



UNIVERSIDAD ESPECIALIDAD DE LAS AMÉRICAS

Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas

Departamento de Ciencias Médicas y de la Enfermería

Trabajo de grado para optar por el título de Licenciada

en

Ciencias de la Enfermería

Informe de Práctica Profesional

Nivel de conocimientos sobre el autocuidado en el puerperio, en las mujeres hospitalizadas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, de septiembre a noviembre del 2019.

Presentado por:

Aguilar Escudero, Ana Mercedes 9-749-1267

Asesor:

Lilia Almanza Puga

Panamá, 2020

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico principalmente a Dios por ser fuente de inspiración y darme las fuerzas necesarias para continuar todo el proceso para obtener uno de mis anhelos más soñados.

A mis padres, Mercedes Escudero y Sebastián Aguilar por tanto amor y sacrificio en todos estos largos años, gracias a ustedes he podido llegar hasta aquí, para mí es un orgullo y privilegio ser su hija.

A mi amada abuela, Brunilda Hernández por todo el amor, cariño y comprensión que me ha brindado a lo largo de mi vida, gracias por todos los sacrificios que has hecho por mí y por mis hermanos, eres el pilar fundamental de la familia.

A mis hermanos, Liann, Sebastián y Mariangel gracias por su cariño y apoyo incondicional, gracias por estar conmigo en todo momento y muchas veces brindarme palabras de aliento.

A todas las personas que a lo largo de mi carrera fui conociendo, docentes, compañeros que se convirtieron en familia, amigos que me brindaron siempre apoyo incondicional y consejos para alcanzar de la mejor manera mis metas.

Ana Mercedes Aguilar Escudero

AGRADECIMIENTO

En primera instancia, agradezco a Dios, nuestro señor, el cual es quien guía mis pasos, seguido agradezco el apoyo y amor incondicional de mi familia, la paciencia y tolerancia y por ser soporte para mi formación, la cual hoy veo casi concluida.

Agradezco a todos mis profesores de licenciatura, en especial a la profesora asesora de mi informe de práctica *Lilia Almanza Puga*, quien fue mi guía durante el periodo de práctica profesional y en la confección de este importante texto, requisito para mi graduación.

También agradezco a todo el personal de enfermería, médicos, técnicos, pacientes y demás trabajadores del hospital Luis “Chicho” Fábrega, que me brindaron apoyo, consejos y que hicieron de mi práctica profesional una de las mejores experiencias.

Ana Mercedes Aguilar Escudero

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I. MARCO DE REFERENCIA INSTITUCIONAL

1.1. Antecedentes.....	1
1.2. Justificación	2
1.3. Descripción Institucional	4
1.4. Objetivos	9
1.4.1. Objetivo General	9
1.4.2. Objetivo Específicos	9
1.5. Población Beneficiaria.....	9
1.5.1. Directa	9
1.5.2. Indirecta.....	10
1.6. Cronograma de Actividades.....	10

CAPÍTULO II. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL

2.1. Actividades Realizadas	15
2.2. Portafolio de Actividades.....	17

CAPÍTULO III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL

3.1. Análisis de Resultados.....	25
3.1.1. Propuesta de Solución	42
3.1.1.1. Marco Referencial.....	42
3.1.1.2. Justificación	45
3.1.1.3. Diseño de la Propuesta.....	46
3.1.1.3.1. Introducción	46
3.1.1.3.2. Objetivo.....	47
3.1.1.3.3. Beneficiarios	47
3.1.1.3.4. Fase de Intervención.....	47
3.1.1.3.5. Descripción de la Propuesta de Evaluación	48
3.1.1.3.6. Referencias Bibliográficas	49

CONCLUSIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

INTRODUCCIÓN

Este texto a manera de informe es el resultado de la práctica profesional para optar por el título de licenciada en ciencias de la enfermería, la misma fue realizada entre los meses de septiembre hasta noviembre del año 2019; en donde realice funciones en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, distrito de Santiago, provincia de Veraguas.

Dentro de la estructura del informe está el capítulo I, en donde se desarrollan puntos relacionados con antecedentes, descripción institucional, justificación, objetivos generales, objetivos específicos, población beneficiada y una breve descripción de actividades realizadas a manera de preámbulo para el desarrollo del portafolio de actividades en el capítulo siguiente.

En el capítulo II, se desarrolla lo comprendido a relación de las actividades realizadas dentro del lapso de tiempo que demoró o duró la práctica profesional, de esto se procede a presentar un portafolio narrativo de las actividades realizadas, el mismo se encuentra ilustrado con imágenes a manera de evidencia que haga constar el cumplimiento de todo lo expresado sobre las actividades ejecutadas en los turnos dentro de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.

Seguidamente en el capítulo III, se encuentra el análisis de resultados de la encuesta realizada a las pacientes de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, distrito de Santiago, provincia de Veraguas; dicho análisis está acompañado de gráficas representativas al porcentaje de los resultados obtenidos posteriormente a la aplicación de la encuesta ya mencionada.

Además, del análisis de resultados también se encuentra el planteamiento de una “Guía educativa sobre el autocuidado en el puerperio”; esta guía es la propuesta

presentada en la sala de maternidad del centro hostiario como alternativa para informar y crear docencia hacia las pacientes sobre la importancia del autocuidado en el puerperio en el hogar.

Cabe destacar que el desarrollo de los antecedentes, términos más vinculados con el tema por el cual se enfocó este informe de práctica están definidos y/o sustentados bajo el Formato de Normas APA (American Psychological Association). De esta misma manera se entabló la estructura y desarrollo de este documento.

CAPÍTULO I

CAPÍTULO I. MARCO DE REFERENCIA INSTITUCIONAL

1.1. Antecedentes

En los primeros días posparto, la mujer vive un período de transición, en que queda vulnerable a cualquier tipo de problema (Enderle, Pereira y Lerch, 2013). Por ello la importancia de saber sobre el autocuidado en el puerperio es crucial para que la paciente pueda llevar el periodo de transición en el hogar con mejor control.

Ruiz y Marín (2015) expresan:

La valoración y el cuidado que brindan los profesional de enfermería es vitale, ya que permite formar líneas elementales para lograr la excelencia del cuidado tanto a nivel institucional como domiciliar y mejorar cada día la atención que se debe brindar. (p.4)

El puerperio es un período caracterizado por dudas, miedos y desconocimiento de la evolución habitual en la madre. (Mendizabal, 2019). Puesto que, la madre pasa por un periodo emocional muy significativo, tiende a poner mayor atención en él bebe antes que en sí misma y por ello deben recibir ayuda y una explicación previa de lo crucial y relevante que es cumplir con el correcto cuidado en el puerperio.

López, Rodríguez y Meneses (2016) expresan que:

El puerperio es una de las etapas más importantes, debido a que, desde su inicio, la mujer debe afrontar la mayoría de los cambios anatomofisiológicos del sistema reproductor y de los sistemas corporales más implicados en el embarazo y trabajo de parto, además influye en el binomio madre e hijo y se encuentra sujeto a múltiples prácticas transmitidas de generación en generación. (p.3)

Escudero y Carrión (2015) manifiestan que: “La etapa post-parto de una mujer que comprende los 40 días posteriores al nacimiento del bebé se la llama puerperio. Es un lapso promedio de cuarenta días o seis semanas, por ello también se le llama cuarentena.” (p.2)

Las prácticas de autocuidado en puérperas son fundamentales para ellas (Mejía, 2018). El nivel de conocimiento sobre el autocuidado propicio en esta etapa es importante sobre todo cuando se trata de una paciente primigesta que necesita la mayor orientación posible para poder llevar un buen cuidado en el hogar luego de su egreso hospitalario.

De acuerdo con Chávez (2019): “La importancia de obtener un conocimiento adecuado tanto en la etapa postparto, conlleva a proporcionar un cuidado completo al momento del autocuidado...” (p.12)

López, Rodríguez y Meneses (2016), afirman que: “El puerperio refleja actividades relacionadas con la higiene corporal, la alimentación, el reposo, las relaciones sexuales, entre otros, y en su mayoría están basados en las creencias y tradiciones propias del contexto o región en que habitan dichas mujeres.” (p.3)

Schwarcz (2011), citado por Mendoza (2018) señala que el transcurso que sigue en seguida después del parto se clasifica en:

- Puerperio inmediato - incluye el primer día postparto.
- Puerperio mediato - incluye 2° al 10° día postparto.
- Puerperio alejado - incluye 11° al 42 día postparto. Se estima que hasta el día 42 se concluye el puerperio.
- Puerperio tardío ◊ incluye 42°al 364°días postparto.

1.2. Justificación

Al momento del egreso de la puérpera, el conocimiento acerca del autocuidado que debe asumir la misma es de vital importancia para evitar complicaciones en el ámbito del hogar (Mendoza, 2018). Por ello debemos brindar ese apoyo de primera

mano al momento de explicarles el valor de realizar un correcto autocuidado para evitar posibles complicaciones futuras o enfermedades adyacentes.

Mendoza (2018) reitera la importancia de:

Percibir el nivel de conocimiento que poseen las puérperas en relación al cuidado de su salud una vez que egresan del área hospitalaria para su óptima recuperación hasta un estado previo del embarazo para evitar complicaciones que resulte ser perjudicial para su salud. (p.10)

Buscando brindarle lo mejor a las pacientes en cuanto al servicio de salud que se ofrece, hemos escogido el tema de autocuidado en el puerperio para exponer la realidad actual, y el nivel de conocimiento por parte de ellas, ya que en su estancia hospitalaria los cuidados son brindados por el personal de salud, y al momento del alta hospitalaria, esta tendrá que asegurarse de un buen autocuidado en el hogar.

Esta investigación se considera de suma importancia, ya que durante la práctica profesional se pudo observar que muchas de las mujeres hospitalizadas desconocían de los cuidados que debían mantener en su hogar luego de su egreso hospitalario.

Con este estudio aspiramos a ayudar a las mujeres hospitalizadas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Luis “Chicho” Fábrega, con relación al correcto autocuidado en el puerperio. Mostrando así la importancia de la buena práctica del mismo al llevar una sana recuperación del post parto y adaptación a la nueva faceta de madre.

1.3. Descripción Institucional

A manera de que no hay un documento o reseña accesible acerca del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, hemos recopilado información y armado una breve y resumida reseña histórica del mismo, junto a su misión, visión y estructura organizacional.

Para 1932 se inaugura un nuevo edificio para albergar el hospital provincial “Hospital de Santiago”; para entonces el mismo tendría una capacidad de 70 camas y su ubicación estaba en una finca donada por el sr. Pinkney Davies, ciudadano de nacionalidad norteamericana, quien residió en la ciudad de Santiago de Veraguas por muchos años.

Posteriormente en la década de los años 50, se realiza la primera ampliación del centro hospitalario, esta fue del área de maternidad, seguidamente unos años más tardes se construyó el área de medicina interna y luego el comité “Amigos del Hospital”, construyeron y equiparon el área de fisioterapia.

Debido a múltiples adecuaciones a la infraestructura del Hospital de Santiago y principalmente al incremento de la población veragüense en los años de 1994 entre 1999 bajo el mandato del presidente Ernesto Pérez Balladares, se realizan las gestiones para la construcción de un nuevo hospital; dándole así respuesta a la ciudadanía de la provincia el 26 de marzo de 1997 con la construcción del hospital en terrenos del corregimiento de San Antonio, en Vía Panamericana.

Ya para el año 1999, el día 15 de diciembre con un presupuesto de construcción de unos 24,4 millones de dólares, fue inaugurado el Hospital Regional Dr. Luis “Chicho” Fábrega con una capacidad de 247 camas.

Sin embargo, dado a la demanda del crecimiento de la población y la necesidad de infraestructuras nuevas y modernas, en el gobierno del presidente Juan Carlos Varela, se realiza el proyecto de construcción de un nuevo y moderno hospital para la provincia de Veraguas, el mismo sería construido en el mismo globo de terreno del hospital actual.

Finalmente, en el 2015 se inaugura el nuevo hospital, esta vez con el nombre de “Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega, con capacidad de consulta externa y hospitalización adicional a la capacidad de 328 camas, 153 habitaciones dobles y 22 habitaciones para aislamiento.

Esta estructura está compuesta por dos edificios, uno de dos niveles (sótano, centrales térmicas, central de medicinales y servicios generales del hospital) y otro de 7 niveles (planta baja, área de hospitalización pediátrica, hospitalización de medicina con especialidades, hospitalización de cirugía, ginecología y obstetricia y área de médicos de guardia) que se comunican entre sí.

