

**Nombre del alumno:**

Zulmi morales Díaz

**Nombre del profesor:**

Lic. Eduardo

**Licenciatura:**

Enfermería

**Materia:**

**Enfermería en el cuidado de la mujer**

**Nombre del trabajo: ensayo**

Ensayo del tema:

“la mujer durante el embarazo y asistencia y cuidados durante el parto”

## INTRODUCCIÓN

En este ensayo hablaremos sobre varios temas que están mayormente relacionado a los cuidados de la mujer en varias etapa de su vida una de ella empieza en el embarazo desde cuando el feto está en sus primeras semanas hasta cuando él bebé nazca al igual que habla del cuidado de las mujer durante su menopausia y también habla un poco de los hombres donde ellos nunca dejan de producir progesterona también hablaremos sobre el efecto que tiene cuando una mujer aborta un feto y los efectos que tiene es muy importante estar informados sobre este tema aunque a nosotros no nos pase pero estar orientados para poder dar platicas a personas que lo necesitan aquí explicaremos todo.

## LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO

Como hemos escuchado toda mujer que quiere quedar embarazada necesita tener un cuidado necesario antes de poder quedar embarazada para que el feto crezca en buenas condiciones es lo mejor que puede hacer una mujer por su salud y para el futuro hijo es conveniente cuidarse para establecer el diagnóstico de embarazo no se deben emplear estudios radiológicos tampoco pueden administrar medicamentos hormonales durante en el embarazo porque él bebe puede sufrir algún mal desarrollo durante su crecimiento.

El control prenatal debe estar dirigido a la detección y control de factores de riesgo obstétrico a la prevención, detección y tratamiento de la anemia, preeclampsia, infecciones cervicovaginales e infecciones urinarias.

Cada mujer embarazada tiene que recurrir a una clínica cercana donde debe promover si su embarazo es de bajo riesgo y pueda recibir como mínimo 5 consultas prenatales y la primera consulta suele ser de las primeras 12 semanas de gestación y la segunda consulta es de 22 a 24 semanas de gestación, la tercera es de 27 a 29 semanas, la cuarta de 33 a 35 semanas y la última consulta debe ser de 38 a 40 semanas, para que la enfermera o médico que lo atienda pueda ver si él bebe viene en buena condiciones por que como he oído durante el embarazo de muchas mujeres a veces suele haber complicaciones de mucho riesgo para ambos algunas de las complicaciones son:

**ABORTO:** este es un riesgo que la madre puede expulsar o una extracción de un embrión o un feto que tiene que ser menos de 500 gramos/peso, hay muchas mujeres que abortan pero el problema es que si fue provocado o fue espontaneo son dos cosas muy diferentes.

**SANGRADO POR IMPLANTACION:** esto suele ser una hemorragia que parece una menstruación pero es un poco menos, esto ocurre en la mayoría de las embarazadas y altera el cálculo de la edad gestacional.

**EMBARAZO ECTÓPICO:** se trata de un embarazo donde el ovulo fertilizado se implanta fuera del útero es cuando existe una prueba de embarazo positivo y no es posible localizar la gestación por ecografía hacer posible por vía vaginal.

**GESTACION MOLAR:** es un embarazo no viable donde un tumor benigno se desarrolla en el útero y sospechar ante niveles muy altos de B-hCG junto con el hallazgo ecográfico.

Tras el diagnóstico de aborto espontáneo y antes de proceder a su tratamiento es recomendable realizar algunas medidas generales:

Orientar al paciente que puede sufrir algunas enfermedades que puede afectar a su familia, su personalidad o antecedentes obstétricos. (A, anamnesis).

Seleccionar mujeres que son beneficiadas de ayuda que no puede ser la habitual en el manejo de aborto. (Valoración de posibles alergias).

Evaluar cuantía del sangrado si este existiese, repercusión hemodinámica y descartar clínica de infección genital o sistémica, en la valoración obstétrica se debe valorar muchas cosas como el tamaño, posición uterina, grado de maduración y dilatación cervical. (B. Exploración física).

Estudio básico de coagulación: son los siguientes grupo y Rh, pruebas cruzadas, valoraciones pre anestésica, prevención de las complicaciones infecciosas.

