



Mi Universidad

Resumen de la unidad

Nombre del Alumno: Anyeli Guadalupe Ordoñez Lopez

Nombre del tema: Resumen de la unidad 4

Parcial: 4to parcial

Nombre de la Materia: Enfria. 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 01/12/21

4.1

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.

El 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.

4.2

ASISTENCIA Y CUIDADOS EN EL PUERPERIO.

Revisión de historia clínica.

Medición de temperatura, presión arterial y frecuencia cardiaca 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 cardiaca 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 alguna.
- 4.- Evalúe en la primera semana del puerperio.
- 5.-Detecte signos y síntomas de peligro.

4.3 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

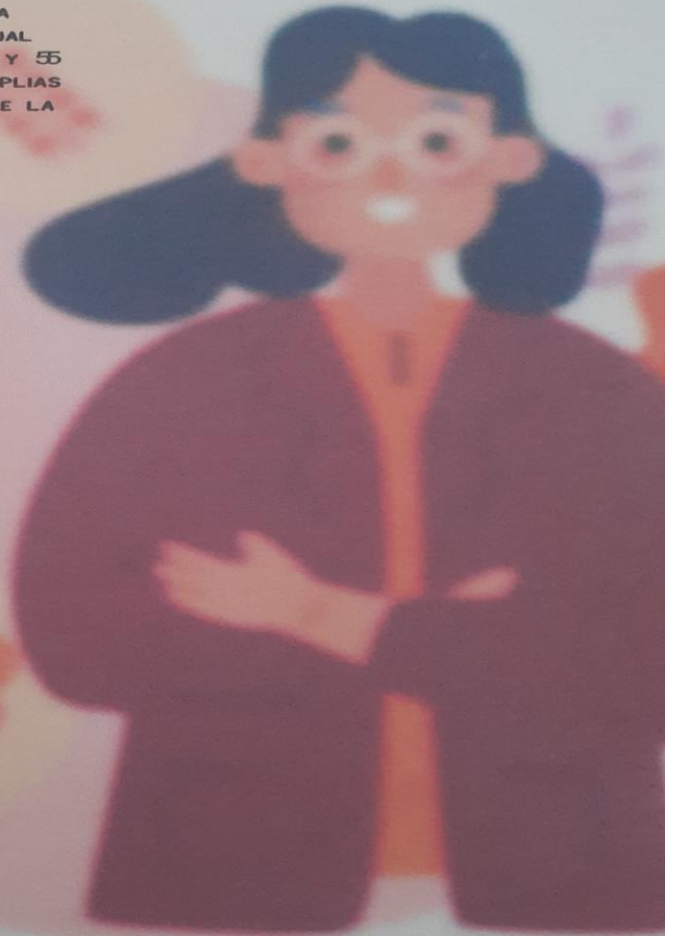
LA MENOPAUSIA ES UN SIGNO DEL CLIMATERIO, Y ES LA DESAPARICIÓN DE LA MENSTRUACIÓN LA CUAL OCURRE ENTRE LOS 47 Y 55 AÑOS, AUNQUE CON AMPLIAS VARIACIONES DENTRO DE LA NORMALIDAD.

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.



4.5 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 (5.1%) QUE EN LOS HOMBRES (3.8%) 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.

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.

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

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.

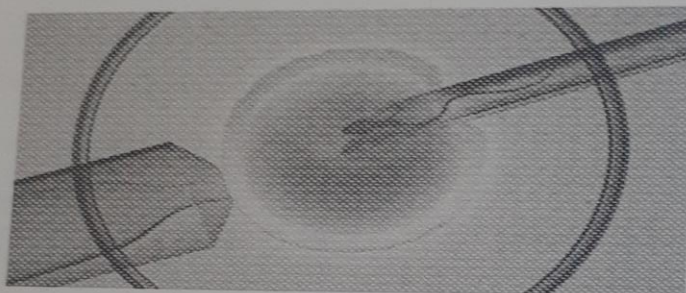
° Temas de salud y Transtornos ginecológicos que afectan a la mujer incluye la menstruación y las irregularidades menstruales, la salud del tracto urinario como la incontinencia y Transtornos del piso pélvico, como la vaginosis bacteriana, vaginitis, los fibromas uterinos y la vulvodinia.



° 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.

Así mismo engloba a todo lo relacionado con

° Problemas de infertilidad tanto en lo diagnóstico como a los tratamientos de reproducción asistida, como lo es la inseminación artificial, fecundación in vitro según diagnósticos, incluyen; fibromas uterinos, el síndrome de ovario poliquístico, la endometriosis y falla ovárica prematura.



° Otros Transtornos y enfermedades que afectan tan solo a las mujeres incluye el síndrome de Turner, el síndrome de Rett y cáncer de ovario y cuello uterino.

1.- atonía uterina

4.7 Cuidados básicos de la mujer.

Existen diversos cuidados y hábitos para mantener una buena salud.