Actualmente, el Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega está regido por el Director Médico encargado Saúl Jovanne.

El Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, cuenta con la siguiente misión y visión, además de valores institucionales. Esto siguiendo su estructura como parte y extensión institucional del Ministerio de Salud de la República de Panamá:

Misión

“Brindar servicios de salud integrales equitativo, confiable y oportuno a la población que la acceda de alto nivel tecnológico, con responsabilidad, eficiencia, calidad y calor humano en las áreas de hospitalización, consulta ambulatoria y de urgencias con énfasis en las especialidades básicas en los marcos de los alineamientos del MINSA, con los recursos humanos, materiales y financieros disponibles para

contribuir a la recuperación de la salud, prevención de secuelas, facilitación de la rehabilitación y reincorporación de los pacientes a la sociedad.”

Visión

Ser un hospital que brinde servicios de salud oportuno y con calidad, exaltando los valores institucionales. “Cambio en la salud, un compromiso de todos”.

Valores Institucionales

- ◆ Responsabilidad
- ◆ Sensibilidad humana
- ◆ Respeto
- ◆ Puntualidad
- ◆ Honestidad
- ◆ Tolerancia
- ◆ Solidaridad

Dentro del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, existen dos salas en las que nos vamos a enfocar de acuerdo a la vivencia durante la práctica profesional:

– Descripción de las Salas Asignadas

La sala de maternidad se divide en dos secciones, la sección o sala de obstetricia y la sala de ginecología y puerperio, ambas salas son divididas por un pasillo en donde se encuentra la oficina de enfermería y la oficina del médico jefe del servicio de ginecoobstetricia, también en este pasillo se encuentra una sala de espera y el cuarto de reuniones de médicos y enfermeras.

La plantilla de recurso humano dispone es de 19 enfermeras(o) y 6 técnicos en enfermería, los cuales realizan turnos rotativos de 8 horas, 7 médicos especialistas y 4 residentes en ginecoobstetricia.

– **Sala de Ginec obstetricia**

El área de obstetricia dispone de 19 habitaciones y puede albergar hasta 36 pacientes. También existe una cocineta donde el personal puede consumir sus alimentos, la misma cuenta con un microondas, nevera y lavaplatos; las habitaciones para pacientes cuentan con sanitario y regadera.

Esta área cuenta, además, con una habitación para la realización de ultrasonidos, un cuarto de expulsivo, una habitación para almacenar la ropa limpia, un área para el depósito de ropa sucia y dos sanitarios para el personal de esta área.

Las habitaciones están distribuidas de la siguiente manera:

- Una habitación de aislamiento.
- Tres habitaciones y 5 camas para pacientes con cuidados especiales Gineco-obstétricos.
- 8 habitaciones y 16 camas para pacientes en segunda mitad del embarazo.
- 3 habitaciones y 6 camas para pacientes en primera mitad del embarazo.
- 2 habitaciones y 4 camas para pacientes de óbito y aborto.
- 2 habitaciones y 4 camas para pacientes que acuden para realización de cesárea.

– **Sala de Ginecología y Puerperio**

La sala de puerperio cuenta con 17 habitaciones que va desde la habitación 421, hasta la habitación 436, en las habitaciones hay 2 camas y se dividen en A y B a excepción de las habitaciones 420 y 421 que solo cuentan con una cama, dando un total de 32 camas para pacientes, en cada cuarto hay un baño, las habitaciones están divididas según el tipo de paciente. La habitación 420 solo cuenta con una

cama y se reserva para pacientes en aislamientos, como por ejemplo: pacientes con HIV, pacientes con heridas quirúrgicas infectadas, etc.

Las habitaciones 421 hasta la 424, se utilizan para puérperas quirúrgicas, es decir aquellas pacientes que han sido sometidas a cesáreas, las habitaciones 425-426 son utilizadas para pacientes ginecológicas que han sido sometidos algún tipo de cirugía, como por ejemplo pacientes con histerectomía, miomectomías, laparotomías, etc. Las habitaciones desde la 427 hasta la 430, son reservadas para pacientes ginecológicas, como por ejemplo pacientes con sangrado uterino anormal, pacientes con cáncer cérvico uterino, paciente con dolor pélvico en estudio, etc. Y por último las habitaciones desde la 431 hasta la habitación 436, que se ocupan para las puérperas fisiológicas, es decir aquellas mujeres que su parto ha sido por vía vaginal y no han presentado ninguna complicación.

La sala de puerperio y ginecología también cuenta con su estación de enfermería, carro de parada cardiorrespiratoria, incubadora con tanque de oxígeno, carro de medicamentos, carro de canalización, carro de signos vitales y carro de curaciones; también hay cubículos que se dividen en cuarto para procedimientos limpios en donde se encuentran los insumos estériles, cuarto de medicamentos en donde se puede encontrar el banco de medicamentos, venoclisis, bombas de infusión, algodón y demás insumos , cuarto sucio, anaquel con sábanas limpias, pañales desechables y ropa para recién nacido en la sala de puerperio, además se encuentra la oficina de los médicos y un cuarto de descanso para los médicos de turno, una cocineta para el personal de la sala y los baños del personal.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo general

- Evaluar el nivel de conocimientos sobre el autocuidado en el puerperio, en las mujeres hospitalizadas en la sala de maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, de septiembre a noviembre del 2019.

1.4.2. Objetivos específicos

- Identificar la situación actual y qué tipo de información manejan las pacientes hospitalizadas en el área de puerperio, en la Sala de Maternidad del centro hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, en cuanto al autocuidado en el puerperio.
- Analizar el estado actual del nivel de conocimiento sobre el autocuidado en el puerperio en las mujeres hospitalizadas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.
- Estructurar una guía en donde se brinde información sobre el correcto autocuidado a las mujeres puérperas. Y de igual manera contribuir con estudiantes y personal de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.

1.5. Población Beneficiaria

1.5.1. Directa

En nuestra población directa establecimos las principales beneficiarias a las mujeres puérperas que se mantuvieron recluidas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, entre los meses de septiembre a noviembre del 2019.

1.5.2. Indirecta

Con relación a la población indirecta están los estudiantes de enfermería, estudiantes de medicina y técnicos de enfermería, acompañado del personal de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho Fábrega”; puesto a que con ayuda de la guía confeccionada podrán brindar docencia a futuras pacientes de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.

1.6. Cronograma de Actividades

– **Semestre Final de la Carrera (Inicio del Trabajo de Grado)**

Se inicia con una inducción de 3 semanas por parte de la profesora Lilia Almanza, donde se tocaron diversos temas, tales como: metodología de La investigación, el manual de normas APA y se discutió acerca del manual de trabajo de grado y el protocolo a seguir según la modalidad de práctica profesional, para posteriormente iniciar con el informe de práctica.

– **Práctica Profesional**

Se da inicio a la práctica profesional el día 9 de noviembre del 2019, iniciando con una inducción por parte de la licenciada Yadira Castillo, en el área de docencia del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega, en donde se presentó el reglamento interno del hospital, las normas de actitudes, valores y comportamiento que se debe mantener dentro del hospital, también se brinda orientación acerca de las medidas de bioseguridad, manejo correcto de desechos hospitalarios, esquema de vacunación, manejo de la información del paciente, entre otras. Al finalizar la jornada de inducción se procede a la asignación de las tutoras y sala correspondiente a cada uno de los estudiantes, para luego presentarse personalmente con la tutora asignada.

– **Actividades dentro de la Práctica Profesional**

Turnos rotativos: El día 10 de septiembre en el turno de 7:00 am a 3:00 pm se da inicio a la práctica profesional, bajo la supervisión y tutoría de la licenciada Lisbeth López en la sala de maternidad del Centro hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega, se inicia con la inducción de la sala y posteriormente se lleva a cabo una pequeña reunión con la jefa de la sala de maternidad, la licenciada Querube Hernández, donde presenta las normas técnicas- administrativas y protocolo de atención de salud integral de la mujer y los medicamentos que son más utilizados en la sala. Se realizan turnos rotativos de 8 horas, finalizando con un total de 50 turnos.

Atención directa: Son aquellas funciones que realiza el profesional de enfermería en contacto directo con el paciente que requiera de su cuidado, aplicando los servicios de enfermería y desarrollando actividades propias de la enfermera para contribuir a la recuperación y rehabilitación del cliente. Ejemplo: Canalizaciones, administración de medicamentos, preparación de venoclisis, transfusiones sanguíneas, cambio de soluciones, entre muchas otras.

Funciones administrativas: Aquellas actividades que el profesional de enfermería realiza enfatizándose en el enfoque gerencial con la finalidad de alcanzar determinados resultados, ejemplo de actividades administrativas: recibo y entrega de pacientes de sala, recibo de útiles de sala, recibo de narcóticos, envió y recibo de pacientes del salón de operaciones, entre otras cosas.

Funciones de docencia: Actividades educativas que se realizan con el fin de brindar conocimientos o modificar actitudes y prácticas a diversas personas, esta función se puede realizar a manera de confección de murales, exposición de charlas educativas, orientaciones a los pacientes acerca de las normas de la sala, entre otras.

Funciones de Investigación

Detección del problema: Durante la práctica profesional, en la sala de maternidad se observaron diversas situaciones, de la cual se procede a escoger las más relevantes y presentarlas. Con la asesoría de la profesora Lilia Almanza se realizó la escogencia final del tema a tratar.

✓ **Recolección de datos**

Confección y aplicación de encuestas: Después de haber identificado el problema se procede a la confección de la encuesta, la misma cuenta con 16 preguntas cerradas, se aplica la prueba piloto a 5 pacientes para valorar si la encuesta es comprendida por parte de los encuestados, posterior a esto se aplica la encuesta modificada a una muestra de 30 mujeres puérperas de la sala de maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega, con el objetivo de conocer el nivel de conocimientos sobre el autocuidado en las mujeres puérperas.

Investigación y recopilación de datos para la realización del informe de práctica y la propuesta final: Se recopila toda la información necesaria para llevar a cabo el informe y la propuesta final, se realizan diversas consultas bibliográficas y documentos de internet para proceder a elaborar el marco de referencia.

Desarrollo de la propuesta: Luego de conocer los resultados obtenidos por medio de la encuesta, se reconoce el problema y se procede a elaborar la posible solución al mismo.

Implementación de la propuesta: Se diseña la propuesta a manera de un manual educativo sobre el correcto cuidado en el puerperio, para ser presentada y

distribuida en la sala de maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Requisitos y pasos previos a la sustentación del trabajo de grado: Luego de finalizar el informe, el mismo es entregado a manera de borrador al profesor de español para revisión ortográfica, posterior a esto es revisado por el profesor coordinador de trabajo de grado para su evaluación y revisión final y proceder a la asignación de jurados y fecha de sustentación.

Preparación a la sustentación del trabajo de grado: Finalmente se procede a la confección del Power Point con los puntos más importantes a sustentar frente al jurado calificador en la fecha asignada.

CAPÍTULO II

CAPÍTULO II. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL

2.1. Actividades Realizadas

Durante la práctica profesional supervisada se realizan diversas actividades dentro de las funciones básicas de enfermería, las cuales son: atención directa, funciones administrativas, docencia e investigación, cada una de las actividades que se realiza durante la práctica profesional debe ser supervisada y evaluada por una enfermera registrada. La práctica profesional permite a los estudiantes de enfermería aplicar todos los saberes adquiridos a lo largo de la carrera, así como también adquirir nuevos conocimientos en el campo real y donde a futuro se desarrollarán como profesionales.

✓ Actividades de atención directa

Se realizó control de signos vitales, colocación de monitor cardiaco, toma de muestras sanguíneas, canalizaciones, administración de medicamentos intravenosos, aplicación de medicamentos intramusculares, administración de medicamentos orales, aplicación de vacunas a recién nacidos y puérperas, administración de inhaloterapias, preparación de venoclisis, preparación y colocación de sulfato de magnesio, colocación de venoclisis por bomba de infusión, colocación de venoclisis a goteo regulado, cambio de soluciones y microgoteros, administración de transfusiones sanguíneas y hemoderivados, asistencia en curaciones de heridas, colocación de oxígeno por cánula nasal, asistencia en la alimentación por sonda nasogástrica, asistencia al médico en la colocación y retiro de sonda Foley, tacto vaginal a mujeres embarazadas, cambio de posición.

✓ Actividades administrativas

Recibo de útiles de sala, recibo y equipamiento del carro de parada cardiorespiratoria, recibo de narcóticos, recibo y entrega de sala, distribución de actividades, cumplimiento de indicaciones médicas, redacción de notas de

enfermería, envió y recibo de pacientes del salón de operaciones, envió y recibo de pacientes de la sala de parto, envió y recibo de recién nacidos de sala de neonatología, admisiones y egresos, manejo de los libros de censo de sala, confección de lista de dieta.