Esto son algunas de las medidas generales que la mujer debe hacer durante el diagnóstico de aborto.

Otra cosa que la mujer tiene cuando este en el embarazo es el cambio eso quiere decir que para una mujer es el inicio de una nueva etapa que está llegando a su vida por lo que es de mucha importancia porque hay signos positivos que identifican y síntomas que acompañan son de gran utilidad para un adecuado enfoque en su atención. Algunos médicos han mencionado que diagnosticar un embarazo no es nada fácil pero tampoco ha sido imposible si se utiliza el conocimiento y los procedimientos adecuados para llegar a tener buenos resultados para llegar al resultado el médico o enfermero tiene que hacer algunos procedimientos como una entrevista, examen físico y procedimientos de laboratorio que hoy en día a avanzado mucho la tecnología y es aún más fácil.

Cambios físicos en la mujer: los cambios de una mujer embarazada son muchos mencionare algunos de los más conocidos: coloración azul oscuro o rojo purpúreo de la mucosa vaginal, aumento de la pigmentación de la piel, aparición de estrés, agrandamiento de abdomen, cambios en el útero (tamaño y consistencia), cambios en el cuello uterino, detección de contracciones intermitentes del útero, signos de Hegar, signo de Chadwick, peloteo y pruebas endocrinas.

Signos positivos de embarazo: son signos que pueden indicar la positividad del embarazo esos signos son únicamente tres:

1: identificación del latido cardiaco fetal: esto se debe que se debe explorar aparte de la madre para poder ver los latidos del bebe.

2: movimientos fetales activos: esto es lo que normalmente llamamos ultrasonido donde el profesional de salud puede observar los movimientos del feto.

3: reconocimiento del feto: en este es utilizado las técnicas ecográficas y radiografías donde los padres podrán oír los latidos cardiacos del corazón del feto.

Los cambios que surgen aquí son anatomofisiológicos y psicológicos: los cambios fisiológicos, bioquímicos y anatómicos que se generan durante la gestación son múltiples y diferentes en cada uno de los trimestres del embarazo lo cual hace vital la necesidad de reconocerlos para no alarmar para que no pasen inadvertidos síntomas y signos que pueden estar relacionados con alteraciones de enfermedades. También durante el embarazo así como ahí cambios también existen diferentes tipos de molestias como: Vómito y nauseas donde se puede dar en el hombre o la mujer les puede dar nauseas la comida etc. Esto se presenta en el primer trimestre por el aumento de las hormonas. Otra de las molestias que observo en mis hermanas es el cansancio que se acumula por el embarazo, la acidez gástrica, frecuencia urinaria: es porque el feto está más abajo presiona aún más la vejiga y es ahí cuando les da ganas de ir al baño más seguido, mareos y cefaleas: esto es lo normal en una embarazada y pueden estar en cualquier momento y más si no se alimentan adecuadamente. Dolor pélvico: esto es porque el cuerpo no están acostumbrado a llevar un feto y crecen más por eso surgen los dolores. Flujo vaginal, salivación, cloasmas, estrías, varices, estreñimiento y hemorroides, dificultad al respirar, dolor de espalda e hinchazón esto son las molestias que ocasiona un feto a la madre durante su desarrollo.

Valoración del estado fetal: es importante tener esa valoración antes del parto de un feto para saber si el feto viene en buenas condiciones o poder identificar la presencia en cualquier factor que pueda ser un riesgo que contribuya a la mortalidad fetal en estos tiempos en los que vivimos existen disímiles de pruebas para la atención de un prenatal durante el embarazo aunque estas pruebas no nos dicen si tienen presencia o ausencia de alguna enfermedad las pruebas del feto se pueden clasificar en dos invasoras y no invasoras.

El crecimiento fetal se debe lograr que todas las gestantes aumenten de peso de acuerdo a su índice de masa corporal pero también el peso no tiene que ser muy elevada después de las 20 semanas solo debe aumentar 8kg de peso el peso tiene que estar balanceado porque

si el aumento es escaso corre riesgo de tener un bebe de bajo peso y si tiene mucho peso puede obtener una macrostomia fetal o hipertensiva del embarazo.

