



Mi Universidad

resumen

Nombre del Alumno: yuriceyda López velasco

Nombre del tema: resumen de la unidad 4.

Parcial: 4

Nombre de la Materia: enfermería en el cuidado de la mujer.

Nombre del profesor: Lic. María Cecilia zamorano Rodríguez.

Nombre de la Licenciatura: enfermería

Cuatrimestre:4

Asistencia y cuidado en el puerperio.

Puerperio es una etapa que atraviesa la mujer después del parto en este proceso la mujer readapta su organismo con numerosos cambios en los que interfiere las hormonas y las nuevas condiciones del ser madre.

Fases del puerperio.

Puerperio inmediato: las primeras 24 horas después del parto se vigila el riesgo de hemorragias postparto.

Puerperio alejado: se extiende hasta el día 40 posterior al parto, y abarca desde las 24 horas a los primeros 10 días luego de dar a luz.

Puerperio tardío: en la cultura popular es lo que se conoce como cuarentena, los cambios que se producen en esta fase son más sutiles y conllevan más tiempo, la reanudación de la menstruación va a depender en cierta medida del tiempo de la lactancia materna.

Cuidados de enfermería en el puerperio.

en el puerperio inmediato las principales complicaciones son la hemorragia y el shock hipovolémico por lo tanto los cuidados de enfermería irán encaminados a vigilar para prevenirlos, toma de constantes, vigilar la administración de fármacos oxitocínicos, palpación al fondo uterino para comprobar la contracción, y el control uterino.

Asistencia y cuidados en los Trastornos Ginecológicos.

Climaterio: Período de etapas de la vida de la mujer en la que desaparece la función reproductiva que va de los 45 años hasta los 65 años.

Características.

- ▷ modificación de la secreción de hormonas.
- ▷ Implicaciones a nivel social, cultural y psicológico. En hombres se caracteriza por:
 - ▷ Declinar hormonas androgénicas.
 - ▷ Músculos más laxos.
 - ▷ Disminución de talla.

Menopausia.

es la desaparición de la menstruación en un período mínimo de un año ocurre entre los 47 y 55 años.

Fases de la menopausia.

Pre menopausia: acortamiento de la longitud del ciclo y aumento de FSH.

Perimenopausia: desgarras menstruales con baches amenorricas; características Fallo ovarico, estrogénos bajos.

Postmenopausia: No existe menstruación, ovario inactivo.

Síntomas de la Premenopausia.

Perdida de memoria.

tensión, angustias.

Aumento de peso.

dolor de mamas.

Sofocos o sudoración.

aumento de deseo sexual.

retención de líquidos.

Síntomas de la Postmenopausia

Sudores nocturnos.

Sofocos.

Escalofríos.

Sequedad vaginal.

Problemas de sueño.

Cambios en el estado de ánimo.

Aumento de peso y metabolismo lento.

Períodos menstruales irregulares.

Factores socioeconómicos que influyen en los síntomas.

Simbolismo cultural de la menstruación.

Consideración social de la mujer estéril.

Consideración social del envejecimiento.

Actitudes de pareja en área sexual.

Grado de necesidad económico.

- Cambios en el papel socio familiar y disponibilidad de alternativas.
- disponibilidad de servicios de salud específicos.

Plan de asistencia.

Medidas de diagnostico Precoz del cancer.

Vigilancia Periodica de los indicadores bioquimicos.

Vigilancia de parametros Clinicos relacionados con el sistema Cardiovascular.

Actividades en educación sexual

Actividades en educación dietética.

Actividades de ejercicio físico

Intervenciones de apoyo psicológico para

reforzar la autoestima y asertividad.

Asistencia y cuidados del parto.

tomar vitaminas y los medicamentos recomendados.

Mantener

Acudir al médico después de 7 a 14 días del parto.

visita del sangrado transvaginal

atmía uterina el 99%.