✓ **Actividades de docencia**

Confección de murales sobre prevención del cáncer de mama y próstata, exposición de charlas, sobre el cuidado del recién nacido, importancia de la lactancia materna, cuidados de la episiotomía, cuidados de la puérpera en el hogar, orientación a los pacientes sobre los medicamentos y orientaciones al momento del egreso.

✓ **Actividades de investigación**

Búsqueda de información de los medicamentos que más se utilizan en la sala de maternidad, consultas bibliográficas sobre las patologías más frecuentes en ginecología y obstetricia, recolección de información sobre los cuidados que se deben tener en el puerperio para la elaboración del manual.

2.2. Portafolio de actividades

Se refiere a la evidencia de las diversas actividades realizadas dentro de la práctica profesional en la sala de maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega. A continuación, se presentan muestras fotográficas como evidencia junto con la descripción de la actividad realizada.

Actividades de atención directa



Fuente: Aguilar, 2019.

Durante la práctica profesional en la sala de maternidad se realizaron un total aproximado de 90 canalizaciones de vena periférica.



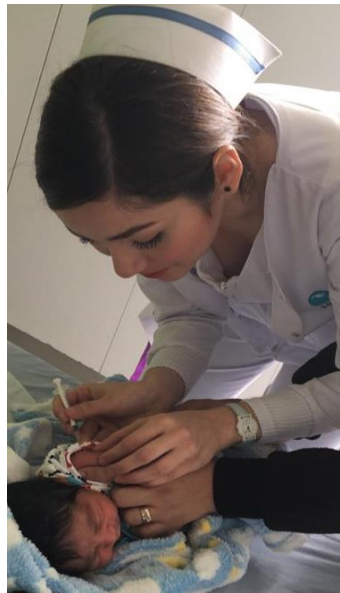
Fuente: Aguilar, 2019.

Administración de transfusión de sangre y hemoderivados durante la práctica profesional, se realizó un total aproximado de 7 transfusiones sanguíneas.



Fuente: Aguilar, 2019.

Se realizó la colocación de monitoreo fetal a un total de 30 embarazadas.



Fuente: Aguilar, 2019.

Aplicación de vacunas, BCG a los recién nacidos y MR y Tdap a las puérperas con esquema incompleto en la sala de maternidad.

Funciones administrativas



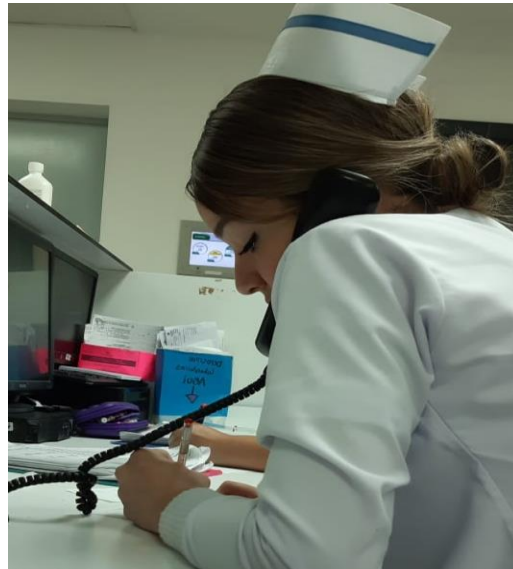
Fuente: Aguilar, 2019.

Recibo de pacientes de sala, confección de notas de enfermería.



Fuente: Aguilar, 2019.

Recibo y equipamiento del carro de reanimación cardiopulmonar.



Fuente: Aguilar, 2019.

Reportando paciente a la enfermera antes de ser enviada a sala de partos.

Funciones docentes



Fuente: Aguilar, 2019.

Exposición de charla a las pacientes sobre la importancia de la lactancia materna.



Fuente: Aguilar, 2019.

Asistencia a docencia sobre la actuación de enfermería frente a una hemorragia postparto, brindada por la enfermera Milca.



Fuente: Aguilar, 2019.

Orientación a las pacientes sobre las vacunas del recién nacido.



Fuente: Aguilar, 2019.

Confección de mural sobre los cuidados del recién nacido.

Actividades de investigación



Fuente: Aguilar, 2019.

Recolección de información para la realización del marco de referencia.



Fuente: Aguilar, 2019.

Búsqueda de información sobre los medicamentos más utilizados en la sala de maternidad.

CAPÍTULO III

CAPÍTULO III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL

3.1. Análisis de Resultados

De acuerdo al estudio realizado con el tema de “Nivel de conocimiento del autocuidado en el puerperio en las mujeres hospitalizadas en la Sala de Maternidad del centro hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega, de septiembre a noviembre del 2019; aplicamos una encuesta a las pacientes de la Sala de Maternidad del ya mencionado centro hospitalario.

Esta aplicación de encuesta fue con el objetivo de conocer de primera mano la opinión de las pacientes sobre el autocuidado en el puerperio, de manera que pudiéramos interpretar los datos y lograr captar la información necesaria para la confección del informe de práctica y propuesta final.

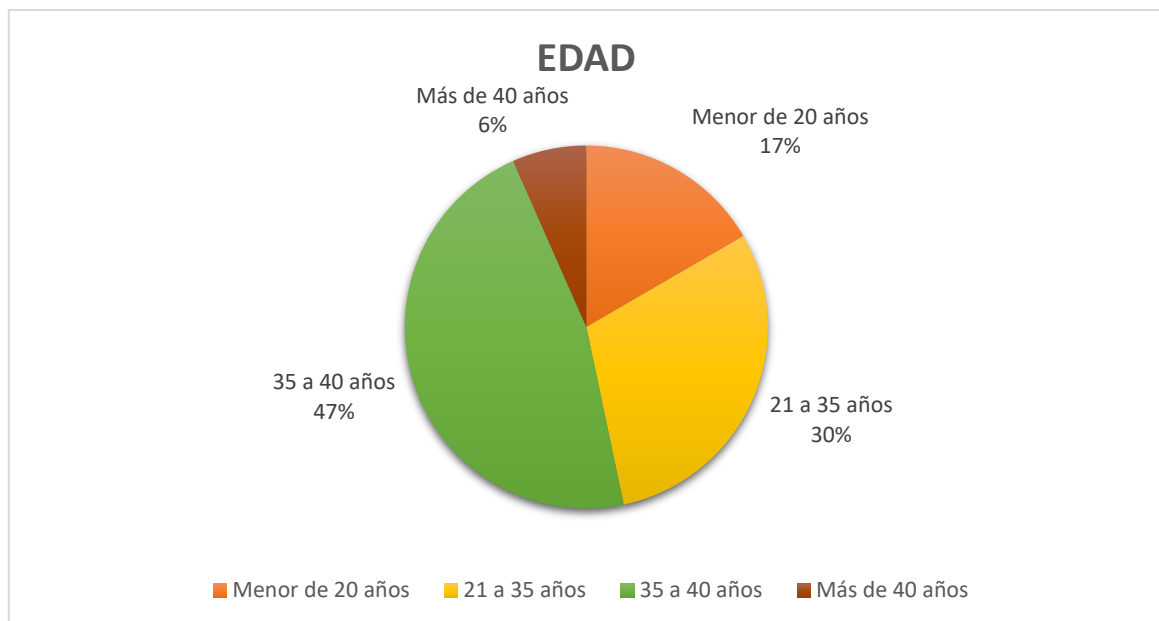
Cuadro N°1: Edad

Edad	Cantidad	Porcentaje
Menor de 20 años	5	17%
21-35	9	30%
35-40	14	47%
Mayor de 40	2	6%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Los rangos de edades en los que se enfocó la encuesta aplicada en la sala de maternidad del centro hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, fueron de un 17% menos de 20 años, 30% de edades entre 21 a 35, un 47% siendo el rango más alto de edades entre 35 a 40 y un 6% mayor de 40 años.

Gráfico N°1: Edad



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

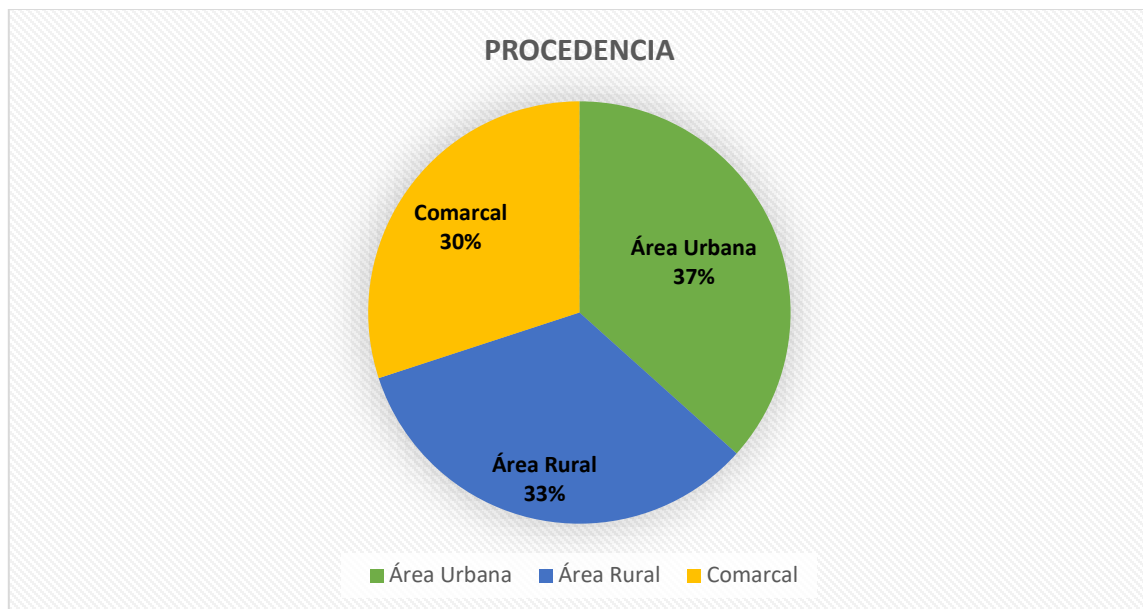
Cuadro N°2: Procedencia

Procedencia	Cantidad	Porcentaje
Área urbana	11	37%
Área Rural	10	33%
Comarca	9	30%
Total	30	99%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Dentro de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, se encontró con puérperas con procedencias de diversas áreas o zonas, entre esas estuvieron: el área rural en un 33%, del área urbana un 37% y del área comarcal un 30%.

Gráfico N°2: Procedencia



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

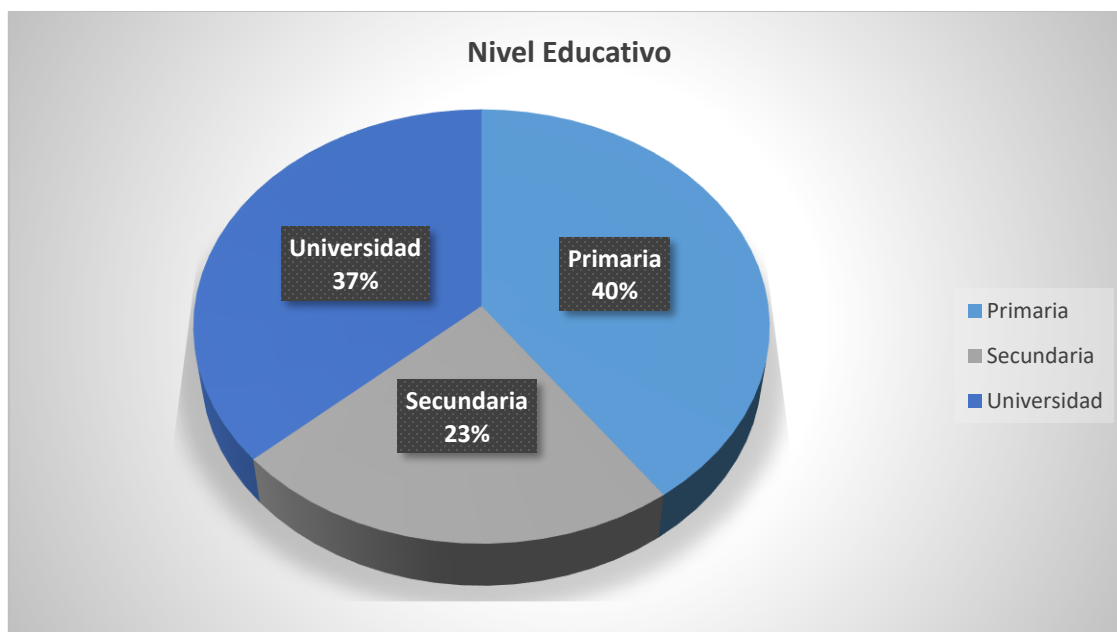
Cuadro N°3: Nivel Educativo

Nivel Educativo	Cantidad	Porcentaje
Primaria	12	40%
Secundaria	7	23%
Universitario	11	37%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

De acuerdo a las pacientes encuestadas un grupo respondió con un 40% haber llegado al nivel educativo de primaria, de allí otro grupo respondió con un 37% haber llegado a un nivel universitario y finalmente un pequeño grupo respondió con un 23% haber alcanzado el nivel de secundaria.

