

SEMIOLOGÍA Y CUIDADOS PRE NATALES EN LA COMUNIDAD

“Cada chequeo prenatal
es un paso hacia un
embarazo seguro y feliz.”



ÍNDICE

1. introducción
2. proceso de seguimiento del embarazo• Como saber si hay un embarazo-Cómo saber cuando quedo embarazada-Cómo medir el tiempo aproximado de parto
3. proceso de seguimiento del embarazo-embarazos de alto riesgo
4. embarazos de bajo riesgo-embarazo ectópico
5. primer trimestre de gestación
 - Evaluación prenatal
 - Factores de riesgo
6. Signos y síntomas
 - Riesgos potenciales
 - Recomendaciones
7. segundo trimestre de gestación
 - Evaluación prenatal
 - Signos y síntomas
8. Factores de riesgo-complicaciones
9. Tercer trimestre de gestación-Evaluación prenatal
10. Tercer trimestre de gestación-Evaluación prenatal
11. Tercer trimestre de gestación-riesgos y complicaciones
12. Tercer trimestre de gestación-Signos y síntomas
13. Tercer trimestre de gestación-preparación para el parto.
14. mensaje de ánimo
15. referencias

INTRODUCCIÓN

se define como el “conjunto de acciones y actividades que se realizan en la mujer embarazada con el objetivo de lograr una buena salud materna, el desarrollo normal del feto y la obtención de un recién nacido en óptimas condiciones al igual que su madre, desde el punto de vista físico, mental y emocional”.

El control prenatal es importante tanto para la madre como para su hijo, ya que con este se pueden verificar el estado de salud, el desarrollo y bienestar del feto, lo que permitirá llevarlo a feliz término y sin complicaciones; garantizando, además, un control de salud materno. Mediante el control prenatal, el especialista puede vigilar la evolución del embarazo y preparar a la madre para el parto y el cuidado de su hijo

Tiene como objetivo: Prevenir, orientar, disminuir los factores de riesgo, detectar problemas de salud y tratarlos a tiempo.



PROCESO DE SEGUIMIENTO DEL EMBARAZO.

En Atención Primaria se confirma el diagnóstico de embarazo antes de la 12 semana de gestación, se planifican las visitas con el médico obstetra para el seguimiento del embarazo, se solicitan pruebas y se proporcionan consejos sobre hábitos saludables.

Antes de la semana 30 de gestación se imparten talleres de preparación para el parto y de recuperación psico-física post parto, en las que se realizan ejercicios físicos ante parto y post parto, así como técnicas dinámicas de relajación, consejos para los cuidados del recién nacido y promoción de la lactancia materna.



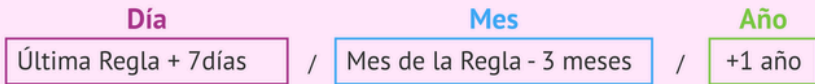
Para confirmar el embarazo se realizan pruebas adicionales y certeras además de la de orina como lo son la de sangre y ecografía a partir de la 4ta semana.



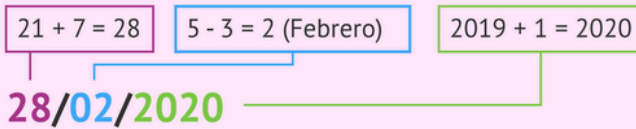
PROCESO DE SEGUIMIENTO DEL EMBARAZO.

Se busca la fecha de embarazo basado en la ultima fecha de menstruación la cual se usa para calcular la fecha de parto con variados métodos como la Regla de Pinard, regla de Wahl y la regla de Naeguele que consiste en sumar 7 días y restar 3 meses a la fecha de la ultima menstruación.

Cálculo de la fecha probable de parto



Ejemplo → Día de última regla: 21/5/2019



EMBARAZOS DE ALTO RIESGO

En el caso de un embarazo de bajo riesgo, existe un protocolo que unifica y define el conjunto de actuaciones y revisiones, distribuidas en diez citas, entre el centro de salud y el hospital público de referencia, que consensua tanto las visitas a realizar en el ámbito asistencial que corresponda como las actuaciones sanitarias que la embarazada precisa, como son analíticas, prescripción de ácido fólico, ecografías, pruebas, vacunación frente a la tosferina, monitorización o valoración de riesgo.

EMBARAZOS DE BAJO RIESGO

Un embarazo de bajo riesgo es aquel en el que no se presentan complicaciones significativas y la madre y el bebé están en buenas condiciones de salud.