Otras de las cosas que se debe llevar a cabo durante el embarazo y aparte del peso materno se tiene que llevar acabo de manera sistemática durante la consulta prenatales es es la medición de la altura uterina el incremento normal de la altura del uterina es de 1 cm por semana a partir de las 14 semanas de gestación. Las alteraciones de esta medida se detectan como un signo de más 2 cm por encima del valor normal de su edad gestacional.

El método biofísico es un método en el cual se obtienen imágenes del feto y de los órganos pélvicos de la mujer, el ultrasonido es un procedimiento estándar que se utiliza durante el embarazo en el que se emplean ondas sonoras de alta frecuencia para detectar estructuras internas del cuerpo, se considera un procedimiento muy seguro tanto para la madre como para el feto. Se puede ver el crecimiento fetal y detectar un mayor número de alteraciones, tales como: meningocele, enfermedades cardiacas y congénitas, anomalías renales, hidrocefalia, anencefalia, pie zombo y otras enfermedades.

Calculo de la edad gestacional: el tiempo de gestación se debe contar en semanas a partir del primer día de la última fecha de menstruación,

Detecciones de mal formaciones se utiliza en la detección de la sangre materna la presencia y el volumen de alfafetoproteinas en la circulación. Amniocentesis es un análisis de los componentes del líquido amniótico mediante su aspiración con ajuga transabdominal.

Interpretaciones de la frecuencia cardiaca fetal: es la auscultación de los latidos cardiacos fetales atreves de la cubiertas abdominales materna en un periodo determinado, los objetivos de la auscultación de la frecuencia fetal consiste en: conocer la viabilidad fetal, valorar, colocar la gestación de decúbito supino, se coloca un estetoscopio en el hombro fetal anterior, luego se pone el oído en el extremo distal, volver a rectificarlo, examinar, evacuar la vejiga , comprobar, determinar y comunicar

Cuidados de la salud en el embarazo normal: el objetivo es monitorear la salud de la madre y del feto durante el embarazo. Coas que una embarazo no puede hacer son: ejercicio, actividad física, deportes bruscos y peligrosos, alejarse del humo, polvo, no usar ligas y medias elásticas, drogas y tabaquismo.

## ASISTENCIA Y CUIDADOS DURANTE EL PARTO

El motivo de tener un buen cuidado es conseguir una madre y un niño sano con el menor posible de intervención de la manera más segura este objetivo implica que el parto normal debe existir una razón válida para interferir con el proceso natural, las tareas del personal sanitario son 4:

- 1: animar a la mujer, compañero y familia durante el parto.
- 2: observar a la parturienta monitorizar la condición fetal y la del niño después del nacimiento
- 3: llevar las intervenciones menores como: amniotomía y episiotomía
- 4: trasladar a la mujer a un mayor nivel de asistencia.

El personal de salud que atienda el parto tiene que cumplir y ser capaz de hacer todas las tareas de la matrona para que el paciente se lleve una experiencia adecuada y unas aptitudes apropiadas a nivel de servicio. Esto debe de ser suficiente para que la matrona identifique factores de riesgos, el inicio de complicaciones durante el parto, tiene que observar a la madre y monitorizar el feto y ver al niño después de su nacimiento. Lo primero que se debe hacer al tener un niño en los brazos es hacer la medición del pulso, temperatura y tensión arterial. Si existiera un aumento súbito de la tensión arterias puede indicar la necesidad de acelerar el parto o de remitir a la gestante a otro nivel de cuidados más especializado.

Asistencia y cuidados en el puerperio: como hemos aprendido durante estos tiempos que lo primero que se debe hacer cuando un paciente entra a consulta es hacer su historia clínica y luego proceder a la medición de temperatura, presión arterial y frecuencia cardiaca etc. Esto nos servirá para ver si nuestro paciente sufre alguna hipertensión u otras enfermedades existen 5 tipos de puerperio y son:

Puerperio normal: al periodo que sigue a la expulsión del producto de la concepción en el cual los cambios anatomofisiológicos propios del embarazo se revierten al estado pre gestacional.

Puerperio inmediato: periodo que comprende las primeras 24 horas después del parto.

