



PASIÓN POR EDUCAR

**Candelaria Elizabeth González**

**Gómez**

**4°A**

PASIÓN POR EDUCAR

**Enfermería en el cuidado de la mujer**

**M.A.S.S. María del Carmen López  
Silba**

**Ensayo**

Comitán de Domínguez, Chiapas a 02 de diciembre de 2020.

## **Asistencia y cuidados durante el parto**

Durante el parto y el nacimiento, el bienestar materno tanto físico como emocional debe ser regularmente evaluado; esto implica tomar la temperatura, pulso y tensión arterial, vigilar la ingesta de líquidos y diuresis, evaluación del dolor y necesidad de apoyo. El seguimiento ha de ser mantenido durante todo el proceso del parto y nacimiento. La evaluación del bienestar materno a su vez incluye, prestar atención a su privacidad, respetando su elección de acompañantes y evitando la presencia de personas no necesarias durante el parto. Las tareas del personal sanitario son cuatro:

1. Animar a la mujer, su compañero y familia durante el parto, el alumbramiento y el periodo posparto.
2. Observar a la parturienta: monitorizar la condición fetal y la del niño después del nacimiento; evaluar los factores de riesgo; detectar problemas de forma temprana.
3. Llevar a cabo intervenciones menores, si son necesarias, como amniotomía y episiotomía; cuidar del niño después del nacimiento.
4. Trasladar a la mujer a un nivel mayor de asistencia, si surgen factores de riesgo o si aparecen complicaciones que justifiquen dicho traslado.

### Asistencia y cuidados en el puerperio

El puerperio normal es el periodo que sigue a la expulsión del producto de la concepción y tiene una duración de 6 semanas o 42 días y consta de tres partes que son el puerperio inmediato que comprende las primeras 24 horas después del parto, le sigue el puerperio mediato que abarca del segundo al séptimo día después del parto y por último el puerperio tardío que comprende desde el octavo día hasta el día 42 tras el parto. Debemos recordar que durante el puerperio se debe observar a la mujer cada 15 minutos durante 2 horas, como mínimo después del parto para identificar signos y síntomas de peligro como hemorragia vaginal, cefalea fuerte, visión borrosa, dolor fuerte en la boca del estómago, dificultad para respirar, temperatura mayor de 38° C, involución uterina, desgarres en región perineal, hipertensión arterial (diastólica < 90 mm/hg). Si llegase a presentar algún signo de alarma se iniciar tratamiento de acuerdo al problema encontrado y referir

a un servicio con capacidad resolutoria, además es importante orientar a la mujer si en algún momento siente algún síntoma de peligro.

#### Asistencia y cuidados en los trastornos ginecológicos

Climaterio: es el período de la vida de la mujer en el que desaparece la función reproductiva y ocurren grandes modificaciones de la secreción de hormonas sexuales, así como también tiene implicaciones a nivel social, cultural y psicológico.

Menopausia. es un signo del climaterio, y es la desaparición de la menstruación la cual ocurre entre los 47 y 55 años, aunque con amplias variaciones dentro de la normalidad; y para determinar la menopausia es necesario que la mujer haya tenido un período mínimo de 1 año sin menstruación; se distinguen tres fases:

1. Pre menopausia: acortamiento de la longitud del ciclo a expensas de la fase folicular, aumento de FSH y raramente síntomas climatéricos.
2. Peri menopausia: desarreglos menstruales progresivos con baches amenorreicos, fallo ovárico, gonadotropinas elevadas y estrógenos por debajo de los valores normales. .
3. Posmenopausia: el ovario no queda totalmente inactivo, pero cesa su función endocrina folicular, su secreción es insuficiente y ya no hay menstruación.

Amenorrea: es el cese de la menstruación, no es un fenómeno brusco, sino que se tienen faltas de menstruación uno o varios meses, volviendo después a menstruar. En esta etapa de menopausia se debe apoyar a la mujer con: medidas de diagnóstico precoz del cáncer, vigilancia de parámetros de la tensión arterial y el peso e intervenciones de apoyo psicológico dirigidas a reforzar la autoestima y la asertividad.

#### Concientización y autocuidado

La NOM-035-SSA2-20027 describe y promueve las actividades de acondicionamiento físico para evitar el sedentarismo, así como implementar un programa de ejercicios para favorecer el acondicionamiento cardiovascular, la flexibilidad, el fortalecimiento muscular y la prevención de pérdida de masa ósea,

así como evitar el ejercicio físico excesivo que puede resultar contraproducente. La relación de gravedad de los bochornos con la realización de ejercicio, se esperaría que estos disminuyeran, con base en otros estudios donde se ha demostrado que el ejercicio disminuye los bochornos.

#### Principales causas de muerte en la mujer

Las mujeres son más longevas que los hombres. En 2016, la esperanza de vida mundial al nacer era de 74,2 años para las mujeres y de 69,8 años para los varones. Sin embargo, la morbilidad es más elevada en las mujeres, que utilizan los servicios de salud más que los hombres, sobre todo los de salud reproductiva. La depresión es más común en las mujeres que en los hombres. En el caso de la depresión unipolar, es dos veces más frecuente. Pero las mujeres y las niñas de poblaciones desplazadas a la fuerza o que viven en zonas de conflicto se ven más afectadas por las perturbaciones de los sistemas de salud, las dificultades para acceder a la atención sanitaria, y las violaciones y demás formas de violencia en contextos bélicos y cada día, cerca de 830 mujeres fallecen por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y el parto.

#### Padecimientos propios de la mujer

Los padecimientos propios de la mujer son el cáncer de mama, la endometriosis o los problemas del suelo pélvico, pero en cuanto a la obstetricia, abarca el seguimiento del embarazo, con todos los controles prenatales que conlleva, el parto (por vía vaginal o por cesárea) y el puerperio. En el caso de la embarazada los obstetras se ocupan del abordaje médico de patologías como la diabetes gestacional, la preeclampsia, la placenta previa, los problemas de crecimiento del feto dentro del útero o las posturas anormales, como son: síndromes premenstruales, preeclampsia, menorreas, diabetes gestacional, menopausia, infertilidad, ovario poli quístico.

#### Cuidados básicos de la mujer

La mujer debe siempre tener:

- Actividad física
- Higiene personal
- Detección temprana de enfermedades (Autoexploración mamaria, toma de Papanicolaou)
- Alimentación sana
- Salud bucal
- Salud sexual y reproductiva
- Salud mental
- Prevención de adicciones
- Prevención de accidentes
- Vida libre de violencia familiar y de género

Medidas básicas de prevención de enfermedades

Las 4 funciones básicas necesarias para producir salud:

A) DESARROLLAR APTITUDES PERSONALES PARA LA SALUD

B) DESARROLLAR ENTORNOS FAVORABLES

C) REFORZAR LA ACCIÓN COMUNITARIA

D) REORIENTAR LOS SERVICIOS DE SALUD

Concluyendo con el tema, puedo decir toda mujer desea una experiencia de parto positiva que satisfaga sus expectativas, creencias personales y socioculturales previas; esto incluye dar a luz a un bebé sano en un entorno sin riesgos clínicos ni psicológicos, y en continuidad con un apoyo práctico, emocional, competente y amable por parte del personal clínico durante el parto.

## **Bibliografía**

UDS. 2020. Antología Enfermería en el cuidado de la mujer. Utilizada el 02 de diciembre de. 2020. PDF. Unidad 4.