Gráfico N°3: Nivel Educativo



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

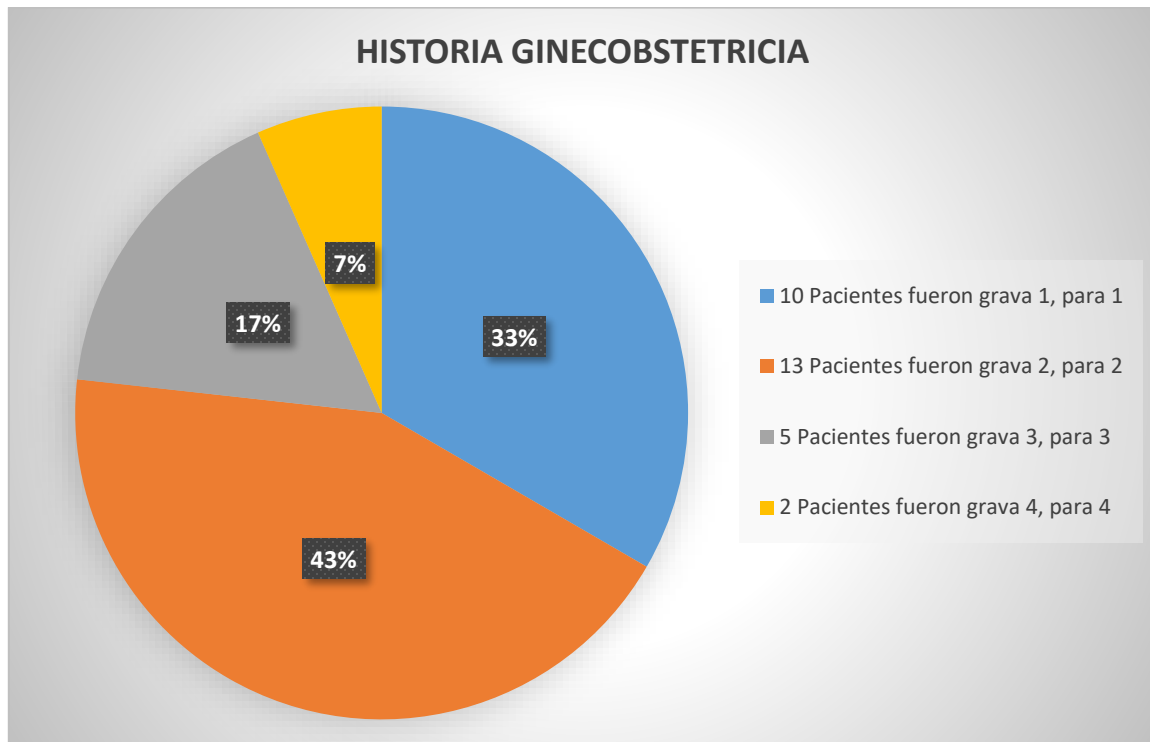
Cuadro N°4: Historia Ginec obstetricia

Historia Ginec obstetricia	Cantidad	Porcentaje
Pacientes Grava 1, Para 1	10	33%
Pacientes Grava 2, Para 2	13	43%
Pacientes Grava 3, Para 3	5	17%
Pacientes Grava 4, Para 4	2	7%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

De las 30 pacientes encuestadas, 10 pacientes fueron grava 1, para 1, 13 pacientes fueron grava 2 para 2, 5 pacientes fueron grava 3 para 3 y 2 pacientes fueron grava 4 para 4.

Gráfico N°4: Historia Ginec obstetricia



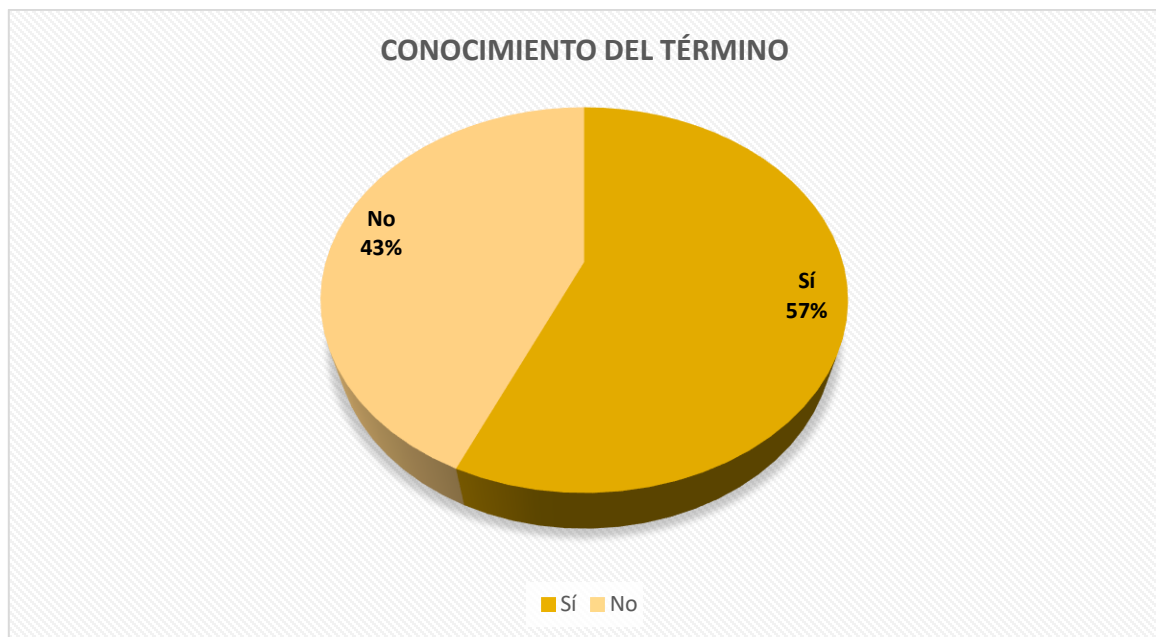
Cuadro N°5: ¿Conoces el término puerperio o post parto?

Conocimiento	Cantidad	Porcentaje
Sí	17	57%
No	13	43%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Acerca del conocimiento por parte de las encuestadas sobre lo que es o significa el puerperio o post parto un grupo respondió sí, representando un 57%; por otro lado, la otra parte de las encuestadas respondió no, esto representando un 43% restante de las participantes en la encuesta.

Gráfico N°5: ¿Conoces el término puerperio o post parto?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

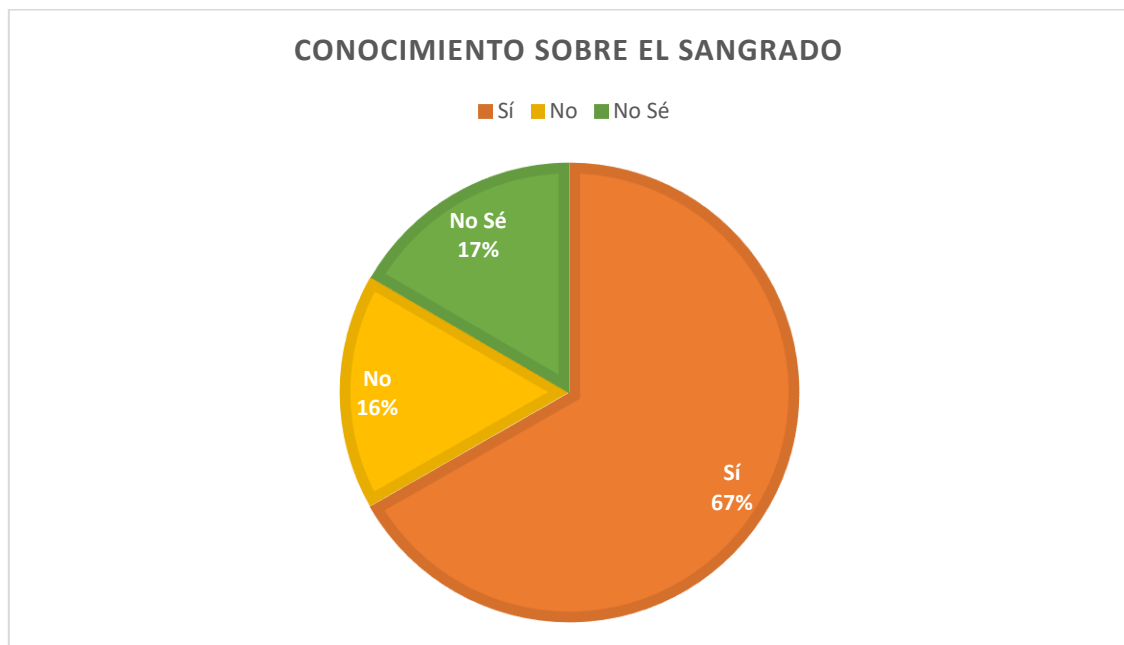
Cuadro N°6: ¿Consideras normal el sangrado trasvaginal moderado después del parto?

Conocimiento Sobre el Sangrado	Cantidad	Porcentaje
Sí	20	67%
No	5	16%
No Sé	5	17%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

De considerar normal el sangrado transvaginal moderado después del parto el 67% de las pacientes encuestadas opinaron que sí lo consideran normal, a diferencia de un 16% que manifestó no considerarlo normal, mientras que 5 de las encuestadas representando al 17% desconocen lo que es normal en el sangrado transvaginal después de la etapa del parto.

Gráfico N°6: ¿Consideras normal el sangrado trasvaginal moderado después del parto?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

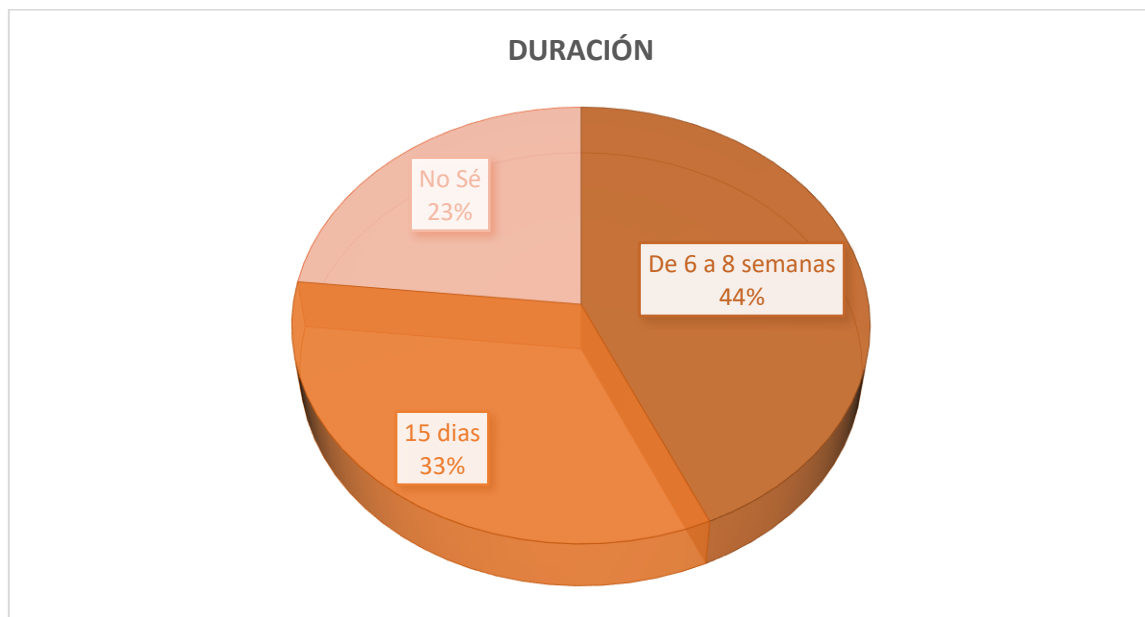
Cuadro N°7: ¿Cuánto tiempo crees que debe durar el sangrado trasvaginal o loquios?