Andropausia

la andropausia conocida también como el síndrome de deficiencia de testosterona consiste en una disminución de los niveles de testosterona en hombres que comprenden edades desde los 40 a 55 años. Cdo lugar la disminución las capacidades sexuales. los cambios que acompañan este fenómeno ocurren gradualmente y se traducen en cambios de actitud y estado de ánimo, fatiga, pérdida de energía además del impulso sexual y la agilidad física.

Síntomas de la andropausia

este cambio es de los hombres a una cierta edad

Produce diversos síntomas entre los que se encuentran

Ansiedad

irritabilidad

menor deseo sexual

nivel menor de equitina, colesterol y triglicéridos

Depresión

malestar anímico

aumento de peso y acumulación de grasa al rededor de la cintura.

Mayor riesgo de sufrir problemas del corazón.

¿Cuáles son las causas de la andropausia?

Las causas de esta patología no están en todos claros

Pero se sabe que existen una serie de factores que

contribuyen a esta condición como por ejemplo los

factores hereditarios, las enfermedades cardiovasculares

¿Cómo se reconoce si se ha llegado a

esta etapa?

los cambios de humor repentinos, los estados

depresivos, los problemas cardiovasculares y el incremento

de peso son unos de los tantos de los problemas

que la falta de testosterona producen.

Padeamientos Propios de la mujer.

Especialidad

Ginecología y obstetricia es el campo de la medicina que se ocupa de la salud integral de la mujer, así como de los fenómenos fisiológicos relacionados con la reproducción humana incluyendo la gestación, el parto y el puerperio.

Ginecología

Desarrollan su labor en este campo trabajan en su diagnóstico y tratamiento ya sea su médico o quirúrgico de enfermedades propias de la mujer como el cáncer de mama, la endometriosis o los problemas del suelo pélvico.

¿Qué engloba?

- * Inducción de ovulación
- * Inseminación artificial
- * Fecundación invitro
- * Micro inyección espermática
- * Diagnóstico genético Preimplantacional.

Patologías Obstétricas

Obstetricia

abarca el seguimiento del embarazo con todos los controles prenatales que conlleva, el parto (por vía vaginal o por cesárea) y el puerperio.

Posturas Anormales.

Síndromes Premestruales

Preeclampsia

Amenorreas

diabetes gestacional

Toxoplasmosis

menopausia

Infertilidad

Endometriosis

ovario poliquístico

patología benigna de mama

Dismenorrea

mioma uterino

Principales causas de muerte en la mujer

La salud de las mujeres y las niñas están influenciadas por la biología relacionado con el sexo, el género y otros determinantes.

Las mujeres son más longevas que los hombres en 2006 la esperanza de vida mundial al nacer era de 74,2 años para las mujeres y de 69,8 años para los varones.

Sin embargo la morbilidad es más elevada en las mujeres que utilizan los servicios de

Las enfermedades no transmisibles que siguen siendo la principal causa de muerte en el sexo femenino causaron 18,9 millones de defunciones de mujeres en 2015.

Las enfermedades cardiovasculares son las que provocan el mayor número de defunciones entre las mujeres por lo que respecta al cáncer, el cuello uterino y el de mama.

La depresión es más común en las mujeres (5.1%) que en los hombres (3.6%) en el caso de la depresión unipolar es de dos veces más frecuente.

Las lesiones auto infligidas incluido el suicidio,

una de cada tres mujeres puede sufrir agresiones físicas y sexuales en algún momento de su vida, las mujeres y las niñas de poblaciones desplazadas a la fuerza que viven en zonas de conflicto.

Cada día acerca de 830 mujeres fallecen por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y el parto. La mayoría de las personas infectadas por el VIH son también mujeres especialmente las jóvenes de 15 a 24 años.

Autoexploración de mamas

¿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 un tiempo 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.

Como realizarla

Paso 1.

Parate frente a un espejo con los hombros y los brazos juntos a la cadera y mirate las mamas.

Esto es lo que debe encontrar: mamas de tamaño, forma y color normales. Mamas bien formadas que no presenten deformaciones o inflamaciones visuales.

