



*Nombre del Alumno: GILBER JOVANY GONZALEZ MIGUEL*

*Parcial: 4*

*Nombre de la Materia: ENFERMERIA EN EL CUIDADO DE LA MUJER*

*Nombre del profesor: MARIA CECILIA ZAMORANO RODRIGUEZ*

*Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA*

*Cuatrimestre: 4°*

## ASISTENCIA Y CUIDADOS EN EL PUERPERIO.

Revisión de historia clínica.

Medición de temperatura, presión arterial y frecuencia cardíaca materna al inicio y posteriormente.

Duración, fuerza y frecuencia de las contracciones al inicio y cada 30 minutos.

Palpación abdominal: altura del fondo uterino, situación y presentación del producto.

Apariencia de pérdidas vaginales: líquido o sangre.

Percepción del dolor por la embarazada y su deseo de recibir opciones para aliviarlo.

Auscultación de la frecuencia cardíaca fetal (FCF) mínimo un minuto inmediatamente después de la contracción, con palpación simultánea del pulso materno para diferenciarlos.

Realización de tacto vaginal en caso de que haya datos de establecimiento de la fase de labor.

Explicar hallazgos de tacto vaginal en la mujer.

Puerperio normal: al periodo que sigue a la expulsión del producto de la concepción, en el cual los cambios anatomo-fisiológicos propios del embarazo se revierten al estado pre gestacional. Tiene una duración de 6 semanas o 42 días.

Puerperio inmediato: al periodo que comprende las primeras 24 horas después del parto.

Puerperio mediato, al periodo que abarca del segundo al séptimo día después del parto.

Puerperio tardío: al periodo que comprende desde el octavo día hasta los 42 días después del parto.

Vigilancia del puerperio inmediato: Se recomienda observar a la mujer cada 15 minutos durante 2 horas, como mínimo después del parto:

- 1.-Pregunte, observe y verifique que no presente signos y síntomas de peligro: Hemorragia vaginal, convulsiones, cefalea fuerte, visión borrosa, o dolor fuerte en la boca del estómago, dificultad para respirar, temperatura mayor de 38° C, involución uterina (palpar que el útero esté duro y debajo del ombligo), desgarres en región perineal, hipertensión arterial (diastólica arriba de 90 mm/Hg).
- 2.-Si presenta señales de peligro se debe estabilizar, iniciar tratamiento de acuerdo al problema encontrado y referir a un servicio con capacidad resolutive, si no se cuenta con los recursos necesarios para atender a la mujer.
- 3.-Oriente sobre las señales de peligro y explique que busque ayuda en caso de presentar alguno.
- 4.- Evalúe en la primera semana del puerperio.
- 5.-Detecte signos y síntomas de peligro.

### ASISTENCIA Y CUIDADOS EN EL PARTO.

El objetivo es obtener una madre y un producto sanos, con el menor nivel posible de intervención de la manera más segura.

Esto implica que: En el parto normal debe existir una razón válida para interferir con el proceso natural.

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.

Él que atiende el parto debe tener una experiencia adecuada y unas aptitudes apropiadas al nivel de servicio.

Los tres primeros procedimientos: medición de la temperatura cada 4 horas, pulso y tensión arterial. Tomando la tensión arterial al mismo tiempo, es un índice importante de bienestar materno. Un aumento súbito de la tensión arterial puede indicar la necesidad de acelerar el parto o de remitir a la gestante a otro nivel de cuidados más especializado.

## Principales causas de muerte en la mujer

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

LA SALUD DE LAS MUJERES Y LAS NIÑAS ESTÁ INFLUENCIADA POR LA BIOLOGÍA RELACIONADA CON EL SEXO, EL GÉNERO Y OTROS DETERMINANTES SOCIALES.

LA MORBILIDAD ES MÁS ELEVADA EN LAS MUJERES, QUE UTILIZAN LOS SERVICIOS DE SALUD MÁS QUE LOS HOMBRES, SOBRE TODO LOS DE SALUD REPRODUCTIVA.