Puerperio mediato: periodo del segundo al séptimo día después del parto

Puerperio tardío: periodo desde el octavo día hasta los 42 días después del parto

Vigilancia del puerperio inmediato: observar a la mujer durante 15 minutos por 2 horas después del parto

Asistencia y cuidados en los trastornos ginecológicos: en el trastorno ginecológico existen dos tipos de cuidados y son el climaterio y la menopausia, el climaterio se da en todas las mujeres a una cierta edad que es de los 45 a los 65 años eso quiere decir que es el tiempo donde la mujer deja de reproducirse y empieza a ocurrir grandes modificaciones `pero principalmente en la secreción de hormonas sexuales existe también complicaciones a niveles como: social, cultural y psicológico no solo en las mujeres suele pasar eso si no que también en los hombres pero ellos es un declinar de hormonas androgénicas y también existe cambios como: músculos más laxos, disminución de la talla y el detalle que tienen los hombres es que a pesar de todo ello ellos siguen reproduciendo espermatozoides.

En la menopausia es un tema que igual seda a una cierta edad y es de los 47 y 55 años a cualquier tiempo de esos se puede dar eso quiere decir que es el momento donde la desaparición de la menstruación llega esto no suele ser un fenómeno brusco la menopausia se distingue tres fases que es: pre menopausia: es acortamiento de la longitud del ciclo a expensas de la fase folicular. Peri menopausia: son desarreglos menstruales progresivos con baches amenorreicos. Posmenopausia: es donde el ovario no queda totalmente inactivo pero cesa de su función.

Para ese proceso toda mujer debe de tener un buen autocuidado es esencial para conservar y mantener una buena salud, para eso toda mujer tiene que estar informada sobre el proceso de la menopausia y climaterio por lo tanto la mayoría no son bien conocidas por las mujeres que cursan esta. Existe una norma donde describe y promueve las actividades de acondicionamiento físico para evitar el sedentarismo y es la norma NOM-035-SSA2-20027.

Existe algunos padecimientos propios de la mujer como el cáncer de mama que hoy en día es muy común y se está viendo en muchos casos también otro padecimiento es la endometriosis o problemas del suelo pelviano también algunos problemas de fertilidad, en la obstetricia abarca todo sobre el embarazo con todo los controles prenatales en el caso de una embarazada los obstetras se ocupan del abordaje medico de patologías como diabetes gestacional, preeclampsia, placenta previa, problemas del crecimiento del feto y posturas anormales. toda mujer debe de llevar sus cuidados básicos como: hacer actividad física ya sea en casa o en otra lugar, higiene personal que todos lo deberíamos de llevar, alimentación sana para tener un buen desarrollo y crecimiento, salud bucal para no tener mal olores, salud sexual para no ocasionar infecciones, salud mental, prevención de adicciones, prevención de accidentes para tener larga vida y libre de violencia familiar y de otras violencias aunque en este tiempo ya haya muchas medidas de prevenciones tales como maltratos a la mujer y

también prevención de la salud una de ellas es el desarrollo aptitudes personales para la salud esto es para promover la salud a distintas familias mediante varias herramientas como: carteles, folletos etc.. Desarrollar entornos favorables al hacer las promociones las familias se atreverá a protegerse entre sí mismo y cuidar su ambiente así reforzar la acción comunitaria y reorientar los servicios de salud.

## CONCLUSIÓN

Como mencionamos al principio en este ensayo nos enfocamos en explicar un poco sobre los temas que ahí q menciona son temas de mucha importancia que en un futo nos servirá a como poder cuidarnos durante un embarazo y a ya no poder reproducir un bebe ósea es cuando entramos a la menopausia para no sufrirlo tanto como hemos visto en algunas personas ya mayores que han pasado por ahí esto es todo lo que pude explicar en este ensayo espero y lo entienda y sea de utilidad.

## FUENTES:

[www.netalben.com.cuidados](http://www.netalben.com/cuidados)

[www.prosalud.org](http://www.prosalud.org)

[www.plannedparenthood.org](http://www.plannedparenthood.org)

[www.salud.mapfre.es.mujer](http://www.salud.mapfre.es/mujer)