



Ensayo

Nombre del Alumno: Arlette Guadalupe Suarez Gordillo

Nombre del tema: Asistencia y cuidados durante el embarazo

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

Nombre del profesor: María del Carmen López Silba

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4°

Introducción

Explicaremos sobre los temas que tendremos asistencia y cuidados durante el parto, los cuidados que debe tener tanto la madre como el bebe que viene en camino, tener los cuidados como trabajador de salud, monitorear cada vez que lo pidan para nuestra paciente, la asistencia y cuidados en el puerperio, los cuidados en los trastornos ginecológicos que debe tener la madre, entre otras cosas más, tendremos el gusto de conocerlo ampliamente.

Asistencia y cuidados del parto

Cuidado de la madre y un niño sano. En el parto normal debe existir razón válida para interferir con el proceso natural, se debe considerar el reposo absoluto para la madre, tener en cuenta las citas previas que tendrá con el ginecólogo, tener una dieta balanceada, no introducir ninguna sustancia o químico que pueda afectar al bebé, parto por cesárea no elevar tanto el peso, tener reposo, no levantar cosas pesadas, tener cuidado en todo lo que hace.

Las tareas del personal sanitario son;

1. Animar a la mujer, a 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 factores de riesgo, detectar problemas de forma temprana.
3. Llevar a cabo intervenciones menores, si son necesarias, como anatomía 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.

La persona que atiende el parto deberá ser capaz de cumplir las tareas de la matrona, como se ha dicho anteriormente. Que la matrona identifique factores de riesgo, reconozca el inicio de complicaciones, lleve a cabo observaciones de la madre y monitorice la condición del feto y del niño después del nacimiento. Los tres primeros procedimientos, medición de la temperatura, pulso y tensión arterial, puede tener implicaciones en el desenlace del parto, y es por esto que puede influir el manejo del parto. Estos procedimientos deben ser rutinarios no exclusivos, debe ser explicados a sus acompañantes y a la gestante, medición de la temperatura cada 4 horas, de acuerdo a la OMS.

Asistencia y cuidados en el puerperio

En el **puerperio normal**, al periodo que sigue la expulsión del producto de la concepción, en el cual cambios Ana tomo-fisiológicos propios del embarazo se revierten al estado pre gestacional, **tiene duración de 6 semanas o 42 días**.

Puerperio inmediato, al periodo que comprende las **primeras 24 horas después del parto**.

Puerperio mediato, 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 mismo después del parto.

- a) Pregunte, observe y verifique que no presente signos y síntomas peligrosos;
 - Hemorragia vaginal, convulsiones, cefalea fuerte, visión borrosa, o dolor fuerte en la boca del estómago.
 - Dificultad al respirar
 - Temperatura mayo que 38°C
 - Involución uterina, desgarres en región perineal, hipertensión arterial
- b) Si presenta señales de peligro se debe estabilizar, iniciar al tratamiento de acuerdo al problema encontrado y referir a un servicio con capacidad resolutive, si no se encuentra con los recursos necesarios para atender a la mujer.
- c) Oriente sobre las señales de peligro y explicar que busque ayuda en caso de presentar alguna.
- d) Evalué en la primera semana del puerperio

Control del puerperio

A) Detecte signos y síntomas de peligro

- Hemorragia vaginal, cefalea fuerte, visión borrosa, o dolor fuerte en la boca del estómago.
- Dificultad al respirar
- Temperatura mayor a 38°C
- Descarte retención de restos placentarios
- Involución uterina
- Desgarros en región perineal
- Coágulos o sangrado con mal olor
- Dolor al orinar, hipertensión arterial

Asistencia y cuidados en los trastornos ginecológicos

El climaterio (45 a 65 años) es el periodo de vida de la mujer en el que desaparece la función reproductiva y ocurren grandes modificaciones de la secreción de hormonas sexuales, así como también tiene implicaciones a nivel social, cultural y psicológico.

En el hombre también existe la época y se caracteriza por un declinar de hormonas androgénicas, músculos más laxos, disminución de la talla, aun que sigue produciendo espermatozoides. La menopausia es la época de la vida de una mujer en la cual deja de tener menstruaciones, suele ocurrir naturalmente con mayor frecuencia después de los 45 años, el cese de la menstruación (amenorrea) al igual que la menarquia, no suele ser un fenómeno brusco, sino que se tienen faltas de menstruación uno o varios meses, volviendo después de menstruar.

