



TEMA: LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO

MATERIA: ENFERMERÍA EN EL CUIDADO DE LA MUJER

ALUMNA: KARLA GUADALUPE MÉRITO GÓMEZ

DOCENTE: ALFONSO VELAZQUEZ RAMIREZ

LICENCIATURA: ENFERMERÍA

PARCIAL: III

LA MUJER DURANTE EL EMBARAZO

VALORACIÓN DEL FETO DURANTE EL EMBARAZO

La valoración del bienestar fetal permite identificar a los fetos que pueden estar en riesgo a través de una serie de técnicas y procedimientos que evalúan el crecimiento y vitalidad del feto durante el embarazo y el trabajo del parto, y así poder tomar medidas apropiadas para diagnosticar precozmente el sufrimiento fetal y poder prevenir un daño irreversible o la muerte.

Si este control no se realiza cuando corresponde, muchas de las complicaciones fetales y neonatales que pueden surgir a lo largo del embarazo no se podrían prevenir, gracias a la valoración fetal se ha conseguido disminuir la morbilidad perinatal.

OBJETIVO DE LA VALORACIÓN DEL FETO DURANTE EL EMBARAZO

Objetivo principal: Comprobar si los parámetros elegidos en el estudio para el control del bienestar fetal determinan que el parto sea eutócico o distócico (instrumental o cesáreas).

- Monitoreo del bienestar fetal: Evaluar si el feto está recibiendo suficiente oxígeno y nutrientes, lo que ayuda a detectar posibles complicaciones.
- Detección de anomalías: Identificar problemas congénitos o malformaciones a través de ecografías y pruebas de diagnóstico.
- Valoración del crecimiento fetal: Asegurarse de que el feto esté creciendo adecuadamente para su edad gestacional.
- Evaluación de la salud materna: Monitorear cómo las condiciones de salud de la madre pueden afectar al feto.
- Planificación del parto: Tomar decisiones informadas sobre el momento y el método de parto, especialmente en casos de riesgo.
- Detección de infecciones: Identificar infecciones que podrían afectar al feto o la salud de la madre.

IMPORTANCIA DE LA VALORACIÓN DEL FETO DURANTE EL EMBARAZO

Al realizar estas evaluaciones, se determinan con precisión el crecimiento y desarrollo normal en útero, se estima la edad gestacional, el peso y la talla del bebé y a la vez, se puede proyectar ese peso fetal al momento del parto. En resumen, es la forma de examinar clínicamente al neonato antes que nazca.

PARAMETROS PARA VALORAR EL FETO

- Edad gestacional: Se puede medir después del nacimiento, observando el peso, la talla, el perímetro cefálico, los signos vitales, los reflejos, el tono muscular, la postura, y el estado de la piel y del cabello.
- Bienestar fetal: Se evalúan el esfuerzo respiratorio, la frecuencia cardíaca, el tono muscular, la respuesta neurológica y el color.
- Ultrasonido: Se realiza un ultrasonido inicial entre las 6 y 8 semanas para valorar la presencia de embarazo intrauterino, el número de sacos gestacionales y embriones, y la frecuencia cardíaca fetal.
- Perfil biofísico: Combina el monitoreo de la frecuencia cardíaca fetal y la ecografía fetal para evaluar la respiración, los movimientos fetales, el tono muscular y el nivel de líquido amniótico.
- Pruebas de detección del primer trimestre: La translucencia nucal y el análisis de sangre materna pueden determinar si el feto podría tener un defecto de nacimiento.
- Test No estresante: Es un marcador a corto plazo del estado fetal.
- Líquido amniótico: Es un marcador a largo plazo de la función placentaria

¿CUÁNDO SE HACE UNA VALORACIÓN DEL FETO DURANTE EL EMBARAZO?

La valoración del feto durante el embarazo se realiza en diferentes momentos, según el protocolo y las necesidades de cada embarazo. Generalmente, se pueden considerar los siguientes tiempos:

1. Ecografías de rutina:
 - Primera ecografía: Alrededor de la semana 6 a 8 para confirmar el embarazo y determinar la edad gestacional.
 - Ecografía del primer trimestre: Entre las semanas 11 y 14, para evaluar la anatomía básica y realizar pruebas de detección de anomalías cromosómicas.
 - Ecografía del segundo trimestre: Alrededor de la semana 20, para un examen detallado de la anatomía fetal.
2. Monitoreo del crecimiento fetal:
 - En embarazos de bajo riesgo, se realizan ecografías adicionales en el tercer trimestre, generalmente entre las semanas 28 y 36.
 - En embarazos de alto riesgo, el monitoreo puede ser más frecuente, con ecografías cada 2-4 semanas.
3. Frecuencia cardíaca fetal:
 - Se monitorea regularmente a partir de la semana 10-12, con chequeos más frecuentes en el tercer trimestre y durante el trabajo de parto.
4. Movimientos fetales:
 - Las madres suelen ser aconsejadas a contar los movimientos fetales a partir de la semana 28, reportando cualquier disminución significativa.
5. Pruebas adicionales:
 - Dependiendo de factores de riesgo, se pueden realizar pruebas específicas como la monitorización de estrés fetal o pruebas de bienestar fetal en momentos determinados del embarazo.

