



Infografía

VELAZQUEZ RODRÍGUEZ SARAI

ENFERMERIA CLÍNICA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Vicente Albores Aridne Danahe

Licenciatura en Enfermería

4to. Cuatrimestre

CUIDADOS DE LA MUJER

Durante el puerperio

FISIOLÓGICO

¿QUE ES EL Puerperio?

Se denomina puerperio o cuarentena al periodo que va desde el momento inmediatamente posterior al parto hasta los 35-40 días y que es el tiempo que necesita el organismo de la madre para recuperar progresivamente las características que tenía antes de iniciarse el embarazo



RELACIONES SEXUALES

- Puede retomar su vida sexual hasta que la herida este completamente cicatrizada
- su menstruacion regresara aproximadamente a los 40 dias, si ahi lactancia materna es probable que esta se retrase mucho mas tiempo.
- IMPORTANTE: QUE LA LACTANCIA ATRASE LA MENSTRUACION NO ES UN METODO ANTICONCEPTIVO.
- Usar metodo anticonceptivo Es recomendable esperar un tiempo de aproximadamente de 2-3 años para volver a embarazarse

REGRESE AL HOSPITAL CUANDO:

- Si los loquios tienen un olor fetido
- Si con los dias los loquios no van aclarandose
- Si presenta fiebre
- Si el sangrado vaginal es abundante y con coagulos
- Si presenta dolor en el abdomen bajo
- Si ahi dolor, hinchazon o enrojecimiento de la herida
- Si ahi hinchazon o dolor en las venas de las piernas
- Si presenta grietas en los pezones
- Si presneta dolor de cabeza invalidante
- Hay retencion de orina
- Dolor al orinar



LACTANCIA MATERNA

- Es considerado la 1er vacuna
- Esta llena de sustancias que protegen a los bebes
 - La lactancia prolongada puede ayudar a reducir el riesgo de sobrepeso
 - Promueve el vinculo mama- bebe
- ES LA MEJOR OPCION PARA EL BEBE.

