



Alumno:

GERARDO ALONSO HERRERA DIAZ

Profesor:

Javier Gómez Galera



Nombre del trabajo:

Cuadro Sinoptico de Asistencia Cambios y Cuidados en el Embarazo

Materia. Enfermería en el Cuidado de la Mujer

Grado: 4to Cuatrimestre

Grupo: A

Pichucalco, Chiapas a 06 de Noviembre de 2021

Mi Universidad

Enfermería en el Cuidado de la Salud

Asistencia y Cuidados en el Embarazo

Alimentación

- Frutas y Verduras
- Consumir pescado, carnes rojas y aves de corral
- Beber mucha agua
- Leche descremada y queso fresco

Visitas al Doctor

- Asistir a los controles prenatales
- Tomar medicamentos recetados por el médico
- Hacerse ultrasonido
- Realizarse exámenes clínicos

Hábitos Saludables

- Bañarte diariamente
- Cambiar tu ropa diario
- Mantener una buena higiene en tus alimentos

Actividad física

- Caminar de 20 a 30 minutos diarios
- Bailar
- Nadar etc.

Cambios de la Mujer Durante el Embarazo

Primer Trimestre

- Aumento de pecho
- Náuseas y vómito matutinos
- Rechazo a ciertos alimentos
- Cansancio y mucho sueño

Segundo Trimestre

- Aumento del útero
- Aparición de una línea oscura entre el pubis y el ombligo
- Aumento del vello en la cara y en la parte inferior del abdomen

Tercer Trimestre

- Aumento del útero cada vez más
- Compresión torácica dificultando la respiración
- Pequeñas contracciones
- Dolor en las articulaciones pélvicas

Valoración del Estado Fetal

Se logra con la combinación de diferentes técnicas ecográficas

Ultrasonido obstétrico

- Permite evaluar el crecimiento fetal
- Características del líquido amniótico
- Aspecto, implantación y clasificación de la madurez placentaria

Ultrasonido Estructural /Morfológico

- Se descartan anomalias (malformaciones) que condicionen un mal estado de salud fetal. Por ejemplo infecciones intrauterinas, malformaciones cardíacas fetales

Ultrasonido Doppler Color

- Por medio de la evaluación de los flujos sanguíneos fetales, es posible determinar estados de alteración hemodinámica