



Mi Universidad

Actividad I

NOMBRE DEL ALUMNO: Esmeralda Jaqueline Rodriguez Muñoz

TEMA: Técnicas de autoexploración. Exploración ginecológica.

PARCIAL: I

MATERIA: Enfermería en el cuidado de la mujer.

NOMBRE DEL PROFESOR: Rebeca Vázquez Escobar

LICENCIATURA: Enfermería

CUATRIMESTRE: 4to

TECNICAS DE AUTOEXPLORACION

- La autoexploración de mama debe realizarse con una inspección visual (con o sin espejo) para observar si hay algún cambio en el contorno o textura del seno.
- También se puede realizar la inspección manual de pie y recostada para identificar protuberancias o engrosamientos inusuales.



La exploración clínica se efectúa en dos tiempos:

- ✓ INSPECCION: se realiza con la vista. Se divide en estática y dinámica.
- ✓ PALPACION: se realiza con la palma de la mano o con la yema de los dedos. Se realiza en dos posiciones: sedente y supina

Recomendaciones para realizar la exploración

1. Consentimiento del paciente.
2. No es necesaria la tricotomía de la axila.
3. Puede acudir con aplicación de talcos, desodorantes, aceite en mamas y región axilar.
4. Puede acudir en cualquier día del ciclo menstrual.
5. Debe considerar los signos y síntomas del periodo pre y transmenstrual .
6. Se debe realizar en el consultorio en presencia de la enfermera.
7. Puede acudir en periodo gestacional y de lactancia.
8. La exploración clínica se debe realizar sin guantes, ya que al utilizarlos se pierde la sensibilidad.
9. Si la piel está húmeda (sudor) puede usar talco.



- ❖ La exploración de mama debe realizarse anualmente por personal capacitado a toda mujer mayor de 25 años.
- ❖ El momento para realizarlo es de 5 a 7 días después del comienzo de la menstruación. Debido a los nódulos que aparecen durante la fase premenstrual.

EXPLORACION GINECOLOGICA

- Se refiere específicamente a la exploración del aparato reproductor femenino.
- Incluye una exploración mamaria.
- Incluye la anamnesis ginecológica.



- ✓ Con la paciente en posición ginecológica, el sanitario separa los labios menores con los dedos y pulgar y anular.
- ✓ Se introduce el dedo índice y seguidamente el medio en la vagina.
- ✓ La mano contraria a la que está realizando la exploración se coloca sobre la parte baja del abdomen.
- ✓ Utilizando las dos manos se intenta delimitar el útero, trompas, ovarios y parámetros.

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



- ❖ Para la exploración de los anejos se colocan los dedos de las manos vaginal en el fondo de saco lateral que corresponda.
- ❖ La mano exterior presiona en la espina iliaca anterosuperior intentando poner en contacto los dedos de ambas manos.
- ❖ Los anejos en situación normal no se palpan.
- ❖ Los anejos habitualmente no se palpan si son normales.
- ❖ Se explora la región del fondo de saco de Douglas para valorar abombamientos, fluctuación, dolor a la compresión y presencia de tumoraciones.

Para la correcta realización de la historia clínica se requieren fundamentalmente dos requisitos: que se realice de manera estructurada y tener conocimientos adecuados para dirigir el interrogatorio de manera certera.



BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA UDS ENFERMERIA N EL CUIDADO DE LA MUJER