



## **HOJA DE PRESENTACION**

**ANA NOHEMI LÓPEZ HERNÁNDEZ  
LIC. ARIADNE DANAHE VICENTE ALBORES  
UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
LICENCIATURA EN ENFERMERÍA  
ENFERMERIA EN EL CUIDADO DE LA MUJER  
TAPACHULA, CHIAPAS**

**23 DE NOVIEMBRE DEL 2024**

**DURANTE EL PUERPERIO,  
ES IMPORTANTE  
QUE LA MUJER  
SE CUIDE  
DE LA SIGUIENTE MANERA:**

- Descansar
- Higiene personal
- Cuidado de las heridas
- Actividad física
- Alimentación
- Cuidado de los puntos de sutura o grapas

**EL PUERPERIO ES EL PERIODO QUE PASA  
DESDE EL ALUMBRAMIENTO HASTA 40 DÍAS  
DESPUÉS DEL PARTO EN EL QUE EL  
CUERPO DE LA MADRE REGRESA A LOS  
CONDICIONES PREGESTACIONALES.**

- **INMEDIATO- PRIMERAS 24 HORAS**
- **MEDIATO- DEL 2 AL LOS 7 DIAS**
- **TARDIO- DE 7 A 42 DIAS**

### **CAMBIOS FISIOLÓGICOS**

- Regeneración Endometrial
- Involución Uterina
- Vías Urinarias
- Lactancia

### **CAMBIOS PATOLÓGICOS**

- Hemorragia
- Depresión

### **RECOMENDACIONES**

1. No utilizar bidé ni tampones
2. No realizar baños inmersión
3. Evitar tener relaciones sexuales

### **ALIMENTACION**

Consumir 3 litros de agua por día Incorporar variedad de alimentos para un completo aporte de nutrientes, vitaminas y minerales necesarios para la madre y el bebé .

## **CUIDADO DE LA MUJER DURANTE EL PUERPERIO FISIOLÓGICO**

### **DATOS DE ALARMA.**

- Sangrado vaginal abundante y con coágulos, en los primeros 7 días.
- Fiebre y/o escalofríos
- Loquios con mal olor
- Dolor, hinchazón y enrojecimiento de la herida

