



**Nombre del alumno(a): Blanca Araceli Hernández Aguilar**

**Nombre del profesor: Maria del Carmen Lopez Silba**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Enfermería en el Cuidado de la Mujer**

**Grado: 4º Cuatrimestre**

**Grupo: B**

**PASIÓN POR EDUCAR**

Comitán de Domínguez, Chiapas a 05 de diciembre de 2020

En este ensayo abordare sobre el tema del embarazo, se sabe que el embarazo es un proceso que transcurre entre la implantación del cigoto en el útero que durante su proceso es muy importante acudir a centros médicos para verificar si todo va bien, es un ciclo de vida muy natural de las mujeres que consiste en procrear, básicamente quiere decir que la mujer tiene la capacidad de criar un nuevo ser a través de un proceso o acto sexual con su pareja.

Hoy en día, muchas mujeres se enfrentan a retos muy complicados, es decir, muchas de las veces la mujer sufre complicaciones durante el embarazo, hay cifras en las cuales indica que las embarazadas pueden sufrir lo que se conoce como muerte materna, lo cual quiere decir que muere durante el embarazo, el parto o en el posparto.

Así mismo, hablaremos también de los cuidados necesarios que se le debe brindar una mujer durante el embarazo para evitar posibles factores de riesgo y obtener buenos resultados en el momento en que llegue la hora del nacimiento del feto, el objetivo general de este ensayo es conocer a fondo y detalladamente la importancia que se debe adquirir o tener durante el proceso del embarazo para obtener buenos resultados, así también implementar medidas necesarias para el buen cuidado.

### **UNIDAD III.- LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO**

Conocer tu cuerpo y cuidarse es muy importante, muchas familias planifican antes de quedar embarazada, es lo mejor que pueden hacer para cuidar su salud y la de su futuro hijo, en algunas ocasiones hay familia que no saben cómo planificar o evitar un embarazo, mas, sin embargo, hoy en día ya existen maneras y métodos anticonceptivos que pueden evitar el embarazo si uno no lo dese aún, porque es una etapa de la vida por el cual suele ser complicado, también hay que tener en mente que no es cualquier cosa, se trata de traer o procrear un ser humano al mundo, que al paso del tiempo o durante toda una vida una como mama deberá ser responsable, velar por el bienestar de ella y la de su hijo, porque sabe que su vida no será la misma, tendrá que darle lo mejor a ese ser humano que viene en camino.

Por lo general las mujeres embarazadas que presentan bajo riesgo deben recibir al menos cinco consultas prenatales, esto es importante ya que sirve para detectar posibles anomalías del bebe y tratarlo a tiempo mediante la ayuda del médico, entre las semanas 18 y 20 se comienza la percepción de los movimientos fetales, un embarazo normal cuenta con una duración de 40 semanas a partir de la última menstruación, lo cual indica aproximadamente nueve meses hasta el momento del parto.

Los primeros síntomas de un embarazo surgen de dos a tres semanas después de la relación sexual y surgen principalmente por los cambios hormonales y orgánicos que se producen para hacer posible la gestación, las cuales son; la ausencia de la menstruación, sensibilidad en los pechos, náuseas y vómito, cansancio y fatiga, modificaciones en el olfato, problemas estomacales, cambios en el apetito, ganas de orinar con frecuencia, sabor extraño en la boca e hinchazón abdominal, etc., estos se le conoce como cambios físicos de la mujer.

## **PRINCIPALES COMPLICACIONES DURANTE EL EMBARAZO:**

**Aborto:** consta interrupción, finalización y la extracción de su madre del embrión que pesa aproximadamente 500 gramos, se puede presentar de manera natural o voluntaria, es decir, a veces la gestante sufre amenazas de aborto de manera natural, ya sea por fuertes complicaciones que se presentan, o bien puede ser de manera voluntaria, suele pasar esto en la mayoría de las adolescentes que por la etapa de vida que viven quieren experimentar cosas nuevas, pero a veces por tomar malas decisiones es lo que lo lleva a cometer este tipo de actos, por eso es recomendable que al tener relaciones sexuales es necesario que una pareja cuenten con métodos anticonceptivos para prevenir un embarazo no deseado.

