



Nombre de alumno: Yusvin Darinel De León Martínez

Nombre del profesor: María del Carmen López

Nombre del trabajo: Ensayo unidad III Y IV

Materia: Enfermería en el cuidado de la Mujer

Grado: 5

Grupo: B-Enfermería

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas Diciembre 2020.

Introducción: El embarazo es la función biológica más importante que tenemos para perpetuar la especie humana, mediante este proceso se transmiten los caracteres de la especie de generación en generación.

El cuerpo de la mujer cambia durante el embarazo tanto por dentro como por fuera. Los órganos deben recolocarse para dejar espacio para el útero y el bebé, la piel se estira, las uñas se debilitan, las encías pueden sangrar. En los nueve meses de gestación, como futura madre (tu cuerpo) y éste necesitará unos cuidados especiales.

Por una parte, en el primer trimestre aparecen las náuseas y los vómitos, en especial por la mañana porque durante el embarazo se segregan muchos estrógenos y hormona gonadotrofina que los causan.

Contenido

La mujer, es una etapa funcional y muchas veces problemáticas en el sentido de planificar un embarazo con su pareja. Pero en ese momento es la etapa más bonita y adecuada de vivirla, porque se da cuenta que una planificación adecuada, estricta y organizada de los cuidados establecidos por un ginecólogo da la certeza que un embarazo da todas de ganar, en cuanto al bebe tendrá un sano desarrollo junto con su madre. Y las consultas no terminan en el post-cuidados ginecológicos de la mujer, aun empieza lo mejor porque en el embarazo será más rígida, controlada por un ginecólogo donde establecerá las fechas y horas en donde el dará el punto de vista profesional en cuanto las consultas prenatales, iniciando preferentemente en las primeras 12 semanas de gestación y atendiendo el calendario de las consultas semanales.

Durante el recorrido del embarazo, en adolescentes comúnmente en donde se da lo que son los sangrados de la primera mitad del embarazo que continúan siendo una importante causa de morbilidad y mortalidad materna. Se podrían decir como el Aborto, el Embarazo Ectópico y las Enfermedades trofoblásticas gestacionales. Por tanto, es importante que una mujer en sus primeras semanas de embarazo tenga en cuenta que tiene que realizar visitas al médico, adecuando que también el

realizar reposo en cuanto a actividades que requieran de fuerza mayor, es tener sensatez y amar a un ser que todavía viene en camino.

Los cambios siguen siendo parte de los procesos hormonales que también podrán provocar varices, hinchazón y calambres en las piernas de la mujer embarazada. Para eso, lo mejor es evitar el uso de los tacones, no llevar peso en exceso, disminuir la sal, hacer ejercicios físicos, como la hidrogmnesia, el yoga, o caminar lo que se pueda. Dicen que el Shiatsu también viene bien. La piel también sufre alguna alteración. Su color aumenta, puede presentar algunas grietas, como también algunas manchas, por lo que es aconsejable que se use cremas con protector solar para evitarlas. Conviene también hidratar bien la piel para evitar la ocurrencia de estrías. Y a medida que avanza el embarazo, y con el aumento de la barriga, la mujer debe cuidarse lo mejor de la espalda. Mantener el equilibrio, evitando que el tronco se vaya hacia atrás, es una de las medidas más acertadas. Por lo demás, todo es disfrutar. Pensar, analizar que es una etapa transitoria, un cambio que traerá cambios mucho más importantes para tu vida.

El pensar que un ser aún se está transformando es lo más esencial de una mujer, las molestias que se sufre por el embarazo como vómitos y náuseas son comúnmente llamados malestar matutino se experimenta en el primer trimestre, o fatiga que el organismo se sobreexige para proporcionarle al feto un ambiente nutritivo, no hay duda de que una embarazada suele sentirse cansada y las hemorroides que son. Debido al aumento en la presión del recto y perineo, el volumen sanguíneo elevado y la alta probabilidad de estreñimiento a medida que progresa el embarazo.

