



**Mapa conceptual**

**VELAZQUEZ RODRÍGUEZ SARAI**

**ENFERMERIA CLÍNICA**

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**Vicente Albores Aridne Danahe**

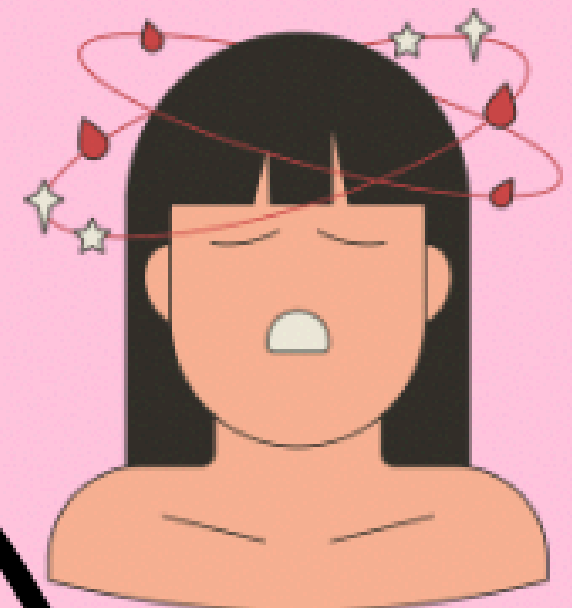
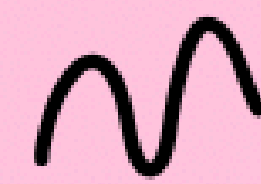
**Licenciatura en Enfermería**

**4to. Cuatrimestre**



## CUIDADOS DE LA MUJER DURANTE EL PUERPERIO FISIOLÓGICO

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

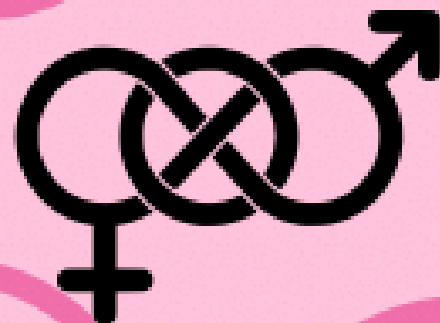


### LACTANCIA MATERNA

Es considerado la primer etapa de la vida

- Esta llena de sustancias que protegen a los bebés
- La lactancia prolongada puede ayudar a reducir el riesgo de sobrepeso
- Promueve el vínculo mama- bebé **ES LA MEJOR OPCION PARA EL BEBE.**

### 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 fétido
- Si con los días los loquios no van aclarándose si presenta fiebre si el sangrado vaginal es abundante y con coágulos
- Si presenta dolor en el abdomen bajo
- Si ahí dolor, hinchazón o enrojecimiento de la herida si ahí hinchazón o dolor en las venas de las piernas
- Si presenta grietas en los pezones
- Si presenta dolor de cabeza invalidante
- Si hay retención de orina Dolor al orinar