**Sangrado por implantación:** se confunde con la menstruación, pero la diferencia es que se presenta muy poca cantidad de sangre, cuenta con tres aspectos principales: su duración, la cantidad y el olor, es un sangrado ligero, suele durar de 1-2 días o 3 como máximo.

**Embarazo ectópico:** esto es potencialmente mortal, por lo que es necesario extraer las células en desarrollo para salvar la vida de la madre, no es posible localizar la gestación por ecografía, debido a que el ovulo fertilizado se desarrolla en los tejidos distintos de la pared uterina.

## **CAMBIOS DE LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO:**

**Dentro de los cambios físicos:** aumento de pigmentación de la piel, la aparición de estrías, cambios en el útero, en cuanto a la forma, tamaño y consistencia, detección y contracciones.

## **CAMBIOS EMOCIONALES DE LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO:**

Suele ser confuso y complicado para la mujer embarazada, ya que su estado de ánimo cambia de un momento a otro, por ejemplo, la alegría al llanto, suelen cambiar de humor en el primer trimestre del embarazo, esto debido a que tienen una base hormonal, y neurotransmisores del cerebro se encuentran alterados, por

lo mismo de que los niveles hormonales no son los mismos de siempre, pero se considera algo muy normal durante el proceso, normalmente una mujer embarazada debe por lo menos aumentar 8 kg de peso durante toda la gestación.

Cabe mencionar que es importante asistir a un centro médico y debe estar en constante revisión, hablemos del ultrasonido, que son ondas sonoras de alta frecuencia viajan desde la sonda a través del gel y hacia adentro del cuerpo, se obtiene y se crean imágenes, a veces el feto puede presentar anomalías y deformidades como la hidrocefalia, espina bífida y onfalocele, por eso es de suma importancia que este en constante revisión para evitar problemas.

En enfermería el objetivo del cuidado consiste en velar por la salud tanto el de la madre como el del hijo.

## **CUIDADOS DE SALUD EN EL EMBARAZO COMPLICADO**

**Se realiza una serie de acciones como son las siguientes:**

1.-Brindar a la gestante y su familia educación sanitaria, por ejemplo, cuando una mujer fuma, puede que el niño nazca con problemas debido al tipo de vida de la madre que ha llevado durante su etapa de vida, o que tanto se cuida la mujer.

2.-Alternativas como evitar fumar el cigarro, hacer actividades físicas que le ayuden en el buen funcionamiento del cuerpo, ya que, el hacer ejercicio es muy bueno e importante para tener una vida sana, por eso es recomendable hacer ejercicios, salir a correr, lo más importante evitar consumir cosas e ingerir cosas que son malas para la salud.

3.-Asistir a un centro de rehabilitación, donde un grupo de personas se reúnen para contar un poco de su vida personal o los problemas que pueden tener cada uno de ellos, esto es importante ya que, detectar antes posibles anomalías durante el embarazo, ayuda a tomar medidas preventivas para que los personales de la salud puedan tomar decisiones y saber qué hacer para el embarazo sea todo un éxito.

En el momento del parto es importante y recomendable que la mujer embarazada tome un baño o ducha caliente para aliviar el dolor, hay que tratar de descansar,

comer bien, para que en la hora de que se presenten contracciones la puedan trasladar a un centro hospitalario, y puedan atenderla. Hay que tener en cuenta que cada embarazo es diferentes, pues va dependiendo del cuerpo de cada mujer, algunas pueden dar a luz en menos tiempo, además, las que son primerizas tardan más, pero detrás de ese embarazo ya es más fácil, y las que son sometidas en el parto a la anestesia epidural suelen tardar más, es normal que sientan miedo o que se pongan nerviosas.