Durante el embarazo la mujer se vive una auténtica revolución hormonal que afecta a sus emociones, haciendo que experimente cambios de humor repentinos y que esté más sensible. Además, las preocupaciones porque todo transcurra con normalidad hacen que sea normal sentir miedo, inquietud e incluso ansiedad en algunos momentos. Aunque 9 meses dan para mucho, por lo que también es común experimentar en este tiempo grandes alegrías y momentos de auténtica felicidad.

Es de vital importancia minimizar los cambios negativos en donde estudios realizados dan a entender que puede afectar al feto de gran medida.

El conocer, el bienestar fetal antes del parto resulta útil en las gestantes porque permite identificar la presencia en cualquier factor que pueda ser un riesgo que contribuya a la mortalidad fetal y neonatal.

El sentirse tranquila con el crecimiento fetal es la mejor respuesta que tiene el cambio respecto a que su hijo está bien. Mediciones que realiza el profesional de la salud para saber el cómo ha ido evolucionando el feto como: Medición de la altura uterina, con ultrasonido donde se obtienen imágenes del feto y de sus órganos, ultrasonido endovaginal entre otras.

Todos estos exámenes de rutina ayudan a identificar, determinar, detectar cambios en los embarazos y esto para prevenir problemas en su desarrollo. Pero el mayor riesgo para un médico es encontrar la detección de malformaciones que afectan no solo a la madre, sino al feto que va en pleno desarrollo.

La edad gestacional y los parámetros de crecimiento ayudan a identificar el riesgo de patología neonatal . La edad gestacional es el principal determinante de la madurez de los órganos. Las estimaciones de la edad gestacional pueden basarse en:

- Fecha de concepción
- Primer día del último período menstrual y duración del ciclo
- Ecografía fetal
- Parámetros físicos después del nacimiento

Auscultación de la frecuencia cardíaca fetal. Es la auscultación de los latidos cardíacos fetales a través de las cubiertas abdominales maternas en un período determinado (1 min). Es el primer elemento que se debe tener en cuenta al valorar el estado fetal. Con el fin de evaluar el bienestar del feto e identificar cualquier cambio que pueda estar asociado con problemas que ocurren durante el embarazo o el trabajo de parto. La frecuencia cardíaca fetal promedio se encuentra entre 110

y 160 latidos por minuto, y puede variar entre cinco y 25 latidos por minuto. Esta frecuencia puede cambiar como respuesta del feto ante las condiciones intrauterinas. Una frecuencia o ritmo cardíaco fetal anormal puede indicar que el feto no está obteniendo suficiente oxígeno o que hay otros problemas.

Muchas pruebas han surgido no solo para diagnosticar sino para conocer la edad del feto, algunas de las cuales son realizadas en nuestro medio y otras, tiene la perspectiva de poder hacerse a corto plazo en la medida de que dispongamos de algunos recursos materiales y económicos para practicarlas. Las pruebas más usadas para el diagnóstico de edad fetal son las siguientes: Espectrofotometría del Líquido Amniótico, Porcentaje de células naranja en el líquido amniótico, Dosificación de fosfolípidos en el líquido amniótico. Acciones que ayudan a que la madre tenga una mejor salud y aumentar un pleno desarrollo al feto y a la madre aumentar las horas de descanso y de sueño.

En la asistencia y cuidados del parto el personal de enfermería trabaja en el cuidado y la atención de la mujer gestante asegurando cuidados básicos como higiene, confort, apoyo psicológico y atención nutricional, principios básicos para asegurar una atención eficaz. La persona que atiende al parto debería ser capaz de cumplir las tareas de la matrona, como se ha dicho anteriormente. Él o ella deben tener una experiencia adecuada y unas aptitudes apropiadas al nivel de servicio. Por lo menos éstas deberían ser suficientes para que la matrona identifique factores de riesgo, reconozca el inicio de complicaciones, lleve a cabo observaciones de la madre y monitorice la condición del feto y del niño después del nacimiento. Los recién nacidos sanos, aunque no presenten ningún problema, requieren una serie de cuidados y procedimientos más o menos rutinarios, y una valoración cuidadosa de su estado general y de la correcta instauración de la alimentación; por eso es importante realizar un chequeo en el momento inmediato del nacimiento, durante los primeros 2-3 días y a los 28 días para ver la evolución del bebe, y si hay alguna complicación, corregirla al momento si es que tiene solución para que él bebe este bien.