La peri menopausia, se refiere al tiempo durante el cual el cuerpo produce la natural transición a la menopausia marca el final de los años reproductivos. La **perimenopausia** también se llama la transición menopáusica. Las mujeres desde la **perimenopausia** diferentes edades, para determinar la menopausia es necesario que una mujer haya estado un periodo mínimo de 1 año sin menstruación, en la menopausia se distinguen tres fases:

1. Pre menopausia: acortamiento de la longitud del ciclo a expensas de la fase folicular, aumento de FSH, sobre todo, raramente síntomas climaterios.
2. Peri menopausia: desarreglos mestúrales progresivos con bache amenorreicos. Fallo ovárico, gonadotropinas y estrógenos por debajo de los valores normales, síntomas climaterios frecuentes.
3. Posmenopausia: el ovario no queda totalmente inactivo, pero cesa su función endocrina folicular, su secreción es insuficiente no hay menstruación.

Factores socioeconómicos que influyen 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.

Cambios endocrinos

Descienden los niveles de estrógenos y progesterona, y aumentan los niveles de gonadotropinas.

Plan de asistencia durante el climaterio

1. Medidas de diagnóstico precoz del cáncer (mama, endometrio, cérvix, ovario)
2. Vigilancia periódica de los indicadores bioquímicos, sobre todo del metabolismo de los lípidos e hidratos de carbono; determinación de colesterol y sus fracciones y de la glicemia basal o con sobrecarga.
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 el asertividad. Éstas pueden realizarse a nivel individual o a nivel colectivo; en este segundo caso, la dinámica de grupo introduce un factor de influencia positiva.

Concientización y autocuidado

En todas las etapas de la vida, el autocuidado es esencial para conservar y mantener una buena salud, la mujer desempeña roles como madre, esposa e hija y a menudo, antepone sus múltiples roles al cuidado de si misma, lo que posiblemente puede influir en sus hábitos de salud. Estudios realizados muestran que las mujeres que perciben su salud como mala o negativa son aquellas sin información sobre el proceso de menopausia y climaterio.

La NORM-035-SSA2-20027 describe y promueve las actividades de acondicionamiento físico para evitar el sedentarismo, así como implementar algún problema de ejercicios para favorecer el acondicionamiento cardiovascular, la flexibilidad, el fortalecimiento muscular y la prevención de perdida de masa ósea, así como evitar el ejercicio físico excesivo que puede resultar contraproducente.

Principales causas de muerte en la mujer

Se puede observar entre las niñas, las principales causas de muerte son las malformaciones, con genéticas, infecciones, causas accidentales, y violencias, entre adolescentes y jóvenes, muertes violentas, tumores malignos, covid 19.

- En un grupo tiene de 5 a 9 años, las principales causas de defunción fueron; tumores malignos, malformaciones, homicidios e influenza y neumonía, otro grupo fue de 10 a 14 años; homicidios, accidentes, tumores y suicidios.
- La salud de las mujeres y niñas esta influenciada por la biología relacionada con el sexo, el genero y otros determinantes sociales.
- Las mujeres son más longevas que los hombres. En 2016, la esperanza de vida mundial al nacer era de 74,2 años para las mujeres y de 69,8 años para los varones.
- 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 de cuello uterino y el de mama son los más frecuentes, y el carcinoma pulmonar, es la principal causa de defunción.
- La depresión es más común en las mujeres (5,1%) que en los hombres (3,6%). En el caso de la depresión unipolar, es dos veces más frecuente.
- Las lesiones auto infligidas, incluido el suicidio, son actos que se pueden realizar en cualquier momento de la vida, y fueron la segunda causa de defunción entre las mujeres de 15 a 29 años de edad en 2015.
- INEGI, durante los mese de marzo a enero del 2021 Entre enero y marzo de 2021 se registraron 368 906 defunciones, mientras que, en 2018, 2019 y 2020 se presentaron 192 424, 200 256 y 202 728, respectivamente.
- La tasa de defunciones registradas² de enero a marzo fue de 29.0, 12.9 superior a la de similar periodo de 2020 que fue de 16.1.

