

Nombre del trabajo:

Ensayo tema:

“Exploracion mamaria y
autoexploracion”

CUIDADOS BASICOS DE LA MUJER

El aparato reproductor tiene la función principal de reproducción, se sabe que este se divide en dos por la existencia del hombre y la mujer, es decir, el aparato reproductor femenino y masculino. En el aparato reproductor femenino se llevan a cabo dos procesos; el primero consta de la creación de un nuevo ser vivo y el segundo es el proceso de eliminación de desechos mediante la menstruación. Se sabe que al contrario del aparato reproductor masculino, el femenino tiene varias estructuras y muchas más funciones, es por ello que se necesita de más atención y estudio para conocer cada parte de este y entender su función. Debemos conocer tanto su anatomía como su fisiología para poder saber los cuidados que debe llevar una mujer, además de las practicas que puede realizar ella sola para prevenir enfermedades o para saber en qué momento debe visitar a un médico.

La anatomía del aparato reproductor femenino se divide en estructuras externas e internas; el ovario, útero, vagina y las trompas de Falopio son pertenecientes a las internas, por parte de las externas se va a encontrar la vulva que en esta se encuentra el monte venus, el clítoris, el himen, el periné, glándulas vestibulares (skine y bartholin), labios mayores y menores. Estas serán explicadas a continuación.

Los ovarios son los órganos importantes de este aparato, tienen el tamaño de una almendra y pesa 3 g, son los encargados de producir óvulos que es la célula reproductora, así como también son encargados de segregar hormonas llamadas estrógeno y progesterona esto para regular el desarrollo de las mamas o para la preparación de un posible embarazo. Se sabe que bajo cada ovulo existen pequeños folículos, en una niña recién nacida tiene hasta 5 millones de folículos ováricos, cada folículo tiene una célula sexual inmadura, cuando la esta pasa por la pubertad la cantidad de folículos disminuye a 400 folículos y en su etapa reproductiva tiene entre 350 y 500 folículos restantes. En el ovulo se lleva a cabo algo que se conoce como ciclo ovárico que se divide en una fase folicular y una fase lútea, comienza con la obtención de 20 folículos que aspiran por ser el seleccionado para madurar, solamente un folículo será elegido para realizar el proceso los demás que no han sido escogidos se degradaran y se van a absorber en el tejido ovárico. Primeramente se deben conocer a un hormona muy importante de las cual se desencadenan otras dos; La GnRH (Hormona reguladora de gonadotropinas), esta va a estimular a la hipófisis para que secrete dos hormonas llamadas; La FSH (Hormona foliculoestimulante) y LH (Hormona luteinizante),

estas tienen como función producir estrógenos y progesterona. Ahora bien el folículo seleccionado comienza toda su transformación en una fase que es llamada "Fase folicular", esta fase comienza con una elevación de FSH cuando esto ocurre y el folículo inicia la etapa de maduración comienza con el aumento de la producción de estrógenos. En cierto momento se llega a un punto máximo de producción de estrógenos y provoca un descenso de este para así desencadenar un aumento de FSH y LH, cuando ocurre el aumento de FSH es porque el folículo alcanzó la maduración máxima y el aumento de LH va a ocasionar la ovulación; es decir, la salida del ovocito secundario del ovulo en el día 14. Del día 14 en adelante se da inicio a la fase lútea. Como el folículo sufrió un cambio y ahora es un ovocito ya no hay producción de estrógenos en cantidades altas si no en menor cantidad; al contrario existe una producción aumentada de progesterona, al suceder esto tiene como consecuencia el bloqueo de la GnRH para no producir FSH y LH y con ello también cancelar la productividad de folículos.

Siguiendo con las trompas de Falopio estos son dos conductos que unen al útero con los ovarios y son encargados de llevar el ovulo al útero gracias a la ayuda de pequeños vellitos que se encuentran en su interior llamados "cilios". Se va a dividir en partes conocidas como; Región intersticial, istmo, ampolla uterina e infundíbulo. En las trompas de Falopio es también donde se lleva a cabo la fecundación, en su parte anatómica que se denomina ampolla uterina. El útero es un órgano hueco en el que se desarrolla el feto, tiene forma de pera invertida, este tiene algunos de los músculos más fuertes del cuerpo de la mujer, tienen la capacidad de expandirse o contraerse para dar lugar al crecimiento del feto, cuando una mujer está embarazada el útero puede llegar a medir 7.5 cm de largo y 5 cm de ancho. Está formado por un cuerpo uterino y un cuello o cérvix. Ahora la vagina es tubo que mide 10 cm de longitud, es la encargada de transportar el esperma después de la eyaculación y expulsar al bebe en su nacimiento.

