



**NOMBRE DEL ALUMNO: Karen jazmin campos  
cruz**

**NOMBRE DEL PROFESOR: Ruben Eduardo  
Dominguez**

**LICENCIATURA: Enfermeria**

**MATERIA: cuidados de la mujer**

**CUATRIMESTRE Y MODALIDAD: 4to "c"  
semiescolarizado**

**NOMBRE Y TEMA DEL TRABAJO: Ensayo, la  
mujer durante el embarazo**

Frontera Comalapa, Chiapas a 6 de diciembre de 2020

## LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO

El embarazo es una etapa muy importante para la familia, amigos, pero para la mujer es más constituyente, pues se supone la gestación de una nueva vida que día a día va creciendo en su interior, se debe tomar en cuenta que recibir buen cuidado antes, durante y después de su embarazo es muy importante ya que se trata de una etapa y gran experiencia respecto a los cambios para la futura mamá y su organismo, que cada vez más se prepara para alojar al bebé y cubrir sus necesidades durante los nueve meses que lo lleva dentro.

Recibir atención durante el parto es un punto fundamental para la salud ya que requiere atención de un profesional competente como doctores y enfermeros pues que una mala técnica para extraer la placenta puede ocasionar una muerte materna a los contrario pueden haber consecuencia de esto, llegando a ocasionar asta problemas sociales.

se debe saber que la salud de la madre durante el embarazo debe ser del todo prioritario, ya que algunos hábitos alimenticios y de consumo como tabaco y alcohol pueden causar problemas a largo plazo, pues para vivir un embarazo saludable y que el bebé nazca sin problemas o malformaciones, se debe evitar esto y como también, los tratamientos farmacológicos y las exposiciones a tóxicos medioambientales o en el lugar de trabajo evitando todo esto puede ayudar al bebé a crecer y desarrollarse, y a mantener tanto a la madre como al pequeño saludables.

Tener un bebé y llegar a formar parte de la maternidad es un gran salto que va a cambiar tu vida para siempre ya que presentarás diferentes cambios en tu cuerpo pero los cambios emocionales son el comienzo de la transformación pero se debe tomar en cuenta que ella sentirá náuseas, que es probable que tenga estrías, hinchazón, y que aumente de peso pues como se había mencionado el embarazo es un proceso de transformación,

no solo del cuerpo que inicia una nueva vida, sino que, además, prepara a la mujer para la maternidad pero la mayoría de los cuales desaparecen tras el parto.

Existen métodos para saber que tu bebé está bien si está bien durante el embarazo lo mas importante es que acudas a tu ginecólogo proseguida mente un ultrasonido pues este estudio es en donde las ondas se dirigen el vientre ya que rebotan en los tejidos a manera de eco para después ser transformadas en figuras en el monitor del equipo de ultrasonido en tiempo real pues las técnicas disponibles usadas para predecir el bienestar fetal se enfocan en los hallazgos biofísicos fetales, que hacen prevenir que los bebes sean tratados si tienen problemas pues están incluyen la frecuencia cardiaca, movimiento, respiración y producción de líquido amniótico.

En los registros de la frecuencia cardiaca fetal debemos distinguir la línea de base y los cambios periódicos o transitorios ya que para el registro externo de la fcf durante el embarazo y el parto se utiliza el ultrasonido, una frecuencia cardiaca fetal normal usualmente oscila entre los 120 y 160 latidos por minuto en el periodo dentro de utero.

Se debe detectar precozmente los factores de riesgo que puedan alterar el desarrollo y riesgo del feto, y es ahi en donde entra la evaluación de la madurez fetal ya que es de gran importancia cuando, ante determinadas circunstancias obstétricas, se hace necesario terminar el embarazo, lo que permite crecimiento del feto, pues ayuda a efectuar oportunamente los tratamientos y las intervenciones necesarias para que las intervenciones necesarias para que este exprese la totalidad de su potencial genético y neurointelectual en su vida extrauterina, pues se sabe que un feto es maduro cuando todos sus sistemas orgánicos adquieren un grado de desarrollo que le permiten adaptarse a la vida extrauterina sin ningún riesgo, ya que existen unas series de problemas de salud o complicaciones derivadas de la propia gestación como la que se da en la primera mitad del embarazo los problemas de salud más frecuentes son: hiperemesis gravídica, aborto, embarazo ectópico y la mola hidatiforme pero con buen cuidado prenatal que incluya una buena alimentación y buenos hábitos de salud antes y durante el embarazo aran bajar el riesgo.

