



# Mi Universidad

**NOMBRE DEL ALUMNO:** Juan Carlos Garcia Garcia

**TEMA:** Mapa Conceptual De Cuidados Básicos De La Mujer

**PARCIAL:** Primer Parcial.

**MATERIA:** Enfermería En El Cuidado de la Mujer.

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Lic. Rebeca Marili Vázquez Escobar

**LICENCIATURA:** Enfermería.

**CUATRIMESTRE:** Cuarto Cuatrimestre

# CUIDADOS BASICOS DE LA MUJER

## IMPORTANCIA DE LA EXPLORACIÓN MAMARIA

Según cifras de la Secretaría de Salud, cada año se reportan 6,000 muertes por cáncer de mama en el país y se presentan alrededor de 23,000 casos nuevos, es decir, 60 al día. A nivel nacional, el cáncer de mama es el más frecuente en las mujeres y es el que causa más muertes

## FACTORES DE RIESGO

La edad, que lo incrementa conforme ésta aumenta; historia familiar de cáncer de mama, especialmente en abuela, madre o hermana; el uso de terapias sustitutivas hormonales; la dieta rica en grasas y carnes, así como la obesidad, el sedentarismo y el consumo de tabaco y alcohol.

Este procedimiento debe realizarse anualmente por personal capacitado a toda mujer mayor de 25 años en cualquier día del ciclo menstrual, pero el mejor momento es de 5 a 7 días después del comienzo de la menstruación.

## TÉCNICAS DE LA AUTOEXPLORACIÓN

Autoexploración La exploración clínica se efectúa en dos tiempos: Inspección y palpación. Inspección La inspección se realiza con la vista. La paciente se encontrará sentada con el tórax y brazos descubiertos, bajo una iluminación adecuada y con el examinador parado frente a ella.

- Tiempos de la exploración clínica:
  - Inspección: · Estática
  - Dinámica Palpación
  - Posición sedente
  - Posición supina

Para buscar lesiones en las mamas, axilas y regiones supra y subclaviculares. La palpación se debe realizar en dos posiciones: sedente y supina.

Retracción de la piel. Es un signo cutáneo que indica alteración fibroblástica subyacente, habitual de los carcinomas cercanos a la piel, pero también se puede encontrar secundario a traumatismos

## MÉTODOS COMPLEMENTARIOS ÚTILES PARA EL DIAGNÓSTICO DE LA MUJER

Orientar a las mujeres sobre su responsabilidad en el autocuidado de su salud y la importancia de valorar y disminuir los factores de riesgo cuando sea posible y promover estilos de vida sanos. se debe realizar por los sectores público, social y privado, a través de los medios de comunicación.

En las unidades médicas de la Secretaría de Salud el servicio de mastografía no se debe negar a ninguna mujer por razones de tipo económico. A toda mujer que haya tenido un familiar (madre o hermana) con cáncer de mama antes de los 40 años; se le debe realizar un primer estudio de mastografía diez años antes de la edad

Al detectar patología mamaria, por clínica, y de existir el recurso, con la toma de mastografía y/o ultrasonido, se debe referir a la paciente a consulta ginecológica en un segundo nivel de atención médica.

## HISTORIA CLÍNICA GINECOLÓGICA

La historia clínica es la principal herramienta con la que ha de trabajar un médico.  
En el caso de la paciente gestante, la historia clínica es clave para considerar una gestación como de bajo o alto riesgo.

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

La obtención de esta información también es fundamental de cara al consejo reproductivo y promoción de hábitos de vida saludables. En caso de pacientes sintomáticas, la historia clínica, además de indagar sobre factores de riesgo y antecedentes, debe centrarse en el motivo de consulta