



Mi Universidad

Tabla

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	OBJETIVO
Orientar sobre la alimentacion, que debe de consumir una dieta equilibrada.	Para evitar problemas durante el embarazo a la mujer y despues del parto para el bebe
Fomentar el ejercicio fisico sin exceder	Para mantener en el peso regular a la embarazada
Aconsejar sobre los efectos nocivos en la mujer y en el producto al consumir bebidas alcoholicas, café, tabaco, comida chatarra.	Para evitar que el bebe nasca con algun problemao en su defecto provocar algun aborto espontaneo
Orientar a la mujer a que no debe automedicarse	Para evitar un aborto por sobremedicacion
Orientar sobre el uso de ropa comoda	Para agilizar el movimiento y la comodidad de la mujer embarazada
Orientar a la mujer a usar zapatos comodos sin tacon por el riesgo de caida	Para evitar caidas y golpes que produzcan algun daño en el embarazo
Dar a conocer a la mujernlos principales cambios que sufriria su cuerpo durante el embarazo	Para que sea normal ver como su anayomia va cambiando con forma al paso de tiempo
Dar a conocer sobre los signos de alarma como son: sangrado transvaginal, edema de miembros inferiores, falta de movimiento fetal.	Para evitar la perdida del bebe en caso de que esto suceda y no se acuda al medico
Orientar sobre el control de los signos vitales para descartar patologias agregadas	Para llevar a control su embarazo y notar cuallquier cambio que la mujer y el producto pueda experimentar
Enseñar psicopiliias perinatales	Para mantener informadas sobre lo que es bueno y no hacer durante e embarazo para evitar este tipo de problemas
Orientacion y enseñanza de la tecnica de lactancia materna	Para que la madre este preparada para este proceso una vez el bebe nasca
Masaje y preparacion de las mamas para la lactancia materna	Para adaptar a la mama al proceso que esta a punto de experimentar
Masaje y orientacion sobre el uso de cremas y aceites para evitar las estrias	Para que posteriormente al embarazo no lke queden tantas marcas o estas no sean muy notorias en el vientre
Orientar a la mujer embarazada sobre los descansos que debe tener para evitar complicaciones	Para que el cuerpo este descansando lo suficiente por dos personas
Orientar a la mujer que ante cualquier signo de alarma acuda a su unidad de salud mas cercana	Para evitar problemas como el aborto espontaneo

BIBLIOGRAFIA:

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