Paso 2.

Ahora levanta los brazos y fíjate si ves las mismas alteraciones.

Paso 3.

Cuando estés frente al espejo fíjate si te sale líquido de uno o ambas pezones. (Puede ser transparente, lechoso o amarillento, o sangre).

Paso 4.

luego auestale y palpe las mamas con las manos invertidas es decir la mama izquierda con la mano derecha viceversa, procura utilizar un tacto firme y pasado con las yemas de los dedos manteniendo los dedos rectos y juntos. el movimiento debe ser circular del tamaño de una moneda aproximadamente.

Paso 5.

Finalmente palpe las mamas sentada de pie o sentada, muchas mujeres dicen que la mejor forma de palparse las mamas es cuando la piel se encuentra mojada y resbaladiza de modo que prefieren realizar

Mastografía

es el estudio radiografico mediante el uso de equipo especializado llamado mastografo se utiliza para buscar anomalías en la mama ayuda a detectar el cancer en sus etapas iniciales

existen dos tipos de mastografía.

la mastografía de detección: se recomienda cada dos años en las mujeres de 40 a 69 años de edad sin que presente signos o síntomas sospechosos.

la mastografía de diagnostico: la debe indicar un médico cuando la exploración clínica o en el resultado de la mastografía de detección se presenta alguna lesión sospechosa.

Cuidados básicos de la mujer.

Salud mental

Salud sexual y reproductiva

Salud bucal

Higiene personal

Actividad física

Prevención de accidentes

Prevención de adicciones

Alimentación sana

Medidas básicas de Prevención de enfermedades.

¿Qué es la enfermedad?

La OMS define a la enfermedad como alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo por causas en general conocidas, manifestada por signos y síntomas característicos cuya evolución es más previsible.

5 Funciones de Promoción de la Salud.

Desarrollar aptitudes personales para la salud.

La Promoción de la Salud proporciona la información y las herramientas necesarias para mejorar los conocimientos, habilidades y competencias necesarias para la vida al hacerlo genera opciones.

Impulsar políticas públicas saludables.

La promoción de la salud cobra a la salud en la agenda de decisiones de todos los órdenes de gobierno y de todos los sectores de vida.

Reorientar los servicios de salud.

La promoción de la salud impulsa que los servicios del sector salud trasciendan su función curativa y ejecuten acciones de promoción, incluyendo las de prevención.

Desarrollar entornos favorables.

La promoción de la salud impulsa que las personas se protejan entre sí y cuiden su ambiente para ello estimula la creación.

Reforzar la acción comunitaria.

La promoción de la salud impulsa la participación de la comunidad en el establecimiento de prioridades.

VIIH

¿Qué es?

VIIH significa virus de inmunodeficiencia humana. Junto a su sistema inmunitario al destruir un tipo de glóbulo blanco que ayuda a su cuerpo a combatir las infecciones, esto lo pone en riesgo de sufrir infecciones graves y ciertos tipos de cáncer.

¿Cómo puede adquirirse?

- Compartiendo agujas para el consumo de drogas
- a través del contacto con la sangre de una persona con VIIH
- De madre a bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia
- a través de relaciones sexuales sin protección con una persona con VIIH, esta es la forma más común que puede adquirirse.

Los primeros signos de infección por VIIH puede ser síntomas similares a los de la gripe:

Fiebre	Dolores musculares
escalofríos	dolor de garganta
sarpullido	Fatiga
Sabores metálicos	Úlceras en la boca

La mayoría de las personas con VIIH viven una vida larga y saludable si reciben y continúan con la terapia.

los derechos a la mujer a las relaciones sexuales.

¿Qué son?

Los derechos sexuales y reproductivos buscan garantizar que las personas puedan tomar decisiones sobre su vida sexual y reproductiva con libertad, confianza y seguridad, de acuerdo a su vivencia interna asociada al cuerpo, la mente, la espiritualidad, las emociones y la salud y externa asociada al contexto social, histórico, político y cultural.