Duración	Cantidad	Porcentaje
De 6 a 8 semanas	13	44%
15 días	10	33%
No sé	7	23%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

En cuanto a la duración del sangrado transvaginal o loquios, se puede decir que de las participantes en esta encuesta un 44% creen que debe durar de 6 a 8 semanas, mientras que un 33% de las encuestadas creen que debe ser 15 días y por otra parte un 23% no saben qué tiempo debe durar el sangrado transvaginal o loquios en el puerperio.

Gráfico N°7: ¿Cuánto tiempo crees que debe durar el sangrado trasvaginal o loquios?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

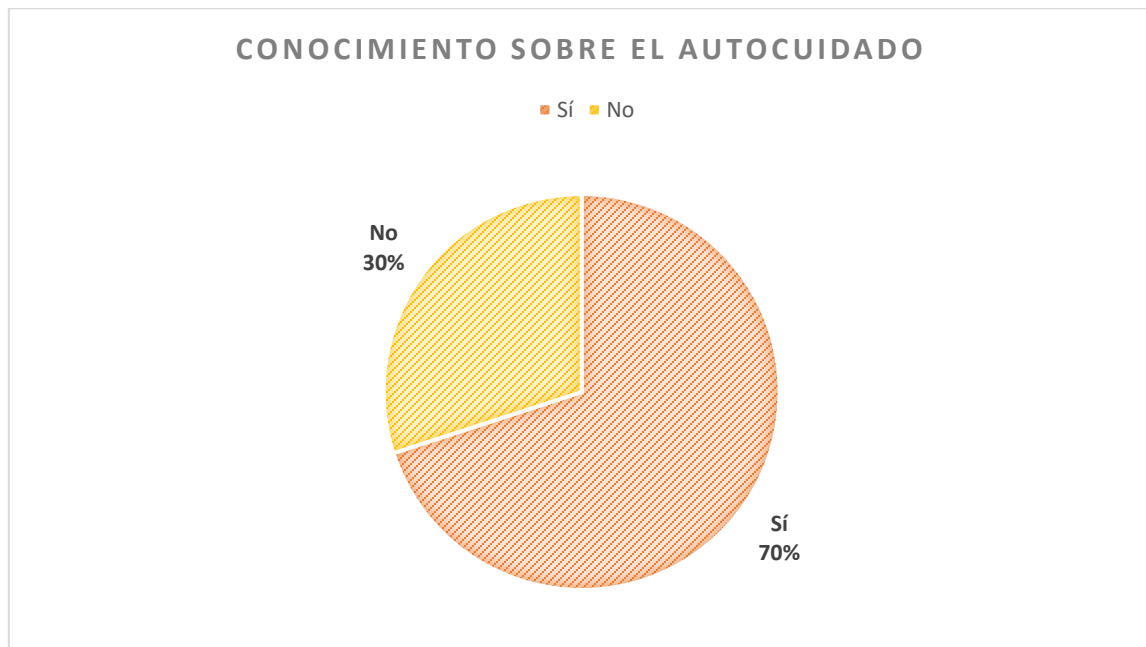
Cuadro N°8: ¿Conoces los cuidados que debes mantener en el hogar luego del egreso hospitalario?

Conocimiento sobre el autocuidado	Cantidad	Porcentaje
Sí	21	70%
No	9	30%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

El grupo de pacientes de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, encuestadas expresan con un 70% que sí conocen sobre los cuidados que se deben mantener en el hogar luego del egreso hospitalario, a diferencia de un 30% que expresan que no conocen los cuidados.

Gráfico N°8: ¿Conoces los cuidados que debes mantener en el hogar luego del egreso hospitalario?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Cuadro N°9: ¿Conoce los signos de alerta frente a una posible infección puerperal?

Conocimiento de signos	Cantidad	Porcentaje
Sí	18	60%
No	12	40%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

En cuanto a los signos de alerta frente a una posible infección, se puede expresar que en un 60% de las encuestadas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Luis “Chicho” Fábrega son de la opinión de que sí conocen los signos, mientras que el 40% de estas mujeres desconoce sobre los signos de alerta frente una infección puerperal.

Gráfico N°9: ¿Conoce los signos de alerta frente a una posible infección puerperal?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

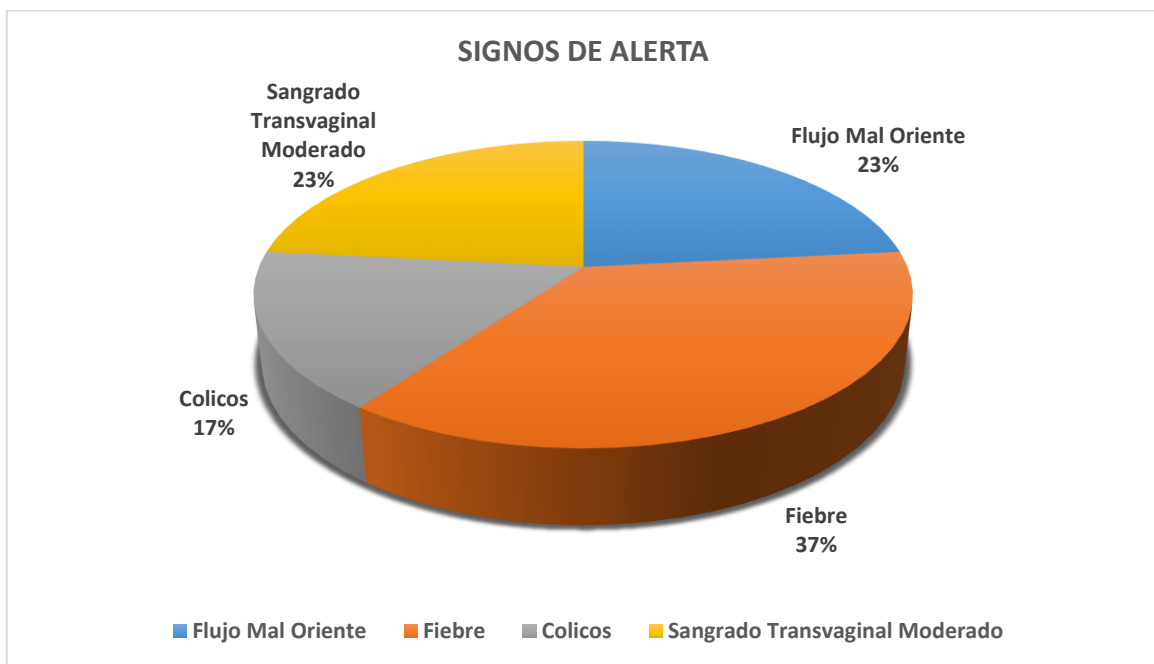
Cuadro N°10: ¿Cuál de estas opciones consideras que son signos de alerta frente a una infección puerperal?

Signos de Alerta	Cantidad	Porcentaje
Flujo mal oliente	7	23%
Fiebre	11	37%
Cólicos	5	17%
Sangrado transvaginal moderado	7	23%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Dentro de las opciones como signos de alerta frente a una infección puerperal, las pacientes expresaron con un 23% que el flujo mal oliente y el sangrado transvaginal moderados son signos de alerta ante una infección puerperal, por otra parte un 37% expreso que la fiebre es el mayor signo de alerta frente a una infección de esta índole; además de un 17% escogieron la opción de cólicos como un signo de alerta.

Gráfico N°10: ¿Cuál de estas opciones consideras que son signos de alerta frente a una infección puerperal?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Cuadro N°11: ¿Consideras importante mantener una buena higiene luego del parto?

Importancia de la Higiene	Cantidad	Porcentaje
Sí	29	97%
No	1	3%
No Sé	0	0%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Al momento de interpretar los resultados referentes a la importancia de una buena higiene luego del parto, un 97% de las puérperas afirmaron que sí es importante, de allí un 3% de las mismas opinaron que no es importante mantener una buena higiene luego del parto.

Gráfico N°11: ¿Consideras importante mantener una buena higiene luego del parto?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Cuadro N°12: ¿Cada que tiempo crees que es recomendable realizar la higiene genital?

Cada Cuánto	Cantidad	Porcentaje
De 2 a 3 veces al día	29	97%
1 vez al día	1	3%
No sé	0	0%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Con relación a la secuencia de tiempo que es recomendable realizar la higiene genital, las pacientes opinaron que de 2 a 3 veces al día es la recomendable, esto, representado en un 97%, por otra parte, también hubo encuestadas que opinaron que con 1 vez al día era lo recomendable representando el 3% de las encuestadas.

Gráfico N°12: ¿Cada que tiempo crees que es recomendable realizar la higiene genital?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

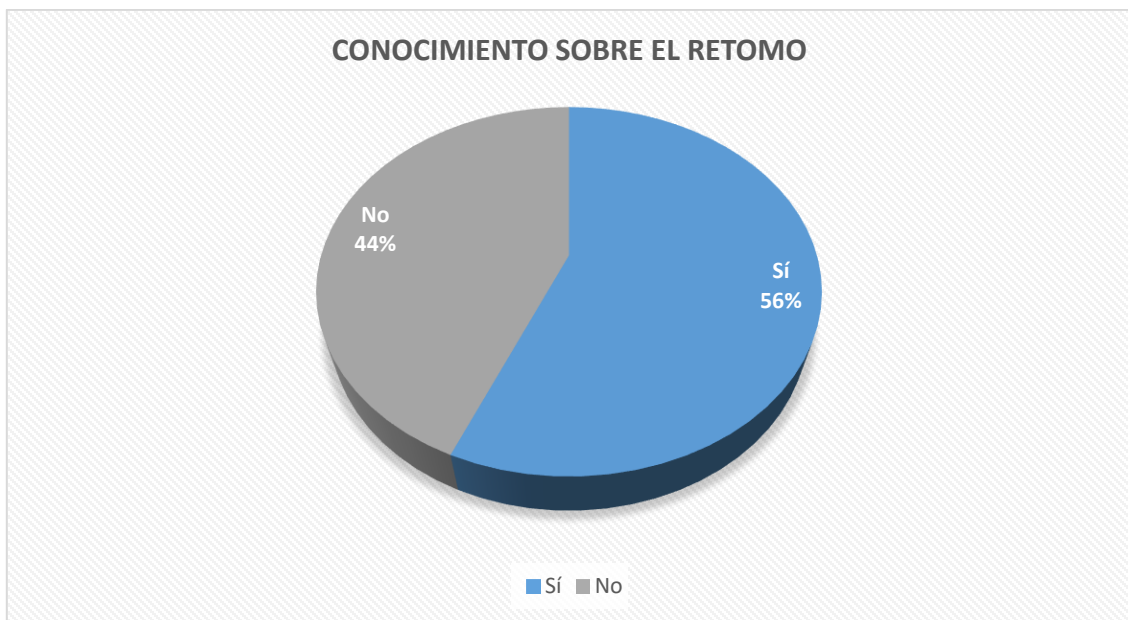
Cuadro N°13: ¿Conoces en cuánto tiempo puedes retomar tu vida sexual?

Conocimiento sobre el retomo	Cantidad	Porcentaje
Sí	17	56%
No	13	44%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

En relación a conocer en cuanto tiempo se puede retomar la vida sexual después de un parto, las pacientes participantes de la encuesta opinaron en un 56% que sí tienen conocimiento sobre el retomo de la misma, sin embargo, un 44% opino, no tener conocimiento acerca del retomo de la vida sexual.

