



**Mi Universidad**

Nombre del Alumno: Karla Regina Perez Hernandez

Nombre del tema: cuadro sinóptico

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

Nombre del profesor: María del Carmen López Silva

Fecha: 11/11/2023

**Fomento y promoción a la salud para evitar complicaciones durante el embarazo normal**

**Nutrición**

- Ácido fólico a toda persona embarazada con dosis de 400 µg/día
- La dieta balanceada en energía/proteína
- La dieta con ingesta de omega 3 ( Se recomiendan el consumo de dos porciones de pescado y mariscos por semana)
- Es recomendable la reducción de la ingesta de cafeína a menos de 2 tazas diarias (<182mg/día)
- Debe ser informada que beber alcohol es perjudicial y no existe una dosis que se pueda considerar segura
- Debe tener una ingesta de vitamina A como b-carotenos, como prevención de ceguera nocturna y anemia materna, limitando la ingesta de retinol.
- No se recomienda la suplementación con vitamina C, D, E de forma rutinaria en todas las pacientes con la finalidad de disminuir el riesgo de complicaciones durante la gestación
- La suplementación con hierro (30-60 mg) para evitar la anemia materna
- Suplementación de calcio en pacientes con bja ingesta dietética, definida como ≤600 mg/día, con dosis de 1 gr/ día.
- Consumo total agua en promedio de 3.1 litros por día (alimentos y líquidos de la dieta), donde aprox. 2.3 litros (9 tazas por día)
- Consumo limitado de bebidas energéticas y las bebidas de frutas
- Se recomienda ingesta de fibra dietética en cada comida si sufre de estreñimiento

**Ejercicio**

- Se recomienda veinte minutos de ejercicio ligero (caminar, nadar o deportes de bajo impacto) por 5 días a la semana

**Vacunas**

- Es recomendable desde la primera consulta prenatal investigar sobre la aplicación de vacunas para rubeola, varicela, hepatitis B, influenza, tétanos y tosferina
- La vacuna recomendada para el uso en la persona embarazada, para prevenir tosferina, difteria y tétanos, es la que está formulada con toxoide tetánico, toxoide diftérico y fracción acelular de pertussis (Tdpa)
- Debe recibir la vacuna de Influenza trivalente inactivada intramuscular o intradérmica antes de la temporada de influenza siempre y cuando este disponible
- La persona embarazada que han sido identificada con riesgo de infección por el virus de la hepatitis B durante el embarazo debe ser vacunada
- Se recomienda que en la primera cita de control prenatal se realice a toda persona embarazada determinación de: (Grupo sanguíneo, Rh, Coombs indirecto)
- En la persona embarazada Rh negativo no sensibilizada, debe ofrecerse profilaxis con inmunoglobulina anti D
- La persona embarazada Rh negativa que no está Isoinmunizada debe recibir inmunoglobulina anti D antenatal a la semana 28 de gestación (En caso de que la primera aplicación ocurra después de las 21 a 27 semanas, se deberá aplicar una segunda dosis 13 semanas después)

**Detección de factores de riesgo**

- ❖ Es recomendable identificar a madres en riesgo de depresión postparto
- ❖ Es recomendable utilizar la escala de Edimburgo como tamizaje de la depresión en la persona embarazada y en el periodo postparto
- ❖ P. E que presente entre 10 a 12 puntos, repetir la aplicación de la escala de Edimburgo entre 2 a 4 semanas después
- ❖ Fomentar en la pareja de la persona embarazada su participación y que otorgue apoyo emocional durante la gestación

**Higiene**

- Es recomendable la promoción de la salud oral y atención odontológica integral
- Realizar un cepillado dental regular con pasta fluorada, utilizar regularmente de enjuagues bucales con flúor para contrarrestar el ecto de desmineralización debido al vómito
- Educación a la persona embarazada acerca del los cambios en la cavidad oral
- Enfatizar la importancia de la higiene en cavidad oral durante el embarazo e instrucciones de control de placa dentobacteriana
- Enseñar el correcto cepillado de dientes y cada cuánto debe de cepillarse (3 veces al día)
- Ofrecer odontoxesis en casos necesarios y tratar los emergencias
- Fomentar una búsqueda intencionada de enfermedad periodontal en la mujer embarazada, brindando tratamiento para la misma al establecer su Dx.
- Recomendar la prescripción diaria de enjuague bucal a base de clorhexidina 0,12% para limitar el progreso de enfermedades bucales
- Fomentar que en el segundo y tercer trimestre pueden programarse citas dentales

**Exámenes de laboratorio**

- ✓ BH completa,
- ✓ Grupo sanguíneo
- ✓ Rh
- ✓ Glucosa
- ✓ Creatinina
- ✓ ácido úrico
- ✓ Examen general de orina; indicar uro cultivo para dtección de bacteriuria asintomática. V.D.R.L.
- ✓ Prueba rápida voluntaria (VIH)
- ✓ Serología para virus de Hepatitis A, B y C (de contar con el recurso)

**Vigilancia del embarazo**

- Evaluar el riesgo de diabetes gestacional en toda persona embarazada desde la primera consulta prenatal.
- Realizar glucosa plasmática de ayuno en la primera visita prenatal o antes de las 13 semanas
- En primer trimestre con alteraciones de glucosa de ayuno y en ausencia de síntomas, se recomienda realizar curva de tolerancia a la glucosa oral con carga de 75gr o nueva determinación de glucosa de ayuno
- Se debe realizar el tamiz o CTGO entre la semana 24 y 28 de gestación
- Se recomienda realizar el diagnóstico de DMG en uno o dos pasos de acuerdo a criterio médico
- Realizar pruebas para diagnóstico de diabetes gestacional en la persona embarazada que presente glucosuria en el examen general de orina rutinario
- El control prenatal de toda persona embarazada debe Incluir la identificación de factores de riesgo para desarrollo de hipertensión gestacional y/o pre eclampsia
- Se recomienda la búsqueda intencionada de factores de riesgo (Paridad, historia familiar de pre-eclampsia, diabetes mellitus, hipertensión arterial crónica, enfermedad autoinmune presión arterial materna, edad materna, índice de masa corporal, raza, estado socioeconómico)
- Recomendable la verificación de los signos vitales, incluyendo la presión arterial en todas las consultas pSe recomienda la medición del índice de pulsatilidad de las arterias uterinas y cálculo del índice de pulsatilidad medio entre la semana 11-13.6
- Solicitar pruebas para la medición de proteinuria (recolección de orina de 24 horas para cuantificar la cantidad de proteinuria)
- En todas las embarazadas, entre las 18 y 22 SDG se debe efectuar un ultrasonido para determinar anomalias estructurales

**Consultas**

- Ofrecer información e investigar la probabilidad de infección por el virus de inmunodeficiencia humana
- Recomendable desde la primera consulta prenatal la identificación de factores de riesgo para parto Pre término
- Se recomienda el cribado de la longitud cervical (en las unidades que cuenten con el recurso) por ultrasonido endovaginal en las mujeres con embarazo y factores de alto riesgo para parto pre término.
- No se recomienda la medición de longitud cervical rutinaria como método de screening y predictor de parto pre término en mujeres con embarazo sin factores de riesgo
- Se recomiendan modificaciones en el estilo de vida: micción frecuente y completa, la micción después de mantener relaciones sexuales, consumo de líquidos en forma abundante (>2000ml) y técnicas de limpieza urogenital
- Realizar tamizaje para bacteriuria asintomática con examen General de Orina (EGO) entre las 12 y las 16 semanas de la gestación
- El examen general de orina se realizará en seguimiento a las 18 – 20 semanas y entre la 32 – 34 semanas de gestación
- No se recomienda el examen de rutina de los senos durante la atención prenatal para la sola promoción de la lactancia materna posnatal
- Se recomienda la auscultación de la frecuencia cardíaca fetal en cada consulta prenatal
- Se sugiere el monitoreo de los movimientos fetales comenzando entre la semana 26 a 32 hasta el termino en la persona con embarazo y factores de riesgo perinatal adverso
- La prueba fetal sin stress se sugiere considerar cuando están presente factores de riesgo perinatal adverso
- La vigilancia para la restricción del crecimiento fetal que comienzan en el tercer trimestre por medio de Ultrasonido

**Fecha probable de parto**

- ❖ Es recomendable ofrecer a la persona embarazada en el primer trimestre el estudio de ultrasonido para determinar la edad gestacional y el número de fetos así como para determinar los marcadores de aneuploidia y riesgo de preeclampsia de contar con el recurso y personal capacitado
- ❖ El uso rutinario del examen por ultrasonido en el tercer trimestre no es recomendado para calculo de edad gestacional
- ❖ La evaluación de la edad gestacional por ultrasonido en el tercer trimestre (28.0 hasta la 40 semanas) es el método menos fiable, con una variación de + 21-30 días

Maniobras de Leopold

Son movimientos con las manos que se realizan por ginecólogos, enfermeras obstétricas y parteras para conocer la posición del feto y realizar la recomendación sobre el nacimiento. Fomentar realizarse esta maniobra para saber la posición del bebé

Métodos de planificación familiar

- ❖ Ofrecer a mujeres y hombres la información, educación y opciones anticonceptivas apropiadas para una elección informada del método que más se ajuste a sus necesidades y preferencias
- ❖ Responder a las necesidades y dudas de la mujer o de la pareja, en un lenguaje sencillo y apropiado
- ❖ Brindar información para el conocimiento de los signos de alarma durante el puerperio a la paciente y su pareja

Lactancia materna

- ✓ Proporcionar información, capacitar, fomentar y brindar apoyo a la embarazadas y su pareja sobre los beneficios de la lactancia materna durante las citas del control prenatal
- ✓ Programas de apoyo pueden mejorar el inicio y duración de la lactancia
- ✓ Fomentar la importancia del amamantamiento porque favorece el vínculo afectivo entre la madre, padre e hijo en el desarrollo físico y emocional del niño
- ✓ Considerar beneficios y riesgos, técnica apropiada, mitos y creencias sobre la lactancia así como cuidados de la madre durante este periodo
- ✓ Fomentar la técnica correcta de como amamantar a un bebé recién nacido

## **BIBLIOGRAFIA**

Guia practica sobre control prenatal centrada en paciente embarazada

Microsoft Word - 028GER.docx  
(plataformaeducativauds.com.mx)