Se realizan análisis de sangre y orina para evaluar la salud de la madre y detectar posibles problemas tempranos.

EMBARAZO ECTÓPICO



El embarazo ectópico tiene lugar cuando se produce la implantación embrionaria fuera de la cavidad uterina. Una vez ha fecundado el óvulo, al descender por la trompa de Falopio, éste no llega al útero materno e implanta en otro tejido diferente, lo cual acaba provocando un aborto.

es muy importante que la mujer acuda al médico si se sospecha el embarazo ectópico y poder hacer un diagnóstico rápido que evite complicaciones como la extirpación de la trompa.

La consecuencia de esto es muy grave, ya que lleva a una hemorragia interna que puede acabar en shock e incluso provocar la muerte de la paciente.



PRIMER TRIMESTRE DE GESTACIÓN

Evaluación prenatal

esta va de la primer a la 13va semana y es de suma importancia asistir a los exámenes requeridos por el médico que ayuden a identificar correctamente el tipo de embarazo que la paciente pueda llegar a desarrollar. Se realizan una vez al mes las primeras 30 semanas y de preferencia antes de la 10ma semana de gestación.

signos y síntomas

Durante el primer trimestre de embarazo, una mujer puede experimentar una variedad de signos y síntomas debido a los cambios hormonales y el rápido desarrollo del embrión. Algunos de los más comunes incluyen:

- Náuseas matutinas: También conocidas como "náuseas del embarazo".
- Cansancio extremo
- Sensibilidad en los senos
- Micción frecuente
- Cambios de humor
- Sangrado de implantación
- Dolores de cabeza
- Acidez o ardor de estómago
- Ganas frecuentes de orina
- Hinchazón abdominal



Es importante recordar que no todas las mujeres experimentan los mismos síntomas y la intensidad puede variar.

PRIMER TRIMESTRE DE GESTACIÓN

Factores de riesgo

- Muerte fetal o neonatal previa
- 3 o más abortos sucesivos
- hospitalizaciones por hipertensión
- cirugía uterina previa
- preeclampsia o eclampsia en embarazo anterior
- parto previo prematuro
- parto por encima o por debajo del peso normal

Riesgos potenciales o complicaciones

- Hemorragia obstétrica
- infecciones
- síndrome hipertensivo en el embarazo
- gestación múltiple
- edad materna mayor de 40 años o menor de 16
- peso menor de 45kg o mayor a 90kg en relación a la talla
- talla menor de 140cm
- masa pélvica



Recomendaciones

- Consulta Inicial: Programa una visita prenatal tan pronto como confirmes que estás embarazada. Esto ayudará a establecer un plan de cuidado prenatal.
- Controles Regulares
- Dieta Balanceada
- Evitar Sustancias Nocivas

Alcohol y Tabaco: Elimina el consumo de alcohol y tabaco. Ambos pueden causar serios problemas de salud al bebé.

Cafeína: Limita la ingesta de cafeína.

- Cuidados Médicos Específicos
- Evitar Medicamentos sin Prescripción
- Vacunas y Suplementos

SEGUNDO TRIMESTRE DE GESTACIÓN

Esta es considerada la etapa más segura de la gestación. Esta abarca desde la 14va hasta la 26va semana de gestación.

La evaluación prenatal se realiza cada cuatro semanas con ultrasonido abdominal.

Por lo general cura con los siguientes signos y síntomas:

- Reducción de náuseas y vómitos
- Crecimiento del abdomen.
- Movimientos fetales: Puedes empezar a sentir los movimientos del bebé.
- Aumento del apetito.
- Estiramiento de la piel: Puede aparecer una línea oscura en el abdomen, conocida como línea negra.
- Edema en manos y pies.
- Dolor de espalda y pelvis: Debido al crecimiento del abdomen.
- Contracciones de Braxton Hicks: Contracciones leves e irregulares que preparan el cuerpo para el parto.



- Se perciben los movimientos fetales por parte de la madre a las 16-20 semanas.
- Partes palpables del bebe a partir de la 26va semana.
- Los latidos fetales son auscultables a partir de la 12va semana de gestación.
- Así mismo los movimientos fetales serán cada vez mas frecuentes conforme pasan las semanas

Algunas complicaciones que pueden presentarse

- Diabetes Gestacional: Es una forma de diabetes que se desarrolla durante el embarazo.
- Preeclampsia: Es una condición caracterizada por presión arterial alta y signos de daño a otros órganos, generalmente después de la semana 20.
- Síntomas: Hinchazón severa, dolor de cabeza persistente, visión borrosa, y dolor en la parte superior del abdomen.
- Placenta Previa: La placenta se implanta en la parte baja del útero, cubriendo parcial o totalmente el cuello uterino.

