

Nombre de alumno: Cecilia Gpe. López García

Nombre del profesor: María del Carmen López

Nombre del trabajo: Cuidados básicos de la mujer

Materia: Enfermería en el cuidado de la mujer

Grado: 4to. Cuatrimestre

Grupo: "C"

Comitán de Domínguez Chiapas

## Aparato reproductor femenino

Los órganos esenciales son los dos ovarios, cada uno de ellos presenta una morfología y el tamaño típico de una almendra, los ovarios producen y almacenan los óvulos, durante la ovulación, un ovario libera un óvulo, si el óvulo es fecundando por un espermatozoide, puede producir un embarazo, los ovarios también producen las hormonas femeninas estrógeno y progesterona

Órganos accesorios Son un conjunto de conductos y glándulas y los genitales externos, cada uno de los cuales se abordará por separado

Trompas de falopio

Cada trompa es una estructura infundibular dotada de proyecciones dactiliformes a lo largo de su reborde que reciben el nombre de fimbrias

Útero

El útero se compone principalmente de músculo (miometrio) y contiene una pequeña cavidad central.

Glándulas sexuales accesorias

Las pequeñas glándulas de Bartolino o glándulas vestibulares mayores se localizan a ambos lados de la vagina. Los conductos de estas glándulas desembocan en el vestíbulo

Cuidados básicos de la muier

Exploración mamaria La autoexploración de la mama ó autoexploración mamaria (AEM), es un procedimiento de vital importancia que se debe realizar de forma regular y consiste en examinar física y visualmente los senos para conocer cómo son normalmente, (forma, textura y consistencia) lo que permitirá detectar a tiempo posibles anomalías y para ello no hay nada mejor que la autoexploración

Autoexploración

Inspección: La inspección se realiza con la vista, la paciente se encontrará sentada con el tórax y brazos descubiertos, bajo una iluminación adecuada y con el examinador parado frente a ella

Después de la inspección se procede a la palpación, que se realiza con la palma de la mano o con la yema de los dedos, en forma suave y metódica, para buscar lesiones en las mamas, axilas y regiones supra y subclaviculares, la palpación se debe realizar en dos posiciones: sedente y supina.

Métodos complementarios

Se debe orientar a las mujeres sobre su responsabilidad en el autocuidado de su salud y la importancia de valorar y disminuir los factores de riesgo cuando sea posible y promover estilos de vida sanos, la promoción se debe realizar por los sectores público, social y privado, a través de los medios de comunicación grupal e interpersonal.

Mujer en la adolescencia

La adolescencia es un periodo de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que convierten al niño en adulto y el cuerpo se prepara para la función reproductora. Los cambios físicos tienen una amplia variación de la normalidad.

Adolescencia y maternidad El embarazo y la maternidad tienen un impacto psicológico, cultural, social y biológico a cualquier edad y en la adolescencia supone mayores complicaciones tanto en la madre como en el hijo, se han identificado riesgos médicos asociados al embarazo en las adolescentes, la hipertensión, la anemia, el bajo peso al nacer, el parto prematuro, la nutrición insuficiente y otros que determinan elevación de la morbimortalidad materna y la mortalidad infantil

Cambios físicos en la mujer El desarrollo del vello pubiano y crecimiento de las mamas son los hechos más destacados de los cambios en la morfología corporal de los adolescentes, el crecimiento implica una correlación entre la actividad endocrinológica y el sistema óseo, la GH, tiroxina, insulina y corticoides influyen en el aumento de la talla y la velocidad de crecimiento. entre otras hormonas

La mujer en la adolescencia

Cambios emocionales

La lucha independencia -dependencia

En la primera adolescencia (12 a 14 años), la relación con los padres se hace más difícil, existe mayor recelo y confrontación; el humor es variable y existe un "vacío" emocional

Preocupación por el aspecto corporal Los cambios físicos y psicológicos que acompañan la aparición de la pubertad generan una gran preocupación en los adolescentes, sobre todo en los primeros años, con extrañamiento y rechazo del propio cuerpo

Integración en el grupo de amigos Es vital para el desarrollo de aptitudes sociales. La amistad es lo más importante y desplaza el apego que se sentía hasta entonces por los padres. Las relaciones son fuertemente emocionales y aparecen las relaciones con el sexo opuesto

Cuidados de la mujer en la adolescencia La exploración ginecológica es una parte esencial en la atención médica a las adolescentes, indudablemente, la mayoría de las pacientes tienen cierta aprehensión y/o vergüenza de este tipo de examen de sus genitales, especialmente si se trata de primera exploración, se recomienda realizar el primer examen ginecológico aproximadamente a los 18 años de edad