-Actividad física; ayuda a prevenir algunas patologías relacionadas con la circulación, como varices, hemorroides, así también para algunas del aparato locomotor, como artritis u osteoporosis.



-Cuidar la salud mental; el estrés y la depresión se sabe que son más frecuentes en las mujeres, para evitar eso deberán dedicar ratos libres como actividades de su agrada.

-Alimentación adecuada; no debemos abusar de la ingesta de alimentos precocinados, fritos, sal, cafeínas, fritos, azúcares ayudan a disminuir la aparición de padecimientos como la migraña.

-Higiene personal; bañarse diariamente, para eliminar células muertas y sudor, en especial en los días en los que las mujeres están en la semana del periodo, así mismo evitar jabones con grasa y perfumes sobre todo en el área genital.

4.8

•CLIMATERIO•

ES EL PERIODO DE TRANSICIÓN 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 DURACIÓN ES DE 10 A 15 AÑOS...

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

* SINTOMAS:

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

¿Qué es?

La autoexploración se refiere a la técnica de detección basada en la revisión de las mamas por la misma mujer.

Esta técnica aumenta la posibilidad de detectar a tiempo algún signo de enfermedad en las mamas, se debe realizar una vez al mes, se recomienda que sea a partir de los 20 años de edad.

En la autoexploración mamaria tienes que observar todos los cambios del tejido mamario, comprobar cualquier cambio en la superficie de la piel y en el pezón y sobre todo verificar que no hay secreciones sangrientas o de otro tipo en los pezones.



SEM
SEÑALES DE ALERTA
CÁNCER DE MAMA



BULTOS

HOYUELOS

PIEL DE

PEZÓN INVERTIDO



PEZÓN

PEZÓN

SECRECIONES

GRANDEZAS

EXAMINAR

DOSE WEEK

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 y 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. COLÓCATE 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, hoyuelos o arrugas en la piel, así como enrojecimiento y sarpullidos y cambios en la posición del pezón (pezón invertido).



4. 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.



2. 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. RECOSTADA Y CON UNA ALMOHADA BAJO TU HOMBRO Y CON EL CODO ELEVADO

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



3. 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.

4.9

Lactancia materna

Leche materna

Les proporciona a los bebés todos los nutrientes que necesitan para crecer y que su sistema inmunológico se desarrolle plenamente. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF recomiendan que la leche materna sea el alimento exclusivo de los bebés recién nacidos hasta los 6 meses de edad, y que hasta los 2 años se alimenten con una combinación de la misma con alimentos adecuados y nutritivos para su edad.



Posiciones para amamantar



En México

A pesar de esto, en México, solamente 1 de cada 3 bebés recibe leche materna como alimento exclusivo hasta los 6 meses³. Muchos reciben alimentos o líquidos adicionales desde su primer mes de vida como fórmulas, leche de vaca u otro animal y bebidas azucaradas.

10 PASOS PARA UNA LACTANCIA EXITOSA

- 1.- En la clínica de lactancia se enseña a todas las embarazadas sobre la alimentación natural.
- 2.- La lactancia materna se inicia en la sala de partos.
- 3.- El recién nacido debe permanecer junto a su madre.
- 4.- El recién nacido se debe alimentar a libre demanda, con leche materna exclusiva.
- 5.- El personal brinda información oral y escrita sobre lactancia materna y sus beneficios.
- 6.- El personal debe capacitar sobre técnicas de amamantamiento.
- 7.- No dar tetinas ni chupetes a los bebés que son amamantados.
- 8.- El recién nacido no debe recibir leche artificial, ni bebida alguna (salvo indicación médica)
- 9.- No se permite la promoción de leche artificial.
- 10.- Personal capacitado en lactancia está las 24 horas a su servicio.

Beneficios para las y los bebés

Además de proporcionar todos los nutrientes y la hidratación necesarios, la lactancia materna ayuda a prevenir infecciones gastrointestinales y respiratorias, obesidad, diabetes, leucemia, alergias, cáncer infantil, hipertensión y colesterol alto.

Las niñas y los niños que son alimentados al seno materno tienen menor riesgo de mortalidad en el primer año de vida que quienes que no lo son.

Por otro lado, también se ha observado que la lactancia materna se asocia con el desarrollo cognitivo a largo plazo y el coeficiente intelectual que, a su vez, está asociado con el nivel educativo y los ingresos que una persona percibe

Beneficios para las mamás

La lactancia no sólo beneficia a los bebés sino también a las mamás, ya que a corto plazo ayuda a su recuperación física, por ejemplo, disminuye el riesgo de hemorragia después del nacimiento y reduce el riesgo de depresión post-parto. A largo plazo contribuye a disminuir las probabilidades de desarrollar cáncer de ovario, cáncer de mama, diabetes tipo II, hipertensión, ataques cardíacos, anemia y osteoporosis.

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

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 gratificantes, higiénicamente, seguras y estimulantes. 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.

¿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.

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

Quando 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.

BIBLIOGRAFIA:

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