



**Mi Universidad**

**CUADRO SINÓPTICO**

**Nombre del Alumno:** *Keren Magaly Sánchez Antonio*

**Nombre del tema:** *“Puerperio”*

**Parcial:** *Iro*

**Nombre de la Materia:** *Ginecología y Obstetricia*

**Nombre del Profesor:** *María José Hernández Méndez*

**Nombre de la Licenciatura:** *Enfermería*

**Cuatrimestre:** *5to “C”*

# PUERPERIO

## FASES DEL PUERPERIO

### Fase Inmediata (0-6 horas después del parto)

1. Contracciones Uterinas: el útero comienza a contraerse para reducir su tamaño y controlar el sangrado.
2. Expulsión de la Placenta: generalmente dentro de los 30 minutos después del parto
3. Loquios: Se produce un sangrado vaginal llamado loquios.
4. Reparación de Tejidos: Si se realizó una episiotomía o hubo desgarros perineales, se realizan suturas.
5. Inicio de la Lactancia: La madre puede comenzar a amamantar al bebé tan pronto como sea posible.

### Fase Mediata (6hrs - 6 semanas)

1. Involución Uterina: El útero continúa contrayéndose y reduciendo su tamaño.
2. Secreción de Leche: La producción de leche materna se establece
3. Cambios Hormonales: Se producen fluctuaciones hormonales.
4. Recuperación de Peso y Forma Corporal: La mujer comienza a perder el peso ganado durante el embarazo.
5. Adaptación Emocional: La mujer puede experimentar alegría, fatiga y cambios en el estado de ánimo

### Fase Tardía (6 semanas en adelante)

1. Visitas Posparto: La mujer realiza visitas regulares al médico para evaluar su recuperación
2. Ejercicio y Actividad Física: Se inicia gradualmente para fortalecer los músculos y mejorar la salud cardiovascular.
3. Reanudación de la Actividad Sexual: Después de la aprobación del médico.
4. Adaptación Continua: La mujer continúa adaptándose a su nuevo papel como madre.

## TIPOS DE LOQUIOS

A los loquios se llama el sangrado vaginal posparto, producida por la expulsión de la placenta

**Loquios rojos o "loquia rubra":** 2-3 primeros días. Compuestos principalmente de hematíes, vermix, lanugo, restos de membranas.

**Loquios marrones o "loquia fusca":** 4-5 días siguientes. Compuestos por hematíes, leucocitos, células deciduales y exudado rico en proteínas.

**Loquios amarillos o "loquia flava":** 3-4 días siguientes (píocitos).

**Loquios blancos o "loquia alba":** hasta el día 20, serosidad blanquecina.

## CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN CADA ETAPA DEL PUERPERIO

### Puerperio inmediato

Toma de signos vitales constantes, vigilar la administración de fármacos oxitócicos, palpar el fondo uterino para comprobar la contracción, control urinario para controlar si es espontáneo o si necesita un sondaje vesical, valorar la episiotomía, valorar el descanso, favorecer la lactancia, y vigilar el estado de las mamas, vigilar la aparición de los loquios, la cantidad, color y los coágulos si aparecen.

### Puerperio intermedio o mediato

Se tendrá en cuenta el estado general de la mujer, controlar las constantes vitales para descartar posibles hemorragias o alertarnos de signos de infección. Se debe valorar la involución uterina y los loquios con el fin de valorar la máxima involución uterina.

### Puerperio tardío

La completa involución de los genitales, cuidado de las mamas, informar de la aparición de grietas, fisuras e infección para que la madre pueda manejarlas. por medio de una adecuada limpieza de manos, evitar cremas y lociones, la lactancia materna y si no la hay, vigilar el regreso de la menstruación.

# CONCLUSIÓN

En conclusión, el puerperio es el período que sigue al parto, durante el cual el cuerpo de la mujer experimenta una serie de cambios físicos, hormonales y emocionales. Esta etapa se divide en tres fases: el puerperio inmediato, el puerperio mediato y el puerperio tardío. Así mismo, el puerperio es una etapa crucial en la vida de una mujer después del parto, que requiere una atención de enfermería integral y centrada en la mujer y su recién nacido.

Enfermeras desempeñan un papel fundamental en cada etapa del puerperio, desde el cuidado inmediato después del parto hasta la adaptación a la maternidad, garantizando el bienestar físico, emocional y social de la madre y logrando una transición exitosa a la vida postparto.

Algunas de las funciones más importantes que realiza enfermería durante esta etapa incluyen:

- 1. Vigilancia de la salud materna:** Se necesita monitorizar de cerca la recuperación de la madre, evaluando signos vitales, la cantidad y calidad de los loquios, la involución uterina y la presencia de posibles complicaciones como hemorragias o infecciones.
- 2. Apoyo en la lactancia materna:** La promoción y el apoyo a la lactancia materna son aspectos muy importantes del cuidado postparto. Los enfermeros brindan orientación sobre la técnica de amamantamiento, ayudan a las madres a superar posibles dificultades y proporcionan información sobre la importancia de la alimentación con leche materna.
- 3. Educación para el autocuidado:** Durante el puerperio, las mujeres necesitan aprender a cuidar de sí mismas mientras se recuperan del parto y se adaptan a la maternidad. Los enfermeros proporcionan educación sobre la higiene perineal, la dieta adecuada, la actividad física y la prevención de complicaciones.
- 4. Apoyo emocional:** El puerperio puede ser una etapa emocionalmente difícil para muchas mujeres, ya que enfrentan cambios físicos, hormonales y el estrés asociado con el cuidado de un recién nacido. Los enfermeros ofrecen apoyo emocional, escuchando a las madres, dando información sobre los cambios emocionales normales y ofreciendo recursos para la atención de la salud mental.

## BIBLIOGRAFÍA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LLEN/ce0df76521479efc056c3a595e06dd85-LCLEN506%20GINECOLOGIA%20Y%20OBSTETRICIA.pdf>