LAS LESIONES AUTO INFLIGIDAS, INCLUIDO EL SUICIDIO, SON ACTOS QUE SE PUEDEN REALIZAR EN CUALQUIER MOMENTO DE LA VIDA

LA DEPRESIÓN ES MÁS COMÚN EN LAS MUJERES (5.7%) QUE EN LOS HOMBRES (3.6%). EN EL CASO DE LA DEPRESIÓN UNIPOLAR, ES DOS VECES MÁS FRECUENTE.

LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS INFECTADAS POR EL VIH SON TAMBIÉN MUJERES, ESPECIALMENTE LAS JÓVENES DE 15 A 24 AÑOS.

UNA DE CADA TRES MUJERES PUEDE SUFRIR AGRESIONES FÍSICAS Y SEXUALES EN ALGÚN MOMENTO DE SU VIDA

EN LOS HOGARES Y LAS COMUNIDADES, LAS MUJERES SON, SOBRE TODO, QUIENES SE OCUPAN DE PROCURAR CUIDADOS A OTRAS PERSONAS.

CADA DÍA, CERCA DE 830 MUJERES FALLECEN POR CAUSAS PREVENIBLES RELACIONADAS CON EL EMBARAZO Y EL PARTO.



# ASISTENCIA Y CUIDADOS EN LOS TRASTORNOS GINECOLOGICOS

## *Climaterio y menopausia*

DE 45 A 65 AÑOS 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

LA 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.

## *Factores socioeconómicos que influyen en los síntomas*

1. SIMBOLISMO CULTURAL DE LA MENSTRUACIÓN: CONSECUENCIAS DE SU DESAPARICIÓN.
2. CONSIDERACIÓN SOCIAL DE LA MUJER ESTÉRIL.
3. CONSIDERACIÓN SOCIAL DEL ENVEJECIMIENTO
4. ACTITUDES DE LA PAREJA, ESPECIALMENTE EN EL ÁREA SEXUAL.
5. GRADO DE NECESIDAD ECONÓMICA.
6. CAMBIOS EN EL PAPEL SOCIO FAMILIAR (SÍNDROME DE NIDO VACÍO), Y DISPONIBILIDAD DE ALTERNATIVAS..

## *Plan de asistencia durante el climaterio*

1. MEDIDAS DE DIAGNÓSTICO PRECOZ DEL CÁNCER)
2. VIGILANCIA PERIÓDICA DE LOS INDICADORES BIOQUÍMICOS,
3. VIGILANCIA DE PARÁMETROS CLÍNICOS RELACIONADOS CON EL SISTEMA CARDIOVASCULAR, COMO LA TENSIÓN ARTERIAL Y EL PESO.
4. ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN SEXUAL
5. ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN DIETÉTICA.
6. ACTIVIDADES DE EJERCICIO FÍSICO.
7. INTERVENCIONES DE APOYO PSICOLÓGICO DIRIGIDAS A REFORZAR LA AUTOESTIMA Y LA ASERTIVIDAD.



-Salud bucal: cepillar los dientes tres veces al día y posteriormente con enjuague bucal, en caso de estar embarazada deberá recibir una aplicación de fluoruro cada tres meses.

-Salud sexual y reproductiva; siendo no solamente propio de la mujer, pero enfocándonos en ellas, deberán usar preservativos para evitar enfermedades de transmisión o informarse a que métodos se adapta a las necesidades de cada persona.

-Prevención de adicciones; esto trata de evitar el consumo de tabaco, alcohol otras sustancias de adicción o ilegales, están causando disminución del rendimiento físico e intelectual, cambios en el patrón del sueño y alimentación, alteraciones del estado de ánimo.



-Prevención de accidentes; procurar el buen uso de electrodomésticos, instalaciones eléctricas, etc.

-Exploraciones mamarias; deberán ser acompañadas de revisiones periódicas y citas con el médico.

#### 4.6 Padecimientos propios de la mujer.

¿Qué campo de la medicina se ocupa de la salud integral de la mujer?  
La especialidad de Ginecología y obstetricia.

Las mujeres experimentan situaciones, problemas de salud y enfermedades exclusivas de su sexo, desde el embarazo y la menopausia como los fibromas uterinos.

Temas de salud y Transtornos ginecológicos que afectan a la mujer incluye la menstruación y las irregularidades menstruales, la salud del tracto urinario como la incontinencia y Transtornos del piso pélvico, como la vaginosis bacteriana, vaginitis, los fibromas uterinos y la vulvodinia.



