



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Anyeli Guadalupe Ordoñez Lopez

Nombre del tema: Tabla de cuidados de enfermería en el embarazo

Parcial: 3er parcial

Nombre de la Materia: Enfermería En el cuidado de la mujer

Nombre del profesor: María Cecilia Zamorano Rodríguez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4to Cuatrimestre

Lugar y Fecha de elaboración

Comitán de Domínguez, Chis. A 29-10- 21

CUIDADOS DE ENFERMERIA DURANTE EL EMBARAZO

Orientar sobre la alimentacion, que debe de consumir una dieta equilibrada.

Fomentar el ejercicio fisico sin exceder

Aconsejar sobre los efectos nocivos en la mujer y en el producto al consumir bebidas alcoholicas, café, tabaco, comida chatarra.

Orientar a la mujer a que no debe automedicarse

Orientar sobre el uso de ropa comoda

Orientar a la mujer a usar zapatos comodos sin tacon por el riesgo de caida

Dar a conocer a la mujernlos principales cambios que sufriria su cuerpo durante el embarazo

Dar a conocer sobre los signos de alarma como son: sangrado transvaginal, edema de miembros inferiores, falta de movimiento fetal.

Orientar sobre el control de los signos vitales para descartar patologias agregadas

Enseñar psicopiliias perinatales

Orientacion y enseñanza de la tecnica de lactancia materna

Masaje y preparacion de las mamas para la lactancia materna

Masaje y orientacion sobre el uso de cremas y aceites para evitar las estrias

Orientar a la mujer embarazada sobre los descansos que debe tener para evitar complicaciones

Orientar a la mujer que ante cualquier signo de alarma acuda a su unidad de salud mas cercana

BIBLIOGRAFIA:

UNIVERSIDAD DEL SURESTE. (2021). ANTOLOGIA DE ENFERMERIA EN EL CUIDADO DE LA MUJER. COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS, MÉXICO: CORPORATIVO UDS