Síntomas: Sangrado vaginal indoloro en el segundo trimestre o principios del tercero. Chequeo: Ecografía.



- Parto Prematuro:
Trabajo de parto que comienza antes de las 37 semanas de gestación.
- Síntomas: Contracciones regulares, dolor de espalda baja, presión en la pelvis y cambios en el flujo vaginal.

TERCER TRIMESTRE DE GESTACIÓN

7ª visita En la semana 28-30. Realizado por el obstetra

8ª visita

En la semana 34. Realizado por el obstetra en el CAP. Las actividades fundamentales son:


- Realizar una ecografía del tercer trimestre, en la cual se valora:
 - Estudio anatómico fetal.
 - Valoración crecimiento fetal y estimación peso fetal.
 - Estudio placenta y líquido amniótico.
- Solicitar analítica 3º Trimestre (semana 36) y estreptococos grupo B (SGB). Realizar una exploración general y registrar la tensión arterial y el índice de masa corporal, evaluar -y en su caso insistir- sobre el control del incremento de peso materno durante la gestación, reevaluar hábitos saludables, reevaluar factores de riesgo y riesgo obstétrico.




9ª visita en la semana 37-38. Realizado por médico obstetra de Atención Primaria.

MANIOBRAS DE LEOPOLD


Las Maniobras de Leopold forman parte la exploración obstétrica y fueron descritas por Leopold y Spurling en 1894. Estas permite obtener datos relacionados con el feto




1era Maniobra: Evalúa la altura del **fondo** uterino



2da Maniobra: Evalúa la **posición** fetal




3era Maniobra: Evalúa la **presentación** fetal



4ta Maniobra: Evalúa el grado de **encajamiento**

-Las 4 maniobras se pueden hacer a partir de las **28 SEM.**
-La 1era es la única que se puede hacer a partir de **20-22 SEM.**

DR. ACETIL COLINA 

10ª visita

En la semana 40. Realizado por el obstetra en el CEP. Las actividades fundamentales son:

- Enfocar la finalización de la gestación, reevaluar los resultados de la analítica del tercer trimestre incluyendo SGB, valorar el resultado del registro realizado en semana 40, realizar una ecografía nivel I-II (confirmar vitalidad, estática, LA, etc), reevaluar factores de riesgo y riesgo obstétrico, realizar la exploración ginecológica con motivo de conocer las condiciones cervicales maternas así como de la presentación fetal,

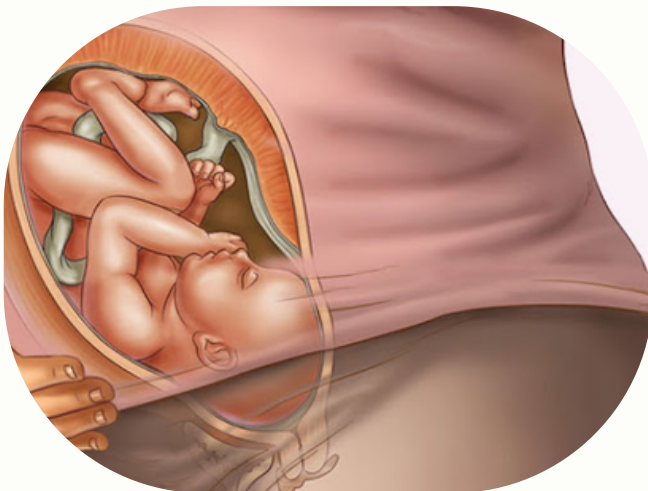
programar la inducción en semana 41+2 (Máx. 41+6), entregar documentación relativa al Consentimiento de Asistencia al Parto e Inducción, dar documento informativo de “cuándo comienza el parto”, parto por cesárea o parto vaginal tras cesárea previa, según actitud obstétrica con la paciente, reforzar los consejos y recomendaciones previas.