Temas relacionados con el embarazo incluyen los cuidados prenatales y cuidados previos al embarazo para evitar enfermedades como la preeclampsia, diabetes gestacional, pérdida del embarazo y nacimiento de un niño muerto, parto prematuro, síndrome de muerte súbita del lactante, amamantamiento y defectos en los nacimientos.

# •CLIMATERIO•

ES EL PERIODO DE TRANSICION EN LA VIDA DE LA MUJER, ENTRE LA ETAPA REPRODUCTIVA A LA NO REPRODUCTIVA, ESTE PERIODO SE INICIA APROXIMADAMENTE 5 AÑOS ANTES DE LA MENOPAUSIA Y SU DURACION ES DE 10 A 15 AÑOS...

UN NUMERO IMPORTANTE DE MUJERES SE MANIFIESTA EL CLIMATERIO UNA DIFUNCION SEXUAL FEMENINA, LA CUAL AUMENTA CON LA EDAD, ES PROGRESIVA Y ALTAMENTE FRECUENTE.

## \* SINTOMAS:

BOCHORNOS, PALPITACIONES, SEQUEDAD VAGINAL, ANSIEDAD, IRREGULARIDAD DEL CICLO MENSTRUAL.

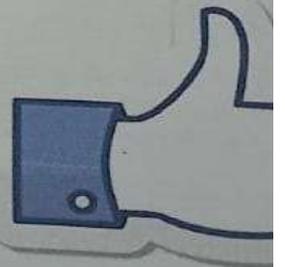
## 4.8 MEDIDAS BASICAS DE PREVENCION DE ENFERMEDADES

Son medidas orientadas a evitar la aparición de una enfermedad o problema de salud, mediante el control de los agentes causales y factores de riesgo, medidas orientadas a detener o retardar el progreso de una enfermedad o problema de salud, ya presente en un individuo en cualquier punto de su aparición.

Hay 5 funciones de promoción a la salud:

- 1º Desarrollar aptitudes personales para la salud:** la promoción a la salud proporciona información y herramientas necesarias para mejorar los conocimientos, habilidades y competencias necesarias para la vida. Al hacerlo genera opciones para que la población ejerza un mayor control sobre su propia salud y sobre el ambiente.
- 2º Desarrollar entornos favorables:** la promoción a la salud impulsa que las personas se protejan entre si y cuiden su ambiente, para ello estimula la creación de condiciones de trabajo y de vida gratifica mente, higiénicamente, segura y estimulante. Además procurar que la protección y conservación de recursos naturales sea prioridad de todos.
- 3º Reforzar la acción comunitaria:** este impulsa a la participación de la comunidad en el establecimiento de prioridades, toma de decisiones, elaboración y ejecución de acciones para alcanzar un mejor nivel de salud.
- 4º Reorientar los servicios de salud:** este impulsa que los servicios de salud sector, trasciendan su función curativa y ejecuten acciones de promoción, incluyendo prevención específica. También contribuir a que los servicios médicos sean sensibles a las necesidades interculturales a los individuos y respeten.
- 5º Impulsar políticas públicas saludables:** la promoción de la salud coloca a la salud en la agenda de los tomadores de decisiones de todos los órdenes de gobierno y de todos los sectores públicos y privados.

ESTO FUE TODO, PODRÍA VENIR EN EL EXAMEN





## ¿QUÉ ES EL HIV?

- El VIH (virus de la inmunodeficiencia humana) es un virus que ataca el sistema inmunitario del cuerpo. Si no se trata, puede causar SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida).
- No hay en la actualidad una cura eficaz. Una vez que se contrae el VIH, se lo tiene de por vida.
- Sin embargo, con la atención médica adecuada, se puede controlar. Las personas con infección por el VIH que reciben tratamiento eficaz pueden tener una vida larga y saludable, y proteger a sus parejas.

## ¿CUÁLES SON LAS FASES DEL VIH?

- Las personas tienen una gran cantidad de VIH en la sangre. Son muy contagiosas.
- Algunas personas tienen síntomas similares a los de la influenza. Esta es la respuesta natural del cuerpo a la infección.
- Pero puede que algunas personas no se sientan enfermas inmediatamente o en absoluto.

### SEGUNDA FASE

- La fase de infección crónica por el VIH también se llama fase de infección asintomática o de latencia clínica.
- Durante esta fase, el virus sigue estando activo, pero se reproduce a niveles muy bajos.
- La fase puede durar una década o más si no se toman medicamentos para el VIH, pero en algunas personas la progresión puede ser más rápida.
- Al final de esta fase, aumenta la cantidad del VIH en la sangre (la cual se llama carga viral) y se reduce el recuento de células CD4. A medida

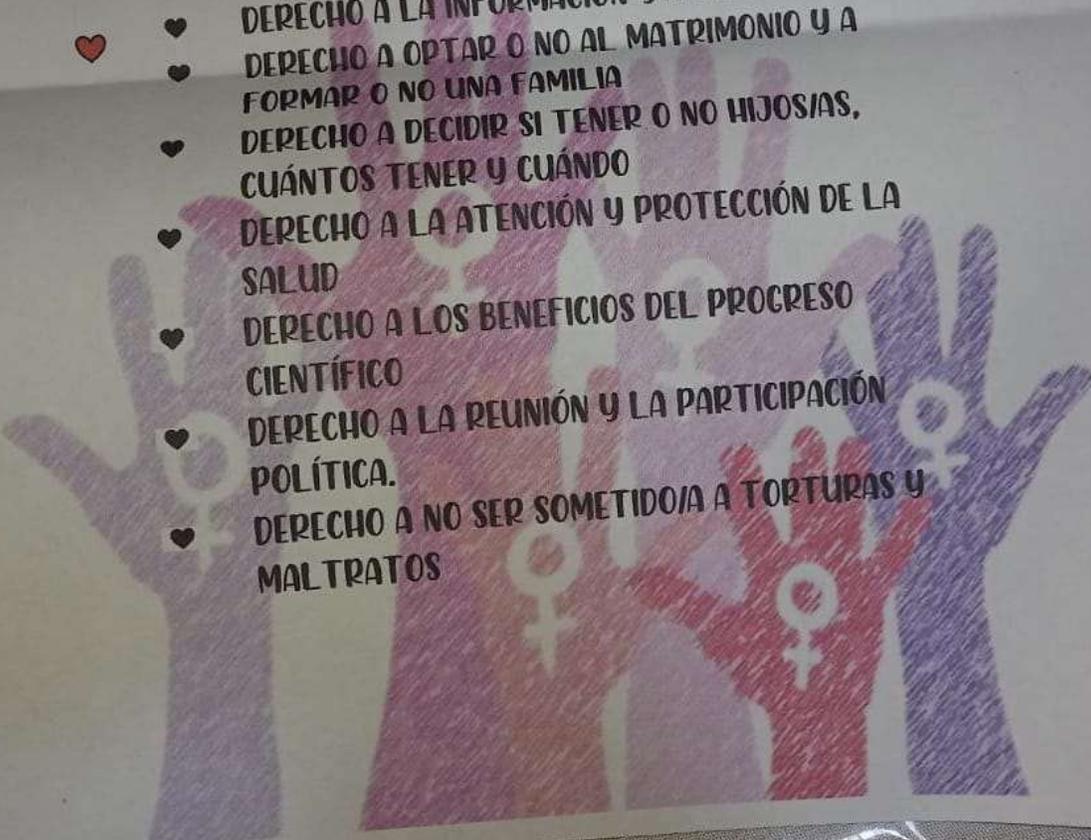
### TERCERA FASE

- El síndrome de inmunodeficiencia adquirida es la fase más grave de la infección por el VIH.
- Las personas con SIDA tienen el sistema inmunitario tan dañado que comienzan a tener una cantidad cada vez mayor de enfermedades graves, las cuales se llaman infecciones oportunistas. Las personas reciben el diagnóstico de SIDA cuando sus recuentos de células CD4 caen por debajo de 200 células/mm o cuando comienzan a presentar ciertas infecciones oportunistas. Las personas con SIDA pueden tener niveles de carga viral elevados y ser muy contagiosas. Sin tratamiento, las personas con SIDA sobreviven aproximadamente tres años, por lo general.