La mortalidad materna y la mala salud reproductiva se constituyen en una violación de los derechos humanos cuando son causadas, en su totalidad o en parte, por el hecho de que el estado incumple su deber de respetar, proteger y garantizar los derechos humanos que conforman.

¿Cuáles son?

- ▶ derecho a la igualdad a una protección legal y a vivir libres de toda forma de discriminación basada en el sexo, la sexualidad.
- ▶ Derecho de todas las personas a la participación, sin importar su sexo, sexualidad o género.
- ▶ derecho a decidir tener hijos, el número y espaciamiento de los mismos y a tener acceso a la información y los

medios para lograrlo.

▷ derecho al grado máximo alcanzable de salud, incluyendo la salud sexual que comprende experiencias sexuales placenteras, satisfactorias y seguras.

▷ derecho a la igualdad y a la no-discriminación.

▷ derecho a la vida, libertad y seguridad de la persona.

▷ derecho a la autonomía e integridad del cuerpo.

▷ derecho a una vida libre de tortura, trato o pena crueles inhumanos o degradantes.

▷ derecho a una vida libre de todas las formas de violencia y de coerción.

▷ derecho a la privacidad.

▷ además como las mujeres jóvenes encuentran más obstáculos para acceder a la información sobre su sexualidad, son las que más sufren de embarazos no deseados.

▷ Según varios estudios consultados, la mala salud sexual y reproductiva representa casi el 20% de la carga global de la mala salud de las mujeres y el 17% de los hombres.

Lactancia Materna.

¿Qué es lactancia materna?

es la forma óptima de alimentar a los bebés ya que proporciona los nutrientes que necesitan de forma equilibrada, al tiempo que protege frente a la morbilidad y la mortalidad debido a enfermedades infecciosas.

Leche materna.

La leche de la madre: es el alimento más adecuado y natural para el bebé durante los primeros meses de vida y proporciona los nutrientes que necesita para su adecuado crecimiento y desarrollo adaptándose perfectamente a su función digestiva.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), la Asociación Española de Pediatría y otras entidades de prestigio recomiendan alimentación exclusiva con leche materna hasta los 6 meses y después complementarla progresivamente con otros alimentos hasta los 2 años o más.

Tipos de leche

El colostro: (leche de los primeros días) contiene gran cantidad de proteínas, vitaminas e inmunoglobulinas (defensas) que pasan a la sangre a través del intestino del recién nacido/a. El colostro es suficiente para alimentar al recién nacido/a, puesto que su estómago es muy pequeño y sus necesidades se satisfacen con pocas cantidades y en tomas frecuentes.

(de 8 a 12 tomas diarias aproximadamente).

La Leche madura: Varía su composición a lo largo de la toma, la del principio es más "aguada" (rica en lactosa) para calmar la sed y la cantidad de grasa va aumentando a medida que sale la leche, concentrándose al final de la toma; cosa que provoca la saciedad del bebé.

Ventajas y beneficios.

Para el bebé: Favorece la liberación de la hormona de crecimiento y un óptimo desarrollo cerebral, fisiológico e inmunológico, Protegen a gran número de enfermedades: diarrea, infecciones respiratorias (catarros, bronquiolitis, Neumonía, otitis). la leche materna tapa el intestino del bebé protegiéndolo frente a los patógenos.

Disminuye o retrasa la aparición de problemas de tipo inmunológico: alergias (dermatitis, atópica, asma), leucemia, enfermedades crónicas intestinales.

Para la madre: ayuda a la recuperación tras el parto, El estímulo hormonal hace que el útero se contraiga más rápidamente (entueños) disminuye la pérdida de sangre en los días posteriores al parto y mejora la posible anemia.

Disminuye el riesgo de cáncer de mama Premenopáusico, cáncer de ovario y fracturas de caderas y espinales por osteoporosis en la postmenopausia.

(de 8 a 12 tomas diarias aproximadamente).