CRECIMIENTO FETAL DURANTE EL EMBARAZO

El crecimiento fetal es un fenómeno multifactorial complejo que, esquemáticamente, depende de factores genéticos, ambientales, maternos, placentarios y fetales. Este crecimiento es indisoluble del crecimiento de la placenta y requiere el aporte continuo de nutrientes, adecuado a cada período del embarazo, de lo que se desprende la idea de que el estado nutricional materno resulta fundamental.

El crecimiento fetal es un término genérico que puede evaluarse mediante un enfoque relativamente sencillo, a saber, la evaluación en el nacimiento de dos criterios cuantitativos como el peso y la talla al nacer. Estos datos son de fácil acceso, ya que se recogen de forma sistemática en todos los nacimientos.

Primer Trimestre (0-12 semanas)

- Semana 1-2: La ovulación y la fertilización ocurren. El óvulo fertilizado se convierte en un cigoto.
- Semana 3-4: El cigoto se divide y forma un blastocisto, que se implanta en el útero.
- Semana 5: Se comienza a desarrollar el sistema nervioso y el corazón. Las estructuras básicas del cuerpo comienzan a formarse.
- Semana 6-8: Los órganos principales se desarrollan (corazón, cerebro, riñones, hígado). Se pueden identificar los brazos y piernas.
- Semana 9-12: El embrión se convierte en feto. Los rasgos faciales se definen y se forman los genitales, lo que permite determinar el sexo en ecografías.

Segundo Trimestre (13-26 semanas)

- Semana 13-16: El feto crece rápidamente. Se desarrollan las uñas y el cabello. Los movimientos son más evidentes.
- Semana 17-20: Se producen movimientos más coordinados. Se desarrollan los sentidos, como el oído, y el feto comienza a responder a sonidos.
- Semana 21-24: La piel es delgada y transparente, y se forman los pulmones. A partir de la semana 24, el feto puede sobrevivir con cuidados intensivos.
- Semana 25-26: Se incrementa el desarrollo cerebral y el feto sigue ganando peso.

Tercer Trimestre (27-40 semanas)

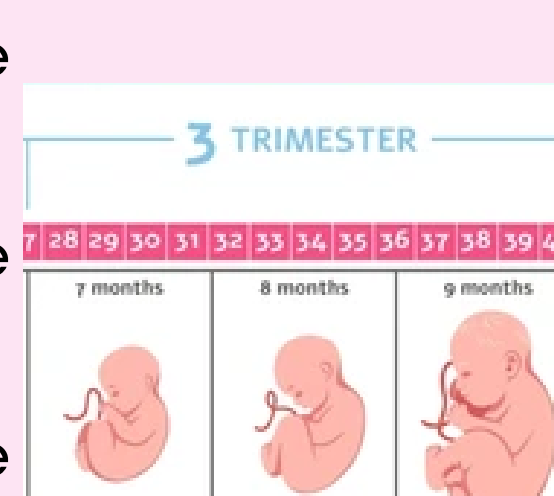
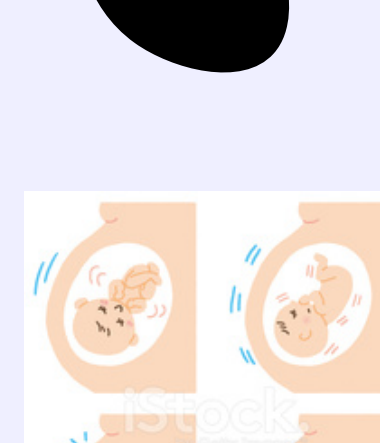
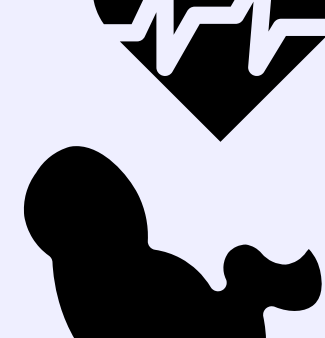
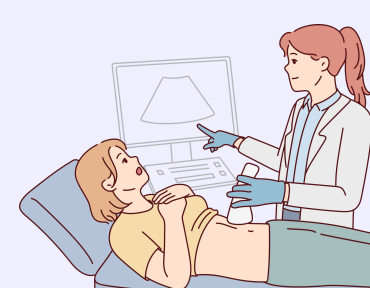
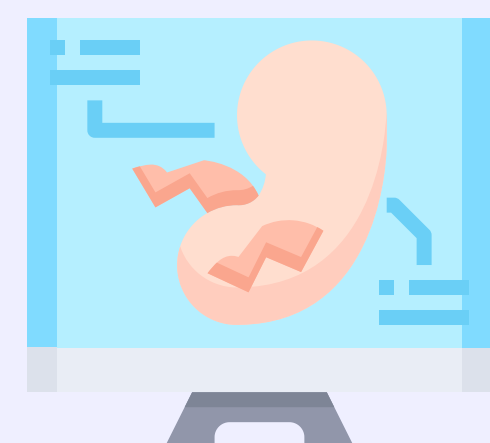
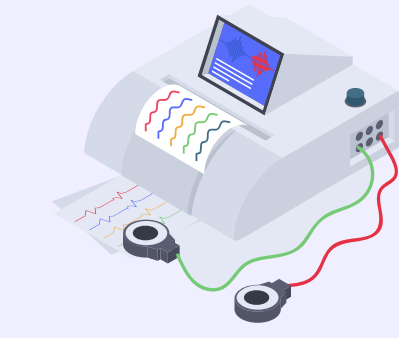
- Semana 27-30: El feto continúa creciendo y ganando grasa, lo que ayuda a regular la temperatura corporal después del nacimiento.
- Semana 31-34: Los pulmones maduran, y se producen surfactantes que permiten la respiración. El feto se posiciona para el nacimiento.
- Semana 35-40: El feto alcanza su tamaño máximo, generalmente entre 45 y 55 cm y un peso de 2.5 a 4 kg. Todos los sistemas del cuerpo están en su mayoría maduros y listos para funcionar al nacer.