## DERECHOS DE LA MUJER EN LA EDAD REPRODUCTIVA



- ♥ DERECHO A LA VIDA
  - ♥ DERECHO A LA LIBERTAD Y LA SEGURIDAD
  - ♥ DERECHO A LA IGUALDAD Y A ESTAR LIBRE DE TODA FORMA DE DISCRIMINACIÓN
  - ♥ DERECHO A LA PRIVACIDAD
  - ♥ DERECHO A LIBERTAD DE OPINIÓN Y DE PENSAMIENTO
  - ♥ DERECHO A LA INFORMACIÓN Y A LA EDUCACIÓN
  - ♥ DERECHO A OPTAR O NO AL MATRIMONIO Y A FORMAR O NO UNA FAMILIA
  - ♥ DERECHO A DECIDIR SI TENER O NO HIJOS/AS, CUÁNTOS TENER Y CUÁNDO
  - ♥ DERECHO A LA ATENCIÓN Y PROTECCIÓN DE LA SALUD
  - ♥ DERECHO A LOS BENEFICIOS DEL PROGRESO CIENTÍFICO
  - ♥ DERECHO A LA REUNIÓN Y LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA.
  - ♥ DERECHO A NO SER SOMETIDO/A A TORTURAS Y MALTRATOS
- 

## Depresión post. parto

### ¿Qué es?

Es un trastorno moderado o intenso que ocurre en una mujer después de que ha dado a luz y se puede presentar poco después del parto o hasta un año más tarde. La mayor parte del tiempo ocurre dentro de los primeros tres meses después del parto, y es más común en las madres primerizas

### ¿Qué lo provoca?

Que lo provoca puede ser provocado por una caída dramática de hormonas como lo son el estrógeno y la progesterona, la falta de estas hormonas contribuyen a la depresión post parto.

### ¿Cuáles son los principales síntomas?

1. Cansancio excesivo
2. Pereza
3. Depresión
4. Ansiedad
5. Episodios de llanto
6. Dificultad para dormir
7. Irritabilidad
8. Concentración reducida
9. Problemas de apetito
10. Cambios de humor
11. Dificultad de relacionarse con el bebe
12. Miedo a no ser una buena madre

Si la no se trata a tiempo la depresión post. parto puede durar mucho tiempo

### Psicosis posparto.

un trastorno poco común que generalmente se desarrolla dentro de la primera semana después del parto el cual tiene los siguientes síntomas:

1. Confusión
2. Pensamientos obsesivos sobre el bebe
3. Alucinaciones
4. Alteraciones del sueño
5. Exceso de energía y agitación
6. Paranoia
7. Intentos de lastimar al bebe o a si misma

## Depresión posparto para hombres después de ser padres

Los hombres que fueron padres también pueden experimentar depresión posparto. Pueden sentirse tristes o tener cansancio, estar abrumados, experimentar ansiedad o sufrir cambios en sus patrones habituales de sueño y alimentación

### Cuando consultar a un médico.

Se debe ir al médico cuando los siguientes síntomas desaparecen:

1. Cuando los síntomas no desaparecen
2. Si los síntomas desaparecen
3. Hay dificultad en el cuidado del bebé
4. Dificultan para terminar tareas diarias
5. Cuando los pensamientos acerca de lastimarse a sí misma y al bebé

### Causas.

Existen dos tipos de causas, las cuestiones físicas y emocionales

### Prevención:

*Durante el embarazo:* médico puede supervisarte minuciosamente para verificar si existen signos y síntomas de depresión. Puede hacerte completar un cuestionario para detectar la depresión durante el embarazo o luego del parto

*Después de que nazca tu hijo:* es posible que el médico te recomiende chequeos posparto tempranos para detectar signos y síntomas de la depresión posparto. Cuanto más rápido se detecta, más rápido puede iniciarse el tratamiento.

## ¿Que es?

La autoexploración mamaria es un tipo de examen que se realiza en casa para detectar cualquier cambio en las mamas.

Este examen permite la detección de tumores de mama que en algunos casos pueden ser benignos y en otros malignos, lo que permite un diagnóstico temprano y un mejor pronóstico.

La autoexploración mamaria debe realizarse de forma regular y en un lugar tranquilo y cómodo. Se recomienda hacerlo en un lugar privado y con un espejo para poder observar los cambios en la piel y en el contorno de las mamas.