Gráfico N°13: ¿Conoces en cuánto tiempo puedes retomar tu vida sexual?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

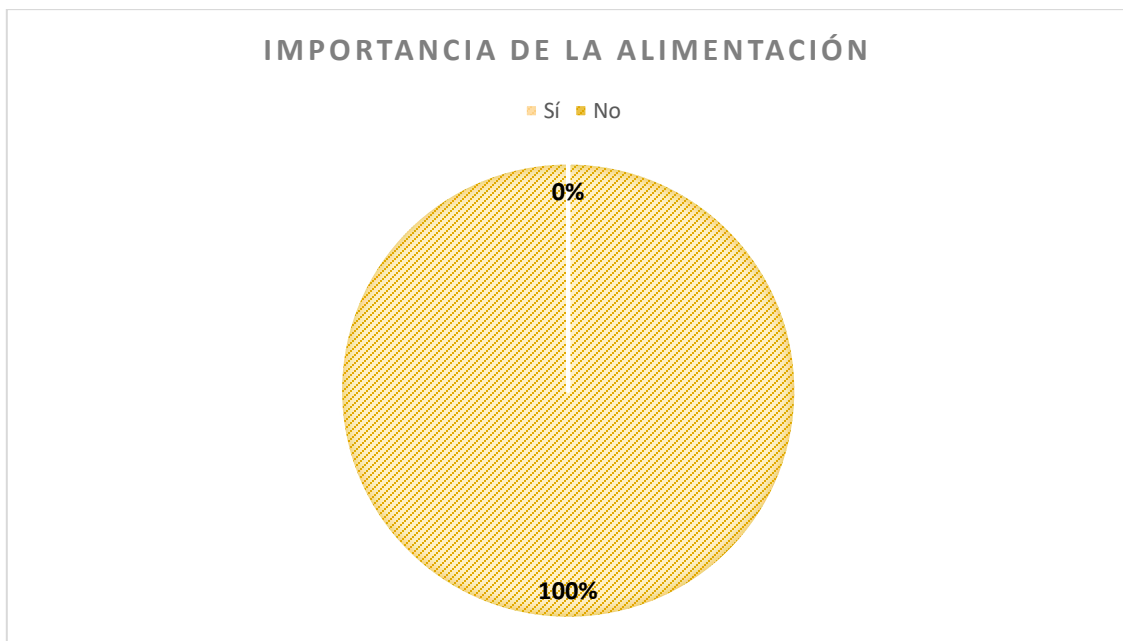
Cuadro N°14: ¿Crees que es importante, mantener una alimentación adecuada y el aporte de vitaminas luego del parto?

Importancia de la Alimentación	Cantidad	Porcentaje
Sí	30	100%
No	0	0%
No Sé	0	0%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Sobre la importancia de mantener una alimentación adecuada y aportar vitaminas luego del parto, el 100% de las pacientes expresaron que sí son importantes después del parto, el mantener una adecuada alimentación y el aporte de vitaminas.

Gráfico N°14: ¿Crees que es importante, mantener una alimentación adecuada y el aporte de vitaminas luego del parto?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Cuadro N°15: ¿Consideras importante los cuidados de las mamás?

Importancias del Cuidado de las Mamás	Cantidad	Porcentaje
Sí	30	100%
No	0	0%
No Sé	0	0%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

De considerar importante los cuidados de las mamás, las encuestadas expresaron al 100% que sí es importante su cuidado. Aquí se marcó unanimidad en cuanto a su consideración en la participación en la encuesta.

Gráfico N°15: ¿Consideras importante los cuidados de las mamás?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Cuadro N°16: ¿Consideras que necesitas más información acerca de los cuidados que debes tener luego del parto?

Necesidad de Información	Cantidad	Porcentaje
Sí	26	87%
No	4	13%
Total	30	100%

Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

Sobre la necesidad de las pacientes de más información acerca de los cuidados que se deben tener luego del parto, 26 mujeres respondieron que sí consideran que necesitan más información, representando este el 87%, y 4 de estas mujeres encuestadas respondieron que consideran no necesitar más información, representando este el 13%.

Gráfico N°16: ¿Consideras que necesitas más información acerca de los cuidados que debes tener luego del parto?



Fuente: Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega.

3.1.1. Propuesta de Solución

Para la propuesta de solución hemos decidido implementar una “Guía Educativa del Autocuidado en el Puerperio”, aplicada a las pacientes de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega, Santiago de Veraguas. Esto con el fin de darles docencia sobre el correcto autocuidado del puerperio al momento de regresar al hogar.

De acuerdo a lo planteado, estructuraremos primeramente un marco referencial con los términos relevantes de la investigación previa que fue necesaria para poder recopilar datos útiles e ineludibles para la confección de nuestra propuesta de solución, en este caso la guía educativa.

Seguidamente a esto, entrando de lleno a la confección de la guía educativa como propuesta encontramos la justificación, diseño, introducción objetivos, beneficiarios, fases, descripción de la propuesta de solución y finalmente las referencias bibliográficas utilizadas para su confección.

3.1.1.1. Marco Referencial

– **Puerperio**

Bezares, Sanz y Jiménez (2009) definen el puerperio como: “el periodo desde el final del parto hasta la aparición de la primera menstruación.” (p.169)

– **Puerperio inmediato**

Saiz, Salcines y Alconero (2015): “El puerperio inmediato se define como la etapa comprendida desde el final del alumbramiento hasta el momento en el cual las púerperas reciben el alta hospitalaria en un parto normal.” (p.74)

– **Puerperio mediato**

Según Alviz, Payares, Aldana y Arrieta (2013):

El puerperio mediato que va desde el segundo hasta el décimo día, es una de las etapas más importantes debido a que desde su inicio la mujer debe afrontar la mayoría de los

cambios anatomofisiológicos del sistema reproductor y de los sistemas corporales más implicados en el embarazo y trabajo de parto, además influye en el binomio madre e hijo y se encuentra sujeto a múltiples prácticas transmitidas de generación en generación. (p.23)

– **Puerperio alejado**

Zunini, Cordano y Agostini (s/f) explican el puerperio alejado de la siguiente manera: “en el puerperio alejado, el útero se encuentra en la pelvis verdadera y está notablemente disminuido en tamaño. En estas ocasiones, el abordaje transvaginal es de elección.” (p.1)

– **Puerperio tardío**

Rosales (2017) expresa que el puerperio tardío: “puede alcanzar hasta los 6 meses si la madre opta por alimentar al bebé mediante una lactancia activa y prolongada.” (p.19)

– **Puerperio patológico**

De acuerdo con Rosales (2019): “Dentro del puerperio patológico se encuentra complicaciones tales como hemorrágicas (hemorragia postparto), infecciosas (infección puerperal), complicaciones emocionales (depresión postparto), endocrina (síndrome de sheehan) y glándula mamaria (mastitis puerperal) por mencionar las más importantes.” (p.36)

– **Puérpera**

Cardozo y Bernal (2009) definen el concepto puérpera como: “Mujer en etapa de pos parto, que experimenta modificaciones anatómicas funcionales, emocionales y familiares, ante las cuales debe adaptarse para responder satisfactoriamente a las necesidades de cuidado de sí y de su nuevo hijo.” (p.84)

– **Primigesta**

Mendoza (2009) define el término primigesta como: “Mujer que se embaraza por primera vez o primera vez llega su gestación al 3er. Trimestre.” (p.21)

– **Post parto**

Arévalo (2014) define al Postparto como: “Periodo comprendido entre la expulsión completa de la placenta y la regresión de los órganos y estructuras que participaron durante la gestación. La duración es de 40 días.” (p.17)

– **Loquios**

Moreno, Bonilla y Rodríguez (2017): “Son las secreciones postparto uterovaginales, presentan unas características según el tiempo que ha pasado desde el parto. En los primeros días presentan un aspecto sanguinolento denominándose loquios rojos que duran unos 2-3 días.” (p.720)

– **Hemorragia post parto**

Según Karlsson y Pérez (2009):

La hemorragia postparto es una de las complicaciones obstétricas más temidas y es una de las tres primeras causas de mortalidad materna en el mundo. Universalmente se define como la pérdida hemática superior a 500 ml tras un parto vaginal o a 1.000 ml tras una cesárea. (p.159)

– **Infección Puerperal**

Según Bezares, Sanz y Jiménez (2009): “La infección puerperal es una complicación obstétrica frecuente, aunque las pautas de profilaxis han disminuido mucho la incidencia de esta patología.” (p.169)

– **Signos y Síntomas frente a Infección Puerperal**

Con relación a la infección puerperal, signos y síntomas (Rosales, p.47, 2017) expresa lo siguiente:

La infección puerperal se caracteriza clínicamente por fiebre de 38C o más, en dos o más registros sucesivos de temperatura, después de las primeras 24 horas y durante los 10 primeros días del postaborto, postparto y postcesárea.

Existen factores de riesgo por infección puerperal tanto generales como específicos.

Entre los generales encontramos:

- Anemia,

- Desnutrición,
- Obesidad, enfermedades crónicas debilitantes y pobreza,
- Condiciones sanitarias e higiénicas deficientes.

– **Cuidado de las Mamas**

Según Rosales (2017) sobre el cuidado de las mamas:

El Cuidado de los pezones comienza profilácticamente en el embarazo para evitar las grietas y fisuras, con masajes, previa colocación de alcohol - Glicerina.

Durante el puerperio se extenderán las recomendaciones de una escrupulosa higiene en el manipuleo de las mamas durante la alimentación del niño, lo cual constituye la medida profiláctica más eficaz de la infección.

Se recomienda el uso de corpiños que mantenga bien sostenidas las mamas sin ejercer presión sobre ellas. (pp.31,32)

3.1.1.2. Justificación

Esta propuesta denomina “Guía educativa sobre el autocuidado en el puerperio”, es realizada con el motivo de brindarle información a las puérperas sobre el autocuidado del puerperio, sobre su importancia tanto en el ámbito de salud como de carácter vital.

Además, como profesionales de salud nuestro deber es brindar un buen trato al paciente, informarlo y brindarles las herramientas necesarias al momento de partir del centro hospitalario hacia su hogar. Y es que, por ello, queremos realzar la importancia del autocuidado del puerperio, porque no solo la puérpera se ve implicada en esto, sino también él bebe, la familia y por ende el personal que en su momento le brinda la ayuda y la prepara posteriormente para la práctica del correcto cuidado.

3.1.1.3. Diseño de la Propuesta

Propuesta: ***“Guía educativa sobre el autocuidado en el puerperio”***.

3.1.1.3.1. Introducción

La etapa del puerperio como ya es de conocimiento en este documento, es la etapa instantánea después del alumbramiento. Por parte de esta fase se comprenden el puerperio inmediato, el puerperio mediato y el puerperio tardío; cada una de estas etapas se desarrollan en un lapso de tiempo determinado, para algunos autores, el mismo finaliza con la aparición de la primera menstruación pos parto de la mujer.

Para una mayor relevancia del tema, podemos recalcar la importancia que implica comprender el puerperio, dado a que es una etapa o fase delicada, con un índice de mortalidad algo alto. Esto es debido a la falta de información en cuanto a la higiene, cuidados y alimentación que se debe practicar una vez dada la orden de alta del médico a la paciente y la misma se reincorpore a su hogar.

Ya estando en el hogar la paciente o puérpera debe poner en práctica la rutina de cuidado, misma que llevaba dentro del hospital, con el objetivo de llevar un correcto autocuidado y evitar cualquier tipo de complicación o infección que amenace su salud y la del recién nacido.

Claro, una puérpera que no es primigesta de ante mano sabe por experiencia sobre el cuidado, higiene y alimentación que debe practicar en el hogar; al contrario de las puérperas que, sí son primigesta, estas sí se ven en la necesidad de aprender, conocer y prepararse al momento de practicar el autocuidado e higiene en la etapa del puerperio. Por ende, se busca con la realización de esta propuesta “Guía educativa sobre el autocuidado en el puerperio”, informar, educar y brindar a manera de docencia consejos sobre una correcta alimentación, higiene y un correcto autocuidado en el puerperio; para concienciar a las puérperas recluidas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega sobre la

importancia y valor de las buenas prácticas del cuidado al momento de abandonar el hospital y enfrentarse con la tarea de mantener una salud puerperal durante lo que dure el periodo del mismo.

3.1.1.3.2. Objetivo

Como objetivo general de la propuesta “Guía educativa sobre el autocuidado en el puerperio” tenemos el siguiente:

- Informar a las puérperas sobre el autocuidado del puerperio, la importancia y relevancia que implica el correcto proceso en el hogar.

3.1.1.3.3. Beneficiarios

Las beneficiarias de manera directa son las puérperas recluidas en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, en el lapso de tiempo del mes de septiembre al mes de noviembre del año 2019.

3.1.1.3.4. Fase de Intervención

Fase 1: Acercamiento. En la fase 1 se realizó un acercamiento con las pacientes de la sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis Chicho Fábrega con la finalidad de realizar un reconocimiento real y actual acerca de sus conocimientos en el autocuidado del puerperio.

Para la recopilación se llevó a cabo una encuesta formulada por un cuestionario de 16 preguntas en donde se detectan sus conocimientos y saberes referentes al puerperio y su autocuidado.

Fase 2: Confección. Posteriormente a la elaboración y aplicación de la encuesta como instrumento de recopilación de datos; se procedió al diseño y confección de una propuesta con fines educativos para poder aportar consejos sanos, datos e información importante sobre la importancia del autocuidado en el puerperio.

Esta propuesta fue elaborada en palabras simples, dado al desconocimiento de conceptos propios del área de enfermería. Además de la realización de charlas informativas y volanteos como herramientas de interrelación con las pacientes.

Fase 3: Implementación. Seguido de la fase de confección de la propuesta, se realizó de manera oportuna su implementación en un horario cómodo y apropiado dentro de los lineamientos de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.

A beneficio de las pacientes participantes se realizaron charlas sobre temas de interés para ellas, como la importancia del autocuidado en el puerperio, higiene, alimentación, las etapas del mismo, salud del recién nacido, entre otros. De estos temas se les obsequió volantes y trípticos informativos.

Fase 4: Evaluación. De acuerdo a lo vivido en la implementación de la propuesta realizamos una autoevaluación sobre lo realizado a manera de recopilar experiencias y poder actuar de mejor manera a futuro dado el caso de ejercer la carrera de enfermería en el área de maternidad de cualquier centro hospitalario.

3.1.1.3.5. Descripción de la propuesta de evaluación

En esta propuesta se evaluará la comprensión por parte de las mujeres puérperas que son la principal población beneficiaria, se llevará a cabo una charla informativa en la cual se realizará una sesión de preguntas y respuestas para aclarar dudas por parte de las pacientes. El tema principal que se abordará será el autocuidado en el puerperio, sin embargo, también se brindará información acerca de los cuidados del recién nacido, importancia de la lactancia materna. Se reforzará la información brindada mediante la repartición de trípticos informativos. De esta propuesta se espera la comprensión al 100% por parte de toda la población beneficiaria y que a futuro los profesionales de la salud de la sala de maternidad

del hospital Luis “Chicho” Fábrega, puedan implementarla y seguir compartiendo la información con futuras pacientes.

3.1.1.3.6. Referencias Bibliográficas

- Alviz T., C. C., Payares H., K. L., Aldana A., L. y Arrieta Q., M. (2013). *Prácticas de cuidado durante el puerperio mediato por mujeres egresadas de una IPS Sincelejo*. Revisalud Unisucre. Recuperado: <https://www.recia.edu.co/index.php/revisalud/article/download/74/72>
- Arévalo V., C. E. (2014). *Cuidado de enfermería en el hogar a una madre con VIH/sida y su recién nacido durante el postparto: un estudio de caso*. Universidad Nacional de Colombia. Tesis de Licenciatura. Recuperado: <http://bdigital.unal.edu.co/46138/1/1022952608.2014.pdf>
- Bezares, B., Sanz, O. y Jiménez, I. (2009). *Patología Puerperal*. Servicio de Ginecología y Obstetricia. Hospital Virgen del Camino. Scielo. Recuperado: <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v32s1/obstetricia7.pdf>
- Cardozo S., S. L. y Bernal R., M. del C. (2009). *Adolescente en puerperio y sus prácticas de cuidado*. Av. enferm., Volumen 27, Número 2. Artículo de Investigación. Recuperado: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/12970/13565>
- Karlsson, H. y Pérez S., C. (2009). *Hemorragia postparto*. Vol. 32, Suplemento 1. Recuperado: <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v32s1/obstetricia6.pdf>
- Mendoza P., N. V. (2009). *Necesidad de apoyo más frecuente en la lactancia materna que presentan las puérperas primigestantes los primeros 15 días pos parto en una institución de salud de Bogotá en el segundo semestre del 2009*. Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/9731/tesis05-4.pdf?sequence=1>
- Moreno, M., Bonilla G., A. M. y Rodríguez V., V. (2017). *Cuidados después del parto*. Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud. Recuperado: http://www.trances.es/papers/TCS%2009_4_11.pdf

- Rosales, E. A. (2017). *Factores asociados y complicaciones en puerperio entre el 2015 – 2016 del Hospital León Becerra Camacho de la Ciudad de Milagro*. Tesis de Licenciatura. Universidad de Guayaquil, Ecuador. Recuperado: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/33030/1/CD%201988-%20ROSALES%20ESPINOZA%20ALFREDO.pdf>
- Saiz L., I., Salcines A., Alconero C., A. R., Gil U., M. T., Terán M., O. y López M., M. (2015). *Plan de cuidados estandarizado durante el puerperio inmediato del parto normal*. Nuberos Científica. Recuperado: <http://nc.enfermeriacantabria.com/index.php/nc/article/view/122/118>
- Zunini, S. Cordano A., D. De Agostini, A. D.(s/f). *Ultrasonido en el puerperio. Guía para la aplicación clínica de ultrasonido en ginecología y obstetricia*. Recuperado: http://segu.com.uy/pdf/US_en_el_puerperio_final.pdf

CONCLUSIONES

Dentro de la culminación de este documento se generaron las siguientes conclusiones:

- ◆ Al realizar la investigación pertinentemente previa a la confección de este informe se aplicó una encuesta para medir el conocimiento de las puérperas de la Sala de Maternidad con relación al autocuidado en el puerperio al ya abandonar el Centro Hospitalario Dr. Luis “Chico” Fábrega; y de acuerdo a esto las pacientes encuestadas con relación al término puerperio un 57% expresó conocerlo y otro grupo expresó no conocer el término, el grupo en cuestión equivale a un 43%.
- ◆ Después de conocer que tanto sabían las puérperas sobre qué era el término puerperio, procedimos a preguntarles si consideraban tener una buena higiene luego del parto y una gran cantidad respondió que sí en un 97%, por otra parte, un 3% expresó que no es de suma relevancia la buena higiene del cuerpo post parto.
- ◆ En la línea de higiene consultamos a las pacientes participantes de la encuesta si conocían acerca los signos de alarma o alerta frente a una posible infección puerperal. Las mismas respondieron que de los signos de alerta frente a una infección el que más conocen es la fiebre con un 37%, de allí también saben del flujo mal oliente y sangrado vaginal con un 23% y en menor escala opinaron acerca de los cólicos con un 17%. De estas puérperas un 86% no conocen signos frente a una infección puerperal frente a un 16% que dicen sí conocer.
- ◆ Con relación al sangrado transvaginal las pacientes encuestadas dentro de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega; consideran que el mismo a manera moderada post parto sí es normal, esto lo expresaron por medio de un 67%, por otra parte, algunas opinaron que no y no sabe con un 16% y 17% respectivamente.

- ◆ Ahora bien, dentro del estudio se consultó a manera de conocer el nivel de conocimiento de las puérperas recluidas en la sala de maternidad del centro hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, si conocían acerca de los cuidados que se deben tener luego del egreso hospitalario y si consideraban que necesitan más información sobre los mismos. Las mismas nos respondieron que sí conocen los cuidados que deben tener a su egreso mediante un 70% positivo y además que sí desean que se les brinde una mayor cantidad de información y consejos sobre el autocuidado que deben tener en el hogar, esto fue expresado en un alto rango de 87% de las encuestadas.
- ◆ Con los resultados obtenidos en la realización de este estudio durante el periodo de práctica efectuado podemos de manera favorable expresar que, sí se cumplieron con los objetivos por el que se deseó enfocar este informe hacia evaluar el nivel de conocimientos sobre el autocuidado en el puerperio, en las mujeres hospitalizadas en la sala de maternidad del centro hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, de septiembre a noviembre de 2019.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alviz T., C. C., Payares H., K. L., Aldana A., L. y Arrieta Q., M. (2013). *Prácticas de cuidado durante el puerperio mediato por mujeres egresadas de una IPS Sincelejo*. Revisalud Unisucre. Recuperado: <https://www.recia.edu.co/index.php/revisalud/article/download/74/72>
- Arévalo V., C. E. (2014). *Cuidado de enfermería en el hogar a una madre con VIH/sida y su recién nacido durante el postparto: un estudio de caso*. Universidad Nacional de Colombia. Tesis de Licenciatura. Recuperado: <http://bdigital.unal.edu.co/46138/1/1022952608.2014.pdf>
- Bezares, B., Sanz, O. y Jiménez, I. (2009). *Patología Puerperal*. Servicio de Ginecología y Obstetricia. Hospital Virgen del Camino. Scielo. Recuperado: <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v32s1/obstetricia7.pdf>
- Cardozo S., S. L. y Bernal R., M. del C. (2009). *Adolescente en puerperio y sus prácticas de cuidado*. Av. enferm., Volumen 27, Número 2. Artículo de Investigación. Recuperado: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/12970/13565>
- Chávez V., M. I. (2019). *Conocimiento de las puérperas sobre el autocuidado del recién nacido, Hospital Iquitos César Garayar, mayo 2019*. Tesis de licenciatura. Universidad Científica del Perú. Recuperado: http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/735/MARIA_TESIS_TITULO_2_019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Enderle C., F., Pereira D. K., N., Lerch L., V., Gioulart N., C.M, Mattos, L y FonsecaR., E. (2013). *Condiciones y /o determinantes del retorno a la actividad sexual en el puerperio*. Revista Latino – Am. Engermagem. Recuperado: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v21n3/es_0104-1169-rlae-21-03-0719.pdf
- Escudero CH., J. D., Carrión E., L. E., Zula C., J. A. y García S., P. (2015). *Alimentación de las pacientes durante la etapa de puerperio atendidos en el hospital básico Shushufindi*. Revista Española. Recuperado:

http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/NUTR_COMUN_4_2015_Escudero.pdf

- Guzmán, M. A. y Pérez S., B. (2017). *Autocuidado en mujeres embarazadas de una comunidad mexiquense periurbana*. Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma de México. Recuperado: <https://core.ac.uk/download/pdf/154795676.pdf>
- Karlsson, H. y Pérez S., C. (2009). *Hemorragia postparto*. Vol. 32, Suplemento 1. Recuperado: <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v32s1/obstetricia6.pdf>
- López G., M.J., Rodríguez G., I. M. y Meneses M., J. E. (2016). *Factores asociados al autocuidado de las mujeres en el puerperio fisiológico, Sala de Maternidad Hospital Humberto Alvarado Vásquez, II Semestre 2015*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua. Recuperado: <http://repositorio.unan.edu.ni/2061/1/78813.pdf>
- Mejía H., E. Y. (2018). *Prácticas de autocuidado en mujeres puérperas inmediatas en el Centro Materno Infantil "Tablada de Lurín" Villa María del Triunfo 2015*. Tesis de licenciatura. Universidad Alas Peruanas. Recuperado: http://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/uap/7430/1/T059_46203232_T.pdf
- Mendoza C., M. M. (2018). *Nivel de conocimiento sobre autocuidado en el puerperio en mujeres atendidas en el Hospital de San Juan de Lurigando entre noviembre – diciembre 2017*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Federico Villarreal. Recuperado: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/1874>
- Mendoza P., N. V. (2009). *Necesidad de apoyo más frecuente en la lactancia materna que presentan las puérperas primigestantes los primeros 15 días pos parto en una institución de salud de Bogotá en el segundo semestre del 2009*. Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/9731/tesis05-4.pdf?sequence=1>
- Mendizabal O., J. J. (2019). *Conocimiento sobre autocuidado puerperal en mujeres con parto vaginal atendidas en el Hospital Pichanaki, Junin septiembre – noviembre 2018*. Tesis de Maestría. Universidad Nacional de

Huancavelica.

Recuperado:

[http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2576/TESIS-SEG-ESP-](http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2576/TESIS-SEG-ESP-OBSTETRICIA-2019-)

[MENDIZABAL%20ORIHUELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2576/TESIS-SEG-ESP-OBSTETRICIA-2019-MENDIZABAL%20ORIHUELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Moreno, M., Bonilla G., A. M. y Rodríguez V., V. (2017). *Cuidados después del parto*. Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud.

Recuperado: http://www.trances.es/papers/TCS%2009_4_11.pdf

Rosales, E. A. (2017). *Factores asociados y complicaciones en puerperio entre el 2015 – 2016 del Hospital León Becerra Camacho de la Ciudad de Milagro*.

Tesis de Licenciatura. Universidad de Guayaquil, Ecuador. Recuperado:

<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/33030/1/CD%201988-%20ROSALES%20ESPINOZA%20ALFREDO.pdf>

Ruiz A., K. B. y Marín M., J. M. (2015). *Autocuidado de las puérperas que existen al Centro de Salud El Rosario – Carazo II semestre 2015*. Monografía de

Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua.

Recuperado: <http://repositorio.unan.edu.ni/2038/1/78812.pdf>

Saiz L., I., Salcines A., Alconero C., A. R., Gil U., M. T., Terán M., O. y López M., M. (2015). *Plan de cuidados estandarizado durante el puerperio inmediato del parto normal*. Nuberos Científica. Recuperado:

<http://nc.enfermeriacantabria.com/index.php/nc/article/view/122/118>

Zunini, S. Cordano A., D. De Agostini, A. D.(s/f). *Ultrasonido en el puerperio. Guía para la aplicación clínica de ultrasonido en ginecología y obstetricia*.

Recuperado: http://segu.com.uy/pdf/US_en_el_puerperio_final.pdf

ANEXOS

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N°1: Edad	26
Cuadro N°2: Procedencia	27
Cuadro N°3: Nivel educativo.....	28
Cuadro N°4: Historia ginecobstetricia.....	29
Cuadro N°5: ¿Conoces el término puerperio o post parto?.....	30
Cuadro N°6: ¿Consideras normal el sangrado transvaginal moderado después del parto?.....	31
Cuadro N°7: ¿Cuánto tiempo crees que debe durar el sangrado trasnvaginal o loquios?.....	32
Cuadro N°8: ¿Conoces los cuidados que debes mantener en el hogar luego del egreso hospitalario?.....	33
Cuadro N°9: ¿Conoce los signos de alerta frente a una posible infección puerperal?.....	34
Cuadro N°10: ¿Cuál de estas opciones consideras que son signos de alerta frente a una infección puerperal?.....	35
Cuadro N°11: ¿Consideras importante mantener una buena higiene luego del parto?.....	36
Cuadro N°12: ¿Cada que tiempo crees que es recomendable realizar la higiene genital?	37
Cuadro N°13: ¿Conoces en cuánto tiempo puedes retomar tu vida sexual?.....	38
Cuadro N°14: ¿Crees que es importante, mantener una alimentación adecuada y el aporte de vitaminas luego del parto?.....	39
Cuadro N°15: ¿Consideras importante los cuidados de las mamas?.....	40
Cuadro N°16: ¿Consideras que necesitas más información acerca de los cuidados que debes tener luego del parto?.....	41

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica No.	Descripción	Página
Gráfica N°1	Edad	26
Gráfica N°2	Procedencia	27
Gráfica N°3	Nivel educativo	28
Gráfica N°4	Historia ginecobstetricia	29
Gráfica N°5	¿Conoces el término puerperio o post parto?	30
Gráfica N°6	¿Consideras normal el sangrado transvaginal moderado después del parto?	31
Gráfica N°7	¿Cuánto tiempo crees que debe durar el sangrado trasnvaginal o loquios?	32
Gráfica N°8	¿Conoces los cuidados que debes mantener en el hogar luego del egreso hospitalario?	33
Gráfica N°9	¿Conoce los signos de alerta frente a una posible infección puerperal?	34
Gráfica N°10	¿Cuál de estas opciones consideras que son signos de alerta frente a una infección puerperal?	35
Gráfica N°11	¿Consideras importante mantener una buena higiene luego del parto?	36
Gráfica N°12	¿Cada que tiempo crees que es recomendable realizar la higiene genital?	37
Gráfica N°13	¿Conoces en cuanto tiempo puedes retomar tu vida sexual?	38
Gráfica N°14	¿Crees que es importante, mantener una alimentación adecuada y el aporte de vitaminas luego del parto?	39
Gráfica N°15	¿Consideras importante los cuidados de las mamas?	40
Gráfica N°16	¿Consideras que necesitas más información acerca de los cuidados que debes tener luego del parto?	41

Anexo N°1. *Modelo de la Encuesta aplicada en la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.*



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS EXTENSIÓN VERAGUAS
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS Y CLÍNICAS

LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA ENFERMERÍA

Esta encuesta tiene el propósito de recabar información acerca del **Informe de Práctica Profesional** (*Nivel de conocimientos sobre el autocuidado en el puerperio, en las mujeres hospitalizadas en la sala de maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega, de septiembre a noviembre del 2019*). Se agradece respuestas sinceras, claras y precisas. Los resultados serán de estricta confidencialidad. Agradecemos su colaboración.

Instructivo: Lea cuidadosamente las preguntas que se presentan a continuación y marque con una equis(x) la respuesta seleccionada o que usted considere correcta.

1. Edad

Menor de 20 años _____ 21-35 _____ 35-40 _____
Mayor de 40 _____

2. Procedencia

Área urbana _____ Área Rural _____ Comarca _____

3. Nivel educativo

Primaria _____ Secundaria _____ Universitario _____

4. Historia Ginecobstetricia

Grava _____ Para _____ Aborto _____ Cesárea _____

5. Conoces el término puerperio o postparto?

Sí_____ No_____

6. Consideras normal el sangrado transvaginal moderado después del parto?

Sí_____ No_____ No sé_____

7. Cuánto tiempo crees que debe durar el sangrado transvaginal o loquios?

De 6 a 8 semanas_____ 15 días_____ No sé_____

8. Conoces los cuidados que debes mantener en el hogar luego del egreso hospitalario?

Sí_____ No_____

HIGIENE

9. Conoce los signos de alerta frente a una posible infección puerperal?

Sí_____ No_____

10. Cuál de estas opciones consideras que son signos de alerta frente a una infección puerperal? (puedes escoger más de uno)

Flujo mal oliente_____ Fiebre_____ Cólicos_____ Sangrado transvaginal moderado_____

11. Consideras importante mantener una buena higiene luego del parto?

Sí_____ No_____ No sé_____

12. Cada que tiempo crees que es recomendable realizar la higiene genital?

De 2 a 3 veces al día_____ 1 vez al día_____ No sé_____

13. Conoces en cuanto tiempo puedes retomar tu vida sexual?

Sí_____ No sé_____

ALIMENTACIÓN

14. Crees que es importante, mantener una alimentación adecuada y el aporte de vitaminas luego del parto?

Sí_____ No_____ No sé_____

CUIDADOS DE LAS MAMAS

15. Consideras importante los cuidados de las mamas?

Sí _____ No _____ No sé _____

16. Consideras que necesitas más información acerca de los cuidados que debes tener luego del parto?

Sí _____ No _____

Anexo N°2. Cuadro del Cronograma de Actividades (septiembre-noviembre 2019).

Semana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
	Del 9 al 13 de septiembre de 2019	Del 16 al 20 de septiembre de 2019	Del 23 al 27 de septiembre de 2019	Del 30 de septiembre al 4 de octubre de 2019	Del 7 al 11 de octubre de 2019	Del 14 al 18 de octubre de 2019	Del 21 al 25 de octubre de 2019	Del 28 de octubre al 1 de noviembre de 2019	Del 4 al 8 de noviembre de 2019	Del 11 al 15 de noviembre de 2019	Del 18 al 22 de noviembre de 2019	Del 22 de noviembre al 2 de diciembre de 2019	
Actividades	Atención Directa												Total
Toma de muestras sanguíneas	2	0	3	0	0	0	3	0	0	0	0	2	10
Canalización	6	9	5	4	5	3	10	5	5	3	10	5	70
Aplicación de medicamentos intramusculares	4	2	2	3	3	0	5	2	0	1	3	1	26
Aplicación de vacuna	0	20	10	0	18	5	0	15	5	6	4	18	101
Administración de inhaloterapia	0	0	3	4	5	0	0	0	0	0	0	1	13
Preparación de venoclisis	4	4	5	2	6	2	0	0	0	10	4	6	43

Preparación y colocación de sulfato de magnesio	4	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	4	31
Administración de medicamentos intravenosos	50	100	150	50	40	25	30	15	25	28	19	9	611
Administración de medicamentos orales	10	5	8	12	6	14	11	4	7	13	5	10	105
Preparación y colocación de venoclisis por bomba de infusión	4	2	5	0	2	10	3	0	4	6	5	2	34
Administración de sangre y hemoderivados	1	0	0	2	0	4	2	1	1	0	2	1	14
Colocación de monitor cardiaco	2	4	3	1	2	2	2	1	0	3	1	1	22
Preparación y envío del paciente al salón de operaciones	5	4	6	5	2	6	3	4	5	1	6	8	55
Preparación del paciente para exámenes especiales	2	1	4	0	1	2	3	1	0	1	2	3	20
Cambio de soluciones y microgoteros	10	12	10	11	8	10	15	11	8	12	11	10	128

Toma y registro de signos vitales	5	8	12	4	6	13	4	11	4	1	1	6	72
Administrativas													
Recibos de útiles de sala	2	3	4	1	2	2	2	3	4	3	3	1	30
Recibo de carro de reanimación cardiopulmonar	2	3	4	1	2	2	2	3	4	3	3	1	30
Recibo de narcóticos	2	3	4	1	2	2	2	3	4	3	3	1	30
Recibo y entrega de sala	2	3	4	1	2	2	2	3	4	3	3	1	30
Admisiones	4	4	8	6	2	2	5	10	13	11	7	9	81
Manejo de balance hídrico	3	3	2	1	4	3	1	1	3	2	2	4	29
Confección de notas de recibo	4	5	6	15	13	10	18	20	10	14	8	10	133
Confección de notas de egreso	6	12	11	5	8	10	11	7	4	2	4	8	88
Envío y recibo de pacientes de sala de parto	6	5	10	8	13	5	10	11	8	4	7	9	96
Cumplimiento de órdenes médicas	10	12	10	5	8	13	9	5	6	2	3	5	88

Envío y recibo de recién nacido de sala de neonatología	3	4	2	3	5	10	4	5	3	7	5	6	57
Confección de lista de dieta	3	5	4	2	3	4	2	2	2	1	3	3	34
Docencia													
Orientación sobre la importancia de las vacunas	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	0	5
Orientación a pacientes sobre normas de sala y horarios de visitas	2	3	5	3	6	5	2	1	7	9	3	7	53
Charla sobre la importancia de los controles prenatales	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	3
Elaboración de murales sobre el cáncer de mama y próstata	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
Confección de mural cuidados del recién nacido	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
Charla sobre la importancia de la lactancia materna	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0	5

Asistencia a docencia sobre manejo de hemorragia postparto	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
Docencia y distribución de trípticos sobre los cuidados en el puerperio	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2
Investigativas														
Consultas a las enfermeras de sala sobre procedimientos	1	1	2	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	8
Investigación sobre los fármaco más utilizados en sala	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2
Consultas bibliográficas: complicaciones más frecuentes en el embarazo	0	1	1	0	0	2	0	0	1	0	0	2	0	7
Recolección de información para la propuesta de solución	0	0	0	2	0	0	1	0	2	3	4	2	2	14

Anexo N°3. Ilustración del Tríptico Informativo sobre la Guía Educativa sobre el Autocuidado en el Puerperio, realizada con el objetivo principal de informar a las puérperas sobre el autocuidado, la importancia y relevancia que implica en el correcto proceso en el hogar.

Consejos para sobrellevar la Etapa del Puerperio

- ⇒ Beber más de 2-3 litros de agua, sobre todo si se está dando lactancia materna.
- ⇒ Lavarse la zona con agua templada, más tirando a fría, cada vez que se vaya al baño (micción o defecación).
- ⇒ Evitar alcohol, café, nicotina.
- ⇒ Secar muy bien la zona para evitar la humedad.
- ⇒ Consumir alimentos ricos en fibra, como verduras, frutas, pan integral, con el fin de evitar el estreñimiento que suele aparecer en este período.

En caso de haber pasado por una **Episiotomía**, aconsejamos lo siguiente:

- ⇒ Es conveniente, después de cada defecación, lavar con agua y jabón neutro.



Guía Educativa sobre el Autocuidado en el Puerperio



Importante:

"Si presentas alguna de las señales de alarma antes mencionada en esta Guía Educativa sobre el Puerperio, acude de inmediato a tu unidad de salud para recibir atención médica".

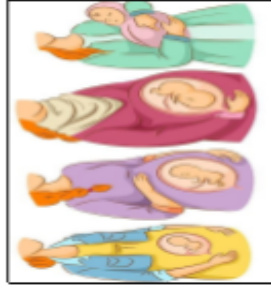
Hablemos sobre el Puerperio

Elaborado por: Ana Aguilar

El Puerperio, ¿Qué es?

El puerperio inicia con la salida de la placenta y su finalización varía de mujer en mujer.

Entonces, después del nacimiento del bebé, la madre inicia un periodo conocido como **Puerperio**, esta es una etapa de adaptación en el que el cuerpo y organismo nuevamente atravesará grandes transformaciones, a medida que se recupera del parto para regresar al máximo a su estado previo al periodo de gestación.



¿Qué involucra el Puerperio?

• **Estados de Ánimo:** Es común que al volver a casa, luego de la salida hospitalaria, tenga diversos cambios de ánimo, puede que pase de un momento de intensa alegría y felicidad a un momento de tristeza o de la plenitud a la impotencia.



• **Contracciones Uterinas:** Durante la lactancia la mamