



**Nombre del alumno: Jennifer carbajal
mauricio**

**Nombre del profesor: Maria del Carmen
López**

**Materia: Enfermería del cuidado de la
mujer**

Trabajo: Cuadro sinóptico

Cuatrimestre: 4 - "A"

FOMENTO Y PROMOCION A LA SALUD DURANTE EL EMBARAZO

OBJETIVO

Con el objeto de vigilar la evolución del embarazo, detectar tempranamente riesgos, prevenir complicaciones y preparar a la paciente para el parto, la maternidad y la crianza.

NUTRICION

Es recomendable orientar a la persona embarazada una dieta equilibrada protehico - energética; debido a que puede ayudar a reducir el bajo peso al nacer.

Es recomendable la reducción de la ingesta de cafeína a menos de 2 tazas diarias (<182mg/día).

La persona embarazada debe ser informada que beber alcohol es perjudicial y no existe una dosis que Ministry of se pueda considerar segura.

Se recomiendan el consumo de dos porciones de pescado y mariscos por semana para la persona embarazada como fuente de omega 3.

VACUNAS

Es recomendable desde la primera consulta prenatal investigar sobre la aplicación de vacunas para rubeola, varicela, hepatitis B, influenza, tetanos y tosferina.

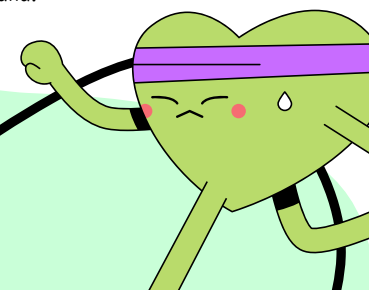
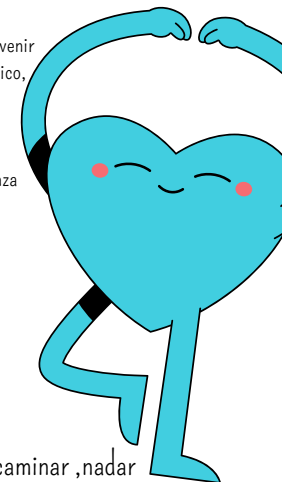
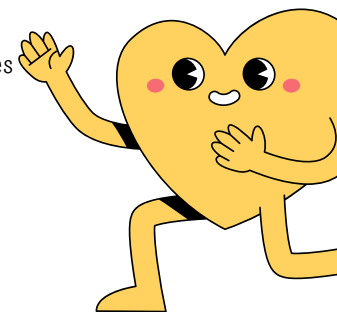
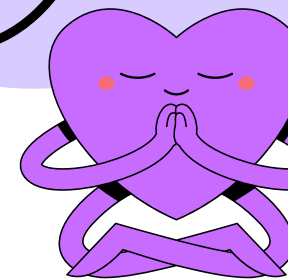
La vacuna recomendada para el uso en la persona embarazada, para prevenir tosferina, difteria y tetanos, es la que está formulada con toxoide tetánico, toxoide diftérico .

La persona embarazada debe recibir la vacuna de influenza trivalente inactivada intramuscular, intradérmica antes de la temporada de influenza

EJERCICIO

El ejercicio regular en la persona con embarazo de bajo riesgo de bienestar materno.

Se recomienda veinte minutos de ejercicio ligero ,como caminar ,nadar o ejercicio de bajo impacto ,por 5 días a la semana.



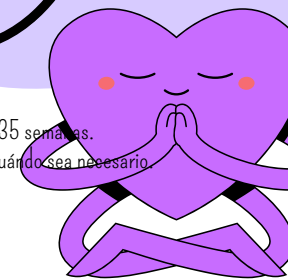
FOMENTO Y PROMOCION A LA SALUD DURANTE EL EMBARAZO

HIGIENE

Es recomendable la prescripción diaria de enjuague bucal a base de clorhexidina 0,12% para limitar el progreso de enfermedades bucales en la persona embarazada,

Recomendaciones:

- Educación en higiene bucal y oral si es necesario.
- Evitar el tratamiento dental electivo en embarazos mayores de 35 semanas.
- Evitar las radiografías de rutina. Utilizar de forma selectiva y cuando sea necesario.



CONSULTAS

Este enfoque de atención prenatal centrado en la persona, reconoce que las consultas prenatales ofrecen una oportunidad única para un diagnóstico precoz y el tratamiento

La base de la atención prenatal centrada en la persona es realizar intervenciones de calidad, seguras y sencillas, que ayuden a mantener un embarazo para disminuir la posibilidad de complicaciones

Es recomendable la verificación de los signos vitales, incluyendo la presión arterial en todas las consultas prenatales.