Las estructuras externas, comenzaremos del más visible hacia el menos. El monte venus es tejido adiposo que se encuentra cubierto de piel localizado sobre la sínfisis púbica y durante la pubertad suele cubrirse de vello. De esta estructura se derivan los labios mayores que son pliegues que tiene la función de proteger a las estructuras que se encuentran debajo de ellos. Ahora los labios menores se encuentran debajo de los mayores de ahí su nombre. Detrás de los labios existe una estructura llamada clítoris que es el lugar de estimulación y placer en la mujer. El himen es una es una membrana que cubre el orificio vaginal, se

desgarra al momento del coito o romperse cuando insertas un tampón. Perineo es la zona donde se encuentra el orificio vaginal y el ano. Por último las glándulas de Bartholin y Skene se encuentran en ambos lados de la vagina y se encargan de producir sustancia mucosa que sirve de lubricante durante el coito.

Las mujeres deben estar conscientes de las posibles patologías que pueden aparecer, tanto en su aparato reproductor como podrían ser quistes, así como también las mamas, estas pueden llegar a sufrir cáncer y ni siquiera ser diagnosticada a tiempo. Es por ello que las mujeres deben realizar chequeos constantes, en México se han diagnosticado 23,000 casos al año de cáncer de mama.

Los factores que puedan provocar este cáncer es: La edad, historial familiar, dieta rica en grasas y carnes, consumo de tabaco y alcohol. El procedimiento de chequeo se debe realizar cada año por un personal médico, mejor si es 5 a 7 días después del periodo menstrual.

Para poder realizar la exploración se necesita principalmente tener el consentimiento de la paciente, no importa si se encuentra en su ciclo menstrual no interfiere, se debe realizar el procedimiento en presencia de la enfermera, se debe realizar sin guantes para tener 100% de sensibilidad y si la piel se encuentra húmeda puede aplicarse talco para contrarrestar. Claro está que mientras se realiza el procedimiento se debe ir explicando a la paciente la forma en la que ella puede realizar autoexploración.

La autoexploración se da en dos momentos; la inspección se realiza solo con la vista, se debe colocar sentada con buena iluminación, en estado de relajación para poder observar bultos, hundimientos o cambios de coloración de la piel. Algunos signos que se pueden encontrar durante la inspección son; Retracción de la piel puede significar traumatismos, cambios de coloración de la piel esto indica que los tumores se encuentran invadiendo los vasos linfáticos subdermicos, secreción del pezón es anormal cuando tiene aspecto seroso o hemorrágico.

El otro momento es la palpación esta como su nombre lo dice se realiza con la palma de la mano o la yema de los dedos, debe ser suave para no causar lesión en la paciente. Las formas de realizarlo son; Barrido, es decir, la paciente se encuentra sentada y se le pide color las manos en la cintura, el médico debe deslizar los dedos desde los extremos al pezón, la palpación digital manual, se coloca una mano debajo de la mama y con la otra mano se pasa por todo el tejido para localizar posibles bultos.

La exploración del pezón se realiza con cuidado para poder identificar cuando es un tejido normal con induraciones.

El otro aparato reproductor es el masculino, este tiene la función de reproducción y desechar mediante la orina. Entre sus estructuras tenemos principalmente a los testículos tienen forma ovalada, miden 3 cm de largo y 2.5 de ancho y se encuentran recubiertos por el escroto, tienen la función de sintetizar hormonas masculinas y producir espermatozoides. La temperatura que tienen normalmente los testículos es un grado más bajo que el de todo el cuerpo. Como se mencionada anteriormente los espermatozoides se encargan de sintetizar hormonas como la testosterona, estas hormonas se ven presentes en el desarrollo de órganos accesorios, y tiene protagonismo en rasgos masculinos como la voz grave y el vello corporal.

Entre los órganos accesorios se encuentra el epidídimo que es un conducto reproductor que se encuentra localizado en la parte superior de los testículos, mide 6 cm de longitud, es el lugar en donde los espermatozoides maduran, una vez maduros estos salen del epidídimo y recorren el conducto deferente que se conecta con el conducto eyaculador para ser depositados en la uretra y salir al exterior.

En este aparato al igual que en el femenino se encuentran glándulas, en el masculino son las glándulas reproductoras que se encuentran en las vesículas seminales estas secretan un líquido amarillento que aporta velocidad de movimiento a los espermatozoides y las glándulas de Cowper se encuentran debajo de la próstata estas secretan un líquido que ayuda a neutralizar el ácido de la uretra y lubricar para el paso de los espermatozoides. Los genitales externos se dividen en el pene que es un órgano que tiene función del coito, consta de un tejido eréctil este es un cuerpo esponjoso que rodea a la uretra y dos cavernosos, este tejido se llena de sangre y es lo que provoca la erección y el escroto que es una bolsa de tejido que rodea a los testículos.

Es por ello que tanto hombres como mujeres deben conocer como está formado y de qué manera funciona, así puede identificar si algo está fuera de lo normal puedan actuar a tiempo y se eviten en el caso de las mujeres cáncer de mama o cáncer de próstata en los hombres.

BIBLIOGRAFIA

ANDERS AHLBOM. (2009). Cuidados basicos de la mujer. En Enfermeria En El Cuidado de La Mujer(Pag. 7 - 21). s/l: ED. PHILADELPHIA.