



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del Alumno: Yaneth Beatriz Álvarez Santiz.

Nombre del tema: Cuidados básicos de la mujer

Parcial: 1er.

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: 4to.

Lugar y fecha: plan de Ayala, 23 de septiembre de 2022

# INTRODUCCIÓN

Tener en cuenta los cuidados de la mujer es un elemento fundamental para prevenir o tratar enfermedades que aun no se allan presentado o ya estan diagnosticados.

Para ello se realiza la exploración mamaria ya que es un metodo eficaz, que tener en cuenta los factores de riesgo que puede lograr a ocasionar. Y lograr evitar con ayuda de un personal de salud, que nos explorara para tener más conocimiento de lo que tengamos ya sea aguda o cronica, asi como tener en cuenta en que uno mismo se puede autoexplorar con orientación medica para saber como hacerlo. Y eso nos ayude a poder evitar graves enfermedades.

La exploración ginecologica es de vital importancia no solo para mujeres embarazadas si no a todas en general ya que con procedimientos se logra saber acerca del interior de una y asi tener un conocimiento amplio, de cualquier factor patologico que puede llegar a presentar, con estos conocimiento o información obtenida puede usted prevenir una enfermedad grave, o desarrollo de ella.

## Exploración mamaria.

La exploración es un elemento valioso con el que se cuenta para buscar en forma intensificada una tumoración sospechosa y detectar oportunamente el cáncer.

Cuando se detectan dichas enfermedades a tiempo las probabilidades de curación es elevada, ya que en forma tardía se complica, y darle un tratamiento puede ya no ser curativo.

Los factores de riesgo que presenta, la más importante es la edad, por que como va creciendo la persona, aumenta sus antecedentes familiares, así como la dieta que lleva, o presenta obesidad, una enfermedad crónica, si es consumidor de alcohol o tabaco.

Para poder prevenir dichas enfermedades se pueden hacer análisis clínicos, acudir a especialistas, y si se puede ir a tomar un curso de como autoexplorarse a si mismo o le agan un exploración mamaria.

Como personales de la salud al momento de realizar una exploración mamaria se recomienda tener el consentimiento informado del paciente y explicarle paso a paso los procedimientos a realizar.

Cuando usted mismo va a explorarse (autoexplorarse), se recomienda primero saber como hacerlo

Para posteriormente lo aplique. En estas técnicas ayudaran para que pueda saber la forma, volumen, Simetria, bultos, hundimientos, Pezón invertido, Coloración y si presenta secreciones en el pezón, asi evitar a que se presente o tenga un cancer, tumor o alguna anomalia, Una molestia o presencia de dolor.

### Metodos complementarios.

Se debe orientar a las mujeres sobre su salud y tener un autocuidado saludable, Para disminuir factores de riesgo que se pueden llegar a presentar, esto se da en el primer nivel de prevención. En un segundo nivel de prevención se efectua la exploración mamaria, exámenes clínicos y mastografía, Una vez detectada una lesión se procede a diagnosticar y darle un tratamiento adecuado, recordarle a que acuda a un Centro de salud para un chequeo frecuente que puede ser mes con mes, y si a tenido familiares con esta patologia acudir 10 años antes que la edad que fue detectada su enfermedad del familiar. El tercer nivel de prevención seran las quimioterapias, radioterapias, un tratamiento quirurgico, etc., Segun lo amerita

## Exploración ginecológica

Esta exploración permite conocer la situación, tamaño, forma, consistencia, movilidad del cervix y cuerpo uterino así como alguna existencia de dolor.

La exploración del Saco de Douglas se hace con el afán de valorar abombamiento, Fluctuación, dolor a la compresión y presencia de tumores.

La historia clínica es la principal herramienta de trabajo del médico ya que con ello diagnostica las patologías que pueden presentar, y que se realiza de dos formas: realizar de manera estructurada y tener el suficiente conocimiento para interrogar al paciente.

La exploración básica en obstetricia es que en toda paciente en periodo de gestación, se debe realizar para obtener el peso de la madre y su presión arterial, en caso de ser primeriza se le toma la talla y obtener el índice de masa corporal.

En la exploración ginecológica básica incluye exploración mamaria, exploración abdominal y la de ginecológica.

La exploración abdominal se realiza a toda mujer que acude a consulta, se realiza una exploración en las fosas ilíacas e hipogastrio, para tener en cuenta la densidad, o presencia de cicatrices o tumoraciones pelvicas o abdominales.

La exploración ginecológica se le indica al paciente que tome una postura en la cama o mesa

En posición ginecológica o litotomía, en ello se identifica lesiones como úlceras, verrugas, cicatrices o tumoraciones.

Para completar la exploración se realiza estudios, análisis o pruebas complementarias. Tales como:

El ultrasonido: que nos muestra en una pantalla la imagen de la parte a evaluar.

La ecografía Doppler, permite el estudio hemodinámico fetal. Amniocentesis que es la punción en el Saco umbilical o bolsa amniótica.

Biopsia corial consiste en toma de muestra de vellosidades para un estudio citogenético.

Cordocentesis consiste en la punción del Cordon Umbilical para obtener una muestra de sangre fetal.

Colposcopia es la realización de observar el cuello uterino para determinar si hay presencia de lesiones.

## Conclusión

Como conclusión, se reconoce a como nos ayuda al saber más sobre dichos temas o cuidados, y que nos beneficiara en seguirlos. Teniendo en cuenta la gravedad que pueden presentarse si no se logra tratar a tiempo o prevenirlo antes que aparezca. Si logramos prevenir podemos evitar grandes complicaciones despues del tiempo.

La exploración mamaria es muy importante, más para mujeres ya que son más propensas a padecer pero con ayuda médica y orientación se pueden evitar graves patologías. Mismo en la exploración ginecológica para lograr tener un embarazo sano y solucionar con anterioridad una complicación que puede llegar a padecer, también así como cancer o alguna tumoración.

"Cuidate y cuida a tus seres queridos, el chequeo es algo bueno, no dejes pasar algo que algún día te puedas arrepentir"

## Bibliografía

UDS. (s.f.). *antologia de enfermeria en el cuidado de la mujer* . Obtenido de  
file:///C:/Users/yaneth/Documents/enfermeria%20en%20el%20cuidado%20de%20la%20  
mujer.pdf