RIESGOS Y COMPLICACIONES 3° TRIMESTRE

- Preeclampsia: Una condición caracterizada por presión arterial alta y daño a otros órganos, generalmente los riñones.
- Hipertensión: Aumento de la presión arterial que puede llevar a complicaciones tanto para la madre como para el bebé.
- Parto prematuro: Nacimiento del bebé antes de las 37 semanas de gestación.
- Placenta previa: La placenta se coloca en la parte inferior del útero, cubriendo parcial o totalmente el cuello uterino.
- Desprendimiento prematuro de la placenta: La placenta se desprende de la pared uterina antes del parto.
- Diabetes gestacional: Diabetes que se desarrolla durante el embarazo y puede afectar tanto a la madre como al bebé.
- Infecciones: Infecciones urinarias, vaginosis bacteriana, entre otras, que pueden complicar el embarazo.
- Anemia: Baja cantidad de glóbulos rojos, que puede causar fatiga y otros problemas.
- Hinchazón y edema: Acumulación de líquido en los pies, manos y tobillos.
- Contracciones de Braxton Hicks: Contracciones irregulares que pueden comenzar antes de las 37 semanas.

SIGNOS Y SÍNTOMAS

- **Aumento de Peso:** El crecimiento del bebé y el aumento del volumen de líquido amniótico, la placenta y los tejidos maternos contribuyen al aumento de peso.
- **Movimientos Fetales Intensificados:** Los movimientos del bebé se vuelven más evidentes y regulares, y pueden sentirse como patadas o estiramientos.
- **Hinchazón (Edema):** La retención de líquidos puede causar hinchazón en los pies, tobillos, manos y rostro.
- **Dolor de Espalda:** El peso adicional y los cambios en la postura pueden causar dolor en la parte baja de la espalda.
- **Micción Frecuente:** El útero agrandado ejerce presión sobre la vejiga, aumentando la necesidad de orinar con frecuencia.
- **Dificultad para Respirar:** El crecimiento del útero puede empujar el diafragma hacia arriba, dificultando la respiración profunda.
- **Acidez y Reflujo Gástrico:** El aumento de la presión sobre el estómago puede causar acidez y reflujo.
- **Fatiga:** El aumento de peso y los cambios hormonales pueden contribuir a una sensación general de cansancio.



Síntomas de Preparación para el Parto

- **Contracciones de Braxton Hicks:** Contracciones uterinas irregulares e indoloras que ayudan a preparar el útero para el trabajo de parto.
- **Cambios en el Flujo Vaginal:** Aumento en la cantidad y consistencia del flujo vaginal, a menudo más espeso y blanquecino.
- **Dolor Pélvico y Presión:** A medida que el bebé se mueve hacia abajo en la pelvis, la presión y el dolor pueden aumentar.
- **Cambios en los Movimientos Fetales:** Aunque el bebé sigue moviéndose, los movimientos pueden sentirse diferentes debido al espacio reducido en el útero.



REFLEXIÓN FINAL

LA ÚLTIMA SEMANA DE EMBARAZO PUEDE SER DESAFIANTE, PERO TAMBIÉN ES UN MOMENTO EMOCIONANTE MIENTRAS TE PREPARAS PARA CONOCER A TU BEBÉ. ESCUCHA A TU CUERPO Y MANTÉN UNA COMUNICACIÓN CONSTANTE CON TU EQUIPO MÉDICO.

EL EMBARAZO ES UN VIAJE ÚNICO Y TRANSFORMADOR,
UNA ÉPOCA DE GRANDES CAMBIOS, EMOCIONES
INTENSAS Y EXPECTATIVAS. PARA MUCHAS MUJERES,
SER EMBARAZADA ES UNA EXPERIENCIA QUE MEZCLA LA
ALEGRÍA Y LA ANSIEDAD, LA ESPERANZA Y EL MIEDO,
LO CONOCIDO Y LO DESCONOCIDO.



REFERENCIAS

Conoce en qué consiste el Control Prenatal – Vive Saludable. (2021, 9 agosto).
<https://vivesaludable.css.gob.pa/2021/08/09/conoce-en-que-consiste-el-control-prenatal/>

Atención sanitaria a la mujer embarazada. (2024, 5 julio). Comunidad de Madrid.
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/atencion-sanitaria-mujer-embarazada#panel-352672>

Atención sanitaria a la mujer embarazada. (2024, 5 julio). Comunidad de Madrid.
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/atencion-sanitaria-mujer-embarazada#panel-352672>



Procedimiento

Diagnóstico