A demás durante y después del parto consta de tres fases:

**\*Fase de dilatación:** puede extenderse entre 4 y 6 horas, por lo que el útero se dilata para darle paso a la expulsión del bebe.

**\*Fase de expulsión:** en esta fase la madre comienza a pujar, puede alargarse entre 30 y 60 minutos si es que es primeriza, en cambio las que ya han dado a luz tarda entre 15 y 30 minutos.

**\*Fase de alumbramiento:** tras el nacimiento del bebe espera la salida de la placenta, puede tardar entre 10 y 30 minutos posteriores tras el nacimiento, si fue de parto por vía vaginal, a diferencia del parto por cesárea no pasan más de 10 minutos, sin embargo, el proceso completo puede llegar a durar aproximadamente una hora, o dependiendo de cómo sea al parto, la mujer después de dar a luz suele quedarse por un par de días en el hospital para recuperase, y después les dan de alta para que vayan a casa y se recuperen completamente.

#### **UNIDAD IV.- ASISTENCIAS Y CUIDADOS DURANTE EL PARTO**

Es importante que el personal de salud con quien se encuentre la paciente lo apoye en esos momentos, por ejemplo, animar a la mujer, la familia, observar a la parturienta, detectar factores de riesgo, problemas de forma temprana, cuidar del niño después del nacimiento, trasladar a la mujer en un cuarto más silencioso, donde la paciente se sienta cómoda, tranquila y pueda recuperar las fuerzas pérdidas durante el parto, vigilar por la salud del niño, ya que hay niños que tienen dificultades al nacer, por ejemplo, cuando presentan enfermedades peligrosas, lo mejor que debe hacer el medico es estar en constante revisión.

## **ASISTENCIA Y CUIDADOS EN EL PUERPERIO**

Se presentan de la siguiente manera:

**\*puerperio normal:** periodo que sigue a la expulsión del producto, tiene una duración de 6 semanas o 42 días.

**\*puerperio inmediato:** comprende las primeras 24 horas después del parto

**\*puerperio mediato:** abarca del segundo al séptimo día después del parto

**\*puerperio tardío:** comprende desde el octavo día hasta los 42 días después del parto

## **PRINCIPALES CAUSAS DE MUERTE EN LA MUJER**

\*Enfermedades cardiovasculares

\*Depresión

\*Lesiones auto infligidas

\*Infecciones del VIH

## **PADECIMIENTOS PROPIOS DE LA MUJER**

\*Síndromes premenstruales

\*Preeclampsia

\*Amenorreas

\*Diabetes gestacional \*Toxoplasmosis

\*Menopausia

\*Infertilidad

\*Endometriosis

\*Ovario Poli quístico

\*Patología benigna de mama

\*Dismenorrea

\*Mioma uterino

## **CUIDADOS BASICOS DE LA MUJER**

\*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 genero

Con este trabajo, concluyo en base al tema tratado, que es un tema de suma importancia, ya que tener suficiente información a lo antes mencionado, es de carácter fundamental para el trabajo de los personales que han decidido dedicarse a la salud, velar por el bienestar de las personas, implementar y promocionar la salud en la población, además, se sabe que el tema de embarazo es muy común, debido a que es parte del proceso de la vida de un ser humano, cabe mencionar que un embarazo es el periodo que ocurre entre la percepción (fecundación de un ovulo por un espermatozoide), y el parto, durante este periodo el ovulo fecundado se desarrolla en el útero.

Por lo tanto, es importante que las personas tengan conocimiento sobre el embarazo, que hacer, como hacerlo, tanto para la gestante que va dar a luz como para los personales de la salud, ya que es un caso que suele ser complicado, pero no imposible si se hace el trabajo correctamente y lo más importante es apoyar, salvar, animar a la paciente en el momento del parto, esto con la finalidad de evitar posibles riesgos durante el periodo del embarazo y del parto.