Durante el embarazo es importante llevar acabo ciertas recomendaciones que en el centro de salud, tu doctor o ginecólogo que te ayudara a intervenir con las cosas que se deben y no hacer durante el proceso del embarazo ya que estas medidas de prevención de enfermedades evitaran contraer infecciones o enfermedades como el virus del zika,

como también cuidarse de contraer enfermedades de transmisión sexual en él bebe o que la madre desarrolle aún más esta infección por si ya la tiene, por eso es muy importante que esta se haga pruebas para detectarlos como son el VIH y la hepatitis B, si en un dado caso no se logró llevará a cabo estos estudios antes de quedar embarazada ella debe protegerse de estas enfermedades así evitando a las personas que tengan una infección de estos tipos, tomando precauciones haciéndose, exámenes de sangre para anemia exámenes de tipo de sangre como Rh y ABO, pruebas de glucosa para detectar diabetes gestacional y entre muchas otras más como, pruebas de ultrasonidos para ver cómo está creciendo su bebé y ayudar a establecer una fecha de nacimiento estimada, pruebas de sangre para detectar el ADN fetal normal en sangre

Existen ciertas cosas que una mujer embarazada debería evitar, en este caso tiene mascotas debería por lo menos llevarlas a casa de un familiar para que lo cuide durante el lapso de su embarazo y si no se puede debe ser higiénica, lavándose las manos con agua y jabón de igual forma debería hablar con su proveedor de atención médica sobre las vacunas ya que algunas vacunas se recomiendan antes de quedar embarazada, durante el embarazo o inmediatamente después del parto haberse aplicado las vacunas adecuadas en el momento oportuno puede ayudarla a mantenerse sana y ayudar a evitar que su bebé se enferme gravemente o tenga problemas de salud que lo afecten toda la vida,

Se habla mucho de la madurez fetal y su vigilancia, durante el embarazo, es de suma importancia llegar a informarse de este tema, ya que suele ser que pueden suceder complicaciones en la gestación lo que llevaría a terminar el embarazo antes de tiempo o tienen un aumento del riesgo presentándose problemas que ocasionan complicaciones o pérdida del embarazo y es allí en donde el perfil biofísico entra debido a que recomienda ciertas medidas de prevención para que el feto este en buenas condiciones, ya que detecta la situación de riesgo de hipoxia y realiza acciones que mejoren el resultado perinatal y disminuye muchas muertes durante el embarazo, si usted no hace esto podría tener complicaciones como diabetes durante el embarazo, que su bebé no esté creciendo bien, presión arterial alta durante el embarazo su proveedor hablará con usted sobre cómo cuidarse si tiene preeclampsia, es posible que cubra el cuello uterino, que se aleje

de la matriz o que no esté funcionando tan bien como debería, sangrado vaginal, , que su bebé presente problemas de salud, problemas con la placenta.

## ASISTENCIA Y CUIDADOS DURANTE EL PARTO

Existen diferentes tipos de cuidados y asistencias durante el parto y los primero que se debe hacer es elegir a un proveedor ya que este le ofrecerá servicios de cuidado prenatal, de parto y de posparto de igual manera descanse lo máximo posible, puede que lo único que pueda hacer sea comer, dormir y cuidar a su bebé pero antes de eso durante el embarazo se debe tomar ácido fólico, si está contemplando quedar embarazada, o si ya lo está, debe tomar un suplemento con al menos 400 microgramos (0.4 mg) de ácido fólico todos los días, también puede que tenga las piernas y los pies hinchado, aún si no está dando de mamar , puede que salga leche de sus pechos y sienta que le duelen, están sensibles o con malestar.

El embarazo es un estado de la mujer en donde se debe tener cuidado de ella misma pues el modelo de autocuidado de enfermería perinatal en el instituto nacional de perinatología (inper) México tiene como fundamento teórico la teoría general del autocuidado que requiere de profesionales de enfermería especializados en el cuidado perinatal, quienes realizan el cuidado favoreciendo la participación de la mujer y es muy importante identificar el autocuidado que realizan las mujeres embarazadas.

La muerte de un bebe recién nacido es una situación terriblemente desconcertante para la madre, los familiares y los profesionales sanitarios pero la muerte de una madre tratando de dar a luz o que este embarazada es mucho mas trágico, la enfermedad cardiaca conforma un 26.5% de las muertes relacionadas con el embarazo, diariamente mueren 1500 mujeres debido a complicaciones del embarazo y el parto y se calcula que en 2005 hubo 536 000 muertes maternas en todo el mundo, pues todo embarazo puede tener complicaciones y es allí en donde entran las enfermedades que ellas van teniendo a lo largo de su desarrollo como también suelen surgir las náuseas, la hinchazón de las piernas, el ardor de estómago, el dolor de pechos, de espalda o de pubis, la ciática o la infección de orina.

la mujer embarazada puede tener problemas debido a un problema de salud que tenía antes de quedar embarazada como también puede desarrollar una condición durante el embarazo pero lo ideal, es cuidarse y evitar que esto pase manteniendo una dieta adecuada y equilibrada donde exista una gran cantidad de nutrientes, fruta, verdura y fibra como también la mujer se debe mantener sana ya que es una de las mejores maneras de disminuir el riesgo de tener un embarazo difícil pues las infecciones es una de las cosas que durante el embarazo pueden afectar a la futura madre y a su bebé durante el embarazo se pueden causar enfermedades graves, defectos de nacimiento y discapacidades de por vida, tales como pérdida auditiva o problemas de aprendizaje del niño o niña que nacerá.