# LOS CINCO PASOS DE LA AUTOEXPLORACIÓN DE MAMAS

Realizar la autoexploración mamaria de forma regular permite a las mujeres conocer cómo son sus mamas normalmente y así poder detectar a tiempo cualquier cambio anormal, como la aparición de bultos o masas o otro tipo de señales de alarma, que pueden ayudar a detectar de forma temprana un cáncer de mama. Es muy importante hacerlo periódicamente y durante toda la vida, y con independencia de estar embarazada o después de la menopausia.

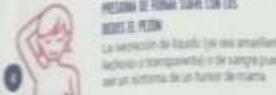
**1. COLÓCALTE FRENTE A UN ESPEJO, LEVANTA LOS BRAZOS Y OBSERVA AMBAS MAMAS.**

Atención a estas posibles alteraciones: cambios en la forma y el tamaño, formación de bultos, hinchazón o enrojecimiento en la piel, así como enrojecimiento y sangrado y cambios en la posición del pezón (pezones invertidos).



**2. PRESIONA DE FORMA SUAVE CON LOS DEDOS EL PEZÓN.**

La secreción de líquido (ya sea amarillento, lechoso o transparente) o de sangre puede ser un síntoma de un tumor de mama.



**3. REPETE LOS TRES ÚLTIMOS PASOS EN LA MANO CONTRARIA.**

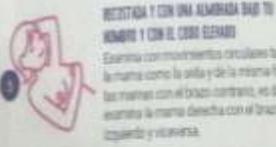
**4. CON LA YEMA DE LOS DEDOS, PRESIONA SUAVEMENTE.**

En movimientos circulares por toda la mama para determinar la presencia de masas o puntos dolorosos.



**5. ROTÁSTALA Y CON UNA ALMOHADA DABO TU HOMBRO Y CON EL CODO GLESIADO.**

Examina con movimientos circulares toda la mama como la palma y de la misma forma las mamas con el brazo contrario, es decir examina la mama derecha con el brazo izquierdo y viceversa.



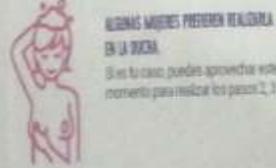
**6. EXAMINA LA AXILA CON LA YEMA DE LOS DEDOS.**

Con movimientos circulares tratando de identificar masas, engrosamiento o abultamiento bajo la piel.



**ALGUNAS MUJERES PREFIEREN REALIZARLA EN LA DUCHA.**

Si es tu caso, puedes aprovechar este momento para realizar los pasos 2, 3 y 4.



## Lactancia materna

### Lactancia materna

Una preparación de los pechos, desde las 36 semanas de embarazo, permite que el bebé pueda succionar correctamente desde el nacimiento. Este tipo de preparación se realiza con el fin de facilitar el inicio de la lactancia materna y evitar problemas de succión que pueden ocasionar dolor y sangrado en la madre.



Los MAMAS



### LOS PASOS PARA COMENZAR LA LACTANCIA

1. El bebé debe estar despierto o semi despierto.
2. El bebé debe estar bien posicionado contra el pecho.
3. El bebé debe estar bien alineado con el pecho.
4. El bebé debe estar bien alineado con el pecho.
5. El bebé debe estar bien alineado con el pecho.
6. El bebé debe estar bien alineado con el pecho.
7. El bebé debe estar bien alineado con el pecho.
8. El bebé debe estar bien alineado con el pecho.

### Beneficios para las y los bebés

La lactancia materna es el alimento ideal para el bebé. Proporciona todos los nutrientes necesarios para su crecimiento y desarrollo. Además, fortalece el sistema inmunológico del bebé, lo que ayuda a prevenir enfermedades. La lactancia materna también ayuda a establecer un vínculo emocional entre la madre y el bebé.

### Beneficios para las madres

La lactancia materna ayuda a reducir el riesgo de enfermedades como la obesidad y la diabetes. También ayuda a reducir el riesgo de depresión postparto. Además, la lactancia materna ayuda a reducir el riesgo de cáncer de mama y de ovario. La lactancia materna también ayuda a reducir el riesgo de osteoporosis.