Los tres primeros procedimientos, medición de la temperatura, pulso y tensión arterial, pueden tener implicaciones en el desenlace del parto, y es por esto que puede influir el manejo del parto. El puerperio normal es un periodo que sigue a la expulsión del producto de la concepción, en el cual los cambios fisiológicos propios del embarazo se revierten al estado pre gestacional. Tiene una duración de 6 semanas o 42 días

El profesional de salud debe informar a la mujer que el proceso de alteración hormonal en la menopausia y el climaterio, es la manifestación del envejecimiento reproductor, la edad oscila entre los 35a 55 años, marca la transición de la fase reproductiva a la no reproductiva. En la menopausia, la producción de óvulos cesa y disminuye tanto la producción de estrógeno como de progesterona por el sistema corporal. Los síntomas de la menopausia aparecen debido a la reducción de los niveles de dichas hormonas femeninas. Se establece que una mujer completa la menopausia cuando mínimo no ha tenido la menstruación en doce meses. Dependiendo del estado de salud de cada mujer y su estilo de vida, la intensidad de los síntomas físicos y psicológicos variará.

Intervenciones de apoyo psicológico dirigidas a reforzar la autoestima y el asertividad. Éstas pueden realizarse a nivel individual o a nivel colectivo; en este segundo caso, la dinámica de grupo introduce un factor de influencia positiva.4.4 concientización y autocuidado intervención educativa de enfermería para fomentar el autocuidado de la mujer durante el climaterio. En todas las etapas de la vida, el autocuidado es esencial para conservar y mantener una buena salud. La mujer desempeña roles como madre, esposa e hija y, a menudo, antepone sus múltiples roles al cuidado de sí misma, lo que posiblemente puede influir en sus hábitos de salud.

Para muchas mujeres, el ginecólogo es tanto especialista como médico de cabecera. Como tal, tiene la oportunidad de prevenir y tratar gran variedad de enfermedades. La frecuencia de éstas varía según el grupo de edad tratado.

- 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

Todas son rutinas que deben de seguir para llegar a prevenir enfermedades ginecológicas y de ayuda a cuidar y estar sano para tener un mejor cuerpo atlético y deportivo.

Conclusión: Para las madres que tenga en cuenta que cada experiencia de un embarazo es única. Incluso la misma mujer puede tener diferentes cambios en sus diferentes embarazos. Para cada cambio, sus síntomas pueden ser leves o severos. Eso no debe de preocuparse, si los cambios no suceden en un momento determinado.

El embarazo es una etapa emocionante, pero puede ser de mucho estrés. Saber que una madre está haciendo todo lo posible para mantenerse saludable durante su embarazo y para que su bebe nazca sano, para que le ayude a sentirse tranquila y sabiendo que todo saldrá bien durante su parto.

Bibliografía:

- FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA, CUIDADOS DEL PACIENTE ANDERS AHLBCM SIGLO XX 2009
- ENFERMERIA GINECOOBSTETRIICA RAYMOND S. GREENBERG2007
- MUJER EN EL CUIDADO DE LA SALUD FEMENINAANDERS AHLBOM SIGLO XXI 2009
- MCGARRY K, BABB K, EDMONDS L, DUFFY C, ANVAR M, JEREMIAH J. WOMEN'S HEALTH TOPICS. IN: BENJAMIN IJ, GRIGGS RC, WING EJ, FITZ JG, EDS. ANDREOLI AND CARPENTER'S CECIL ESSENTIALS OF MEDICINE. 9TH ED. PHILADELPHIA, PA: ELSEVIER SAUNDERS; 2016:CHAP 70.
- FREUND K. APPROACH TO WOMEN'S HEALTH. IN: GOLDMAN L, SCHAFER AI, EDS. GOLDMAN-CECIL MEDICINE. 25TH ED. PHILADELPHIA, PA: ELSEVIER SAUNDERS; 2016:CHAP 237