La Leche madura: Varía su composición a lo largo de la toma, la del principio es más "aguada" (rica en lactosa) para calmar la sed y la cantidad de grasa va aumentando a medida que sale la leche, concentrándose al final de la toma; cosa que provoca la saciedad del bebé.

Ventajas y beneficios.

Para el bebé: Favorece la liberación de la hormona de crecimiento y un óptimo desarrollo cerebral, fisiológico e inmunológico; Protegen a gran número de enfermedades: diarrea, infecciones respiratorias (catarros, bronquiolitis, Neumonía, otitis). la leche materna tapan el intestino del bebé protegiéndolo frente a los patógenos.

Disminuye o retrasa la aparición de problemas de tipo inmunológico: alergias (dermatitis, atópica, asma), leucemia, enfermedades crónicas intestinales.

Para la madre: ayuda a la recuperación tras el parto, El estímulo hormonal hace que el útero se contraiga más rápidamente (entueños) disminuye la pérdida de sangre en los días posteriores al parto y mejora la posible anemia.

Disminuye el riesgo de cáncer de mama Premenopáusico, cáncer de ovario y fémur de caderas y espinales por osteoporosis en la postmenopausia.

Posturas.

Posturas: que adopte la madre dependiente de sus preferencias y de las circunstancias en las que se alimenta el bebé, pero lo importante es que estas sean cómodas y el agarre al pecho sea correcto. Sentada estamos más cómodas, sentadas en una silla con las pias algo elevadas (sobre un taburete) y un cojín bajo el bebé o en una silla muy baja.

► Posición de cuna.

- Posición vertical y móvil.
- Posición sentada o caballito.
- Posición acostada de lado.
- Posición de cuna acostada de lado.
- Posición de cuna cruzada.
- Posición reclinada.
- Posición acostada con el bebé al (inverso).

Estimulación del pecho.

1. Masajea: el pecho oprimiéndolo firmemente hacia la caja torácica (costillas) usando un movimiento circular con los dedos en un mismo punto, sin deslizar los dedos sobre la piel.
2. Frota: el pecho cuidadosamente desde la parte superior hacia el pezón, de modo que produzca un coquileo. Continúa este movimiento desde la periferia del pecho.

hacia el Pezón, por todo alrededor.

3. Sacude: ambos pechos suavemente inclinándose hacia adelante.

Depresión Postparto

¿Qué es?

es una depresión de moderada a intensa 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.

Causas.

- ▶ las causas exactas de la depresión postparto se desconocen, los cambios en los niveles hormonales durante y después del embarazo pueden afectar el estado anímico de una mujer, muchos factores distintos a los hormonales también pueden afectar el estado de ánimo durante este periodo.
- ▶ Cambios en el cuerpo o raíz del embarazo y el parto
- ▶ Cambios en las relaciones laborales y sociales.
- ▶ tener menos tiempo y libertad para sí misma.
- ▶ Falta de sueño
- ▶ Preocupaciones acerca de su capacidad para ser una buena madre.

Usted puede tener mayores probabilidades de experimentar depresión postparto si:

- ▶ tiene menos de 20 años.
- ▶ actualmente consume alcohol, sustancias ilegales o fuma (también ocasionan riesgos serios para la salud del bebé).
- ▶ No planeó el embarazo o tuvo sentimientos contradictorios acerca de este.
- ▶ Tuvo depresión, trastorno bipolar o un trastorno de ansiedad antes del embarazo o en un embarazo anterior.
- ▶ vivió un hecho estresante durante el embarazo o el parto, por ejemplo una enfermedad, muerte o padecimiento de un ser querido, un parto difícil o de emergencia, un parto prematuro o una enfermedad o anomalía congénita en el bebé.
- ▶ tiene un familiar cercano que haya experimentado depresión o ansiedad.
- ▶ Tiene una mala relación con la pareja o es soltera.
- ▶ Tiene problemas financieros o de vivienda.
- ▶ Tiene poco apoyo de la familia, de los amigos o del cónyuge o la pareja.