RECOMENDACIONES PARA UN BUEN CRECIMIENTO FETAL DURANTE EL EMBARAZO

- Dieta variada: Consume frutas, verduras, granos enteros, proteínas magras y lácteos.
- Ácido fólico: Es crucial para prevenir defectos del tubo neural. Se recomienda tomar suplementos y consumir alimentos ricos en ácido fólico (como legumbres y verduras de hojas verdes).
- Hierro y calcio: Asegúrate de obtener suficiente hierro (carne, legumbres) y calcio (lácteos, verduras) para el desarrollo de huesos y sangre.

Hidratación

- Beber suficiente agua: Mantenerse bien hidratada es esencial para la salud general y el flujo sanguíneo adecuado.
- Actividad física: Realiza ejercicios ligeros y seguros, como caminar o nadar, para mantener la salud cardiovascular y la fuerza muscular.
- Visitas médicas: Asiste a todas las citas de control prenatal para monitorear el crecimiento fetal y detectar cualquier problema a tiempo.
- No fumar ni consumir alcohol: Estas sustancias pueden afectar gravemente el desarrollo fetal.
- Cuidado con los medicamentos: Consulta siempre con tu médico antes de tomar cualquier medicamento.
- Relajación y descanso: Practica técnicas de r
- Sueño de calidad: Prioriza el descanso y busca posiciones cómodas para dormir.
- Educación sobre el embarazo: Participa en clases prenatales para aprender sobre el embarazo, el parto y la crianza.
- Estar atenta a cambios: Informa a tu médico sobre cualquier síntoma inusual, como sangrado, dolor intenso o disminución de los movimientos fetales.
- Buscar apoyo: Mantén una red de apoyo emocional con familiares y amigos, o considera unirse a grupos de apoyo para embarazadas.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/11797/TFG-H212.pdf;jsessionid=1E5A73EC19663B052488F9A49FB1EF49?sequence=1>
2. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383929#:~:text=Al%20realizar%20estas%20evaluaciones%2C%20se,al%20neonato%20antes%20que%20nazca.>
3. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/11797/TFG-H212.pdf?sequence=1>
4. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1283081X15710027#:~:text=El%20crecimiento%20fetal%20es%20un%20t%C3%A9rmino%20gen%C3%A9rico%20que%20puede%20evaluarse,sistem%C3%A1tica%20en%20todos%20los%20nacimientos.>
5. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/11797/TFG-H212.pdf;jsessionid=1E5A73EC19663B052488F9A49FB1EF49?sequence=1>
6. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1283081X15710027#:~:text=El%20crecimiento%20fetal%20es%20un%20t%C3%A9rmino%20gen%C3%A9rico%20que%20puede%20evaluarse,sistem%C3%A1tica%20en%20todos%20los%20nacimientos.>
7. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002398.htm>
8. <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/in-depth/prenatal-care/art-20045302>
9. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/control-de-peso/alimentacion-saludable-actividad-fisica-vida/mujeres-embarazadas#:~:text=Consuma%20alimentos%20y%20bebidas%20ricos,Desay%C3%BAnese%20todos%20los%20d%C3%ADas.>
10. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007214.htm>