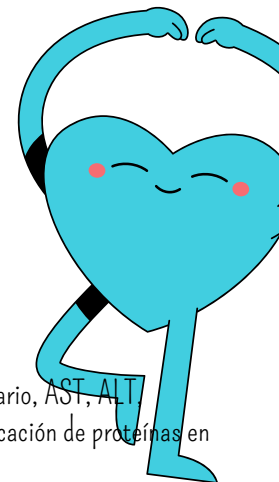
FACTORES DE RIESGO

Evaluación de factores de riesgo, detección y manejo de complicaciones obstétricas: cicatrices uterinas, presentación anormal, ruptura prematura de membranas, preeclampsia, sangrado en el embarazo, etc.

El control prenatal es benéfico para la persona embarazada, especialmente en quien tiene factores de riesgo modificables para enfermedad.

Los factores de riesgo para el desarrollo de depresión durante el posparto (DPP) son:

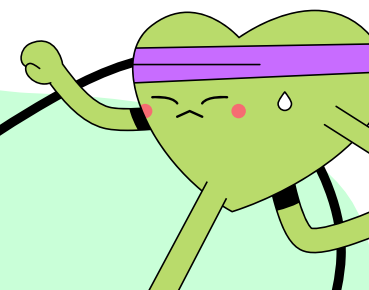
- Depresión durante el embarazo
- Ansiedad durante el embarazo
- Acontecidos elementos estresantes durante embarazo o el inicio de puerperio.
- Bajos niveles de apoyo social
- Antecedentes personales de depresión



EXAMENES DE LABORATORIO

Los exámenes de laboratorio recomendados para monitorear a las pacientes con trastornos hipertensivos del embarazo son:

Hemoglobina y hematocrito, recuento plaquetario, AST, ALT, Deshidrogenasas láctica, creatinina y cuantificación de proteínas en orina de 24 horas.

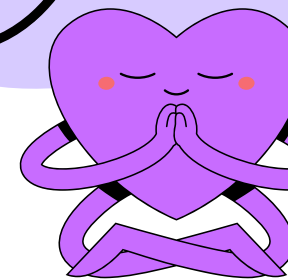


FOMENTO Y PROMOCION A LA SALUD DURANTE EL EMBARAZO

MANIOBRAS DE LEOPORD

Le permiten al especialista determinar la estática fetal, que no es más que la relación del feto consigo mismo y con el organismo de la madre.

primera maniobra, fondo uterino; segunda maniobra, dorso fetal; tercera maniobra o maniobra del “peloteo cefálico”, encajamiento; y cuarta maniobra, presentación.

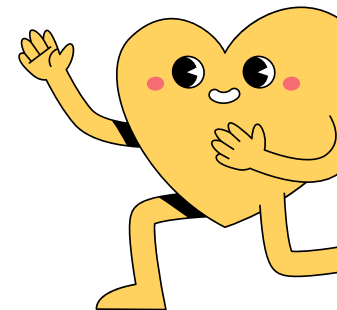


PLANIFICA FAMILIAR

La prestación de servicios con calidad en planificación familiar es importante ya que contribuye de forma significativa a reducir la mortalidad y morbilidad materno infantil

Es recomendable 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

Es recomendable que la elección del método de planificación familiar se base en los criterios de elegibilidad descritos por la Organización Mundial de la salud.



LACTANCIA MATERNA

No se recomienda el examen de rutina de los senos durante la atención prenatal para la sola promoción de la lactancia materna.

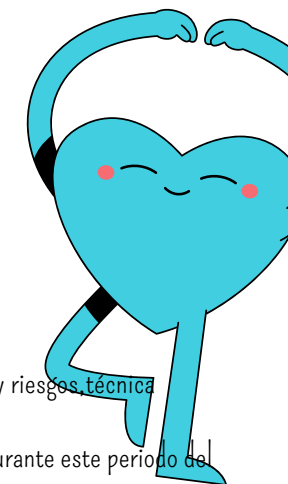
La lactancia materna fomenta el desarrollo sensorial, que protege al niño de las enfermedades infecciosas y crónicas.

Reduce las mortalidades por enfermedades diarreicas y neumonías.



Lactancia materna considerando beneficios y riesgos, técnica apropiada, mitos y creencias. Sobre la lactancia y cuidados de la madre durante este periodo del embarazo.

Cuidados generales del puerperio, cambios emocionales y situaciones de riesgo en esta etapa. Cuidados generales de la persona recién nacida.



BIBLIOGRAFÍA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/1a51688fc1f3593428e5f1cb1aa4fc11.pdf>