Padecimientos propios de la mujer

Existen enfermedades mas frecuentes en las mujeres que en los hombres, en oportunidades esto es debido a las características biológicas propias del sexo femenino, en otras los motivos se fundamentan no solo en los factores biológicos sino también socioculturales.

Las principales diferencias pueden ser a **Nivel Cromosómico**, hormonal y genital, aunque existen otras como el tamaño del corazón, y de los pulmones, la distribución del flujo sanguíneo y de la grasa.

- **Enfermedades Cardiovasculares**, esta enfermedad afecta de forma proporcional tanto a hombres como a mujeres, y es la causa mas frecuente de muertes en el mundo.
- **Cáncer de mama**, es el cáncer que mas afecta a las mujeres, seguido muy de cerca por el cáncer en el cuello uterino, de hecho, las estadísticas indican que **1 de cada 8 mujeres lo padecerá**.
- **Cáncer cuello uterino**, es el segundo cáncer más padecido por las mujeres, casi todos los casos, se deben a una enfermedad de transmisión sexual, conocida como **virus del papiloma humano (VPH)**.

La especialidad de 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. En el caso concreto de la ginecología, los especialistas que desarrollan su labor en este campo trabajan en el diagnóstico y tratamiento, ya sea médico o quirúrgico, de enfermedades propias de la mujer como el cáncer de mama, la endometriosis o los problemas del suelo pelviano.

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

En el caso de la embarazada los obstetras se ocupan del abordaje médico de patologías como la diabetes gestacional, la preeclampsia, la placenta previa, los problemas de crecimiento del feto dentro del útero o las posturas anormales, como son:

- Síndromes premenstruales
- Preeclampsia
- Amenorreas
- Diabetes gestacional.
- Toxoplasmosis

Cuidados básicos de la mujer

Para tener buena calidad de vida, debemos prevenir el desarrollo de enfermedades, algunos problemas pueden causar enfermedades con mayor frecuencia en ciertas etapas de la vida.

- Llevar a cabo una buena alimentación
- Evitar las bebidas alcohólicas
- Hacer ejercicio
- Higiene personal
- Salud bucal
- Detección temprana de enfermedades
- Salud sexual y reproductiva
- Salud mental
- Vida libre de violencia familiar y de género

Medidas básicas en prevención a enfermedades

Las 5 funciones de promoción de la salud

- A) Desarrollar aptitudes personales para la salud; proporciona la información y las herramientas necesarias para mejorar los conocimientos, habilidades y competencias necesarias para la vida.
- B) Desarrollar entornos favorables; estimula la creación de condiciones de trabajo y de vida gráficamente, higiénica, segura y estimulante. Además, procura que la protección y conservación de los recursos naturales sea prioridad de todos.
- C) Reforzar la acción comunitaria; a participación de la comunidad en el establecimiento de prioridades, toma de decisiones y elaboración y ejecución de acciones para alcanzar un mejor nivel de salud.
- D) Reorientar los servicios de salud; También contribuye a que los servicios médicos sean sensibles a las necesidades interculturales de los individuos, y las respeten. Asimismo, impulsa que los programas de formación profesional en salud incluyan disciplinas de promoción y que presten mayor atención a la investigación sanitaria.
- E) Impulsar políticas publicas saludables; Al hacerlo busca sensibilizarlos hacia las consecuencias que sobre la salud tienen sus decisiones. También aspira a propiciar que una decisión sea más fácil al tomar en cuenta que favorecerá a la salud.

Fuentes de consulta

- Antología uds
- <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSocio/demo/DefuncionesRegistradas1Trim2021.pdf>
- <https://policlinicametropolitana.org/informacion-de-salud/enfermedades-frecuentes-en-las-mujeres/>

Conclusión

Con los temas mencionados tendremos las herramientas necesarias, lo pondremos en practica con nuestros pacientes, para que ellos conozcan un poco mas de lo que pueden llegar a pasar durante el transcurso de su vida, tener las prevenciones, informar cada vez que lo pidan, poner carteles o darles platicas por las enfermedades que se pueden desarrollar para uno de mujer, tener todos los cuidados que nos dice el médico, tomar los medicamentos que corresponden durante el periodo que nos indican.