

**Nombre de alumno: César Eduardo Figueroa  
Moreno**

**Nombre del profesor: María Cecilia Zamorano**

**Nombre del trabajo: Cuadros**

**Materia: ENFERMERIA EN EL CUIDADO DE LA MUJER**  
PASIÓN POR EDUCAR

**Grado: 3      Grupo: "A"**

Cuidado	Objetivo
Fomentar la alimentación saludable	Para evitar enfermedades como obesidad o diabetes gestacional
Fomentar el realizar ejercicio o actividad física no tan pesada	Evitar enfermedades como las anteriores
Debera asistir a consultas prenatales	Para llevat control sobre el producto y que valla creciendo en buen estado de salud
Aconsejar el evitar por completo el consumo de alcohol y otros	Puede traer consecuencias al producto
El uso de tacones debera evitarlo	Puede sufrir alguna caida y complicaciones
Fomentar el chequeo de signos vitales	Puede presentar preclampsia
Fomentar el cuidado de las mamas	Para asi poder amamantar de forma correcta y tiempo necesario al producto
Enseñar la tecnica de lactancia materna.	Ya que algunas tienes el boton mamario hundido y eso puede ser complicado a la hora de amamantar
Fomentar y ayudarle a tener una buena postura física, cuando se agacha, acuesta, camina.etc.	
Enseñarle cicoprofilaxis	Ayudara a la hora del parto a saber respirar correstamente.
Dar a conocer signos de alarma como lo son son sangrados transvaginales	Puede ser signo de aborto o amenaza de uno
Evitar la actividad sexual en el ultimo trimestre	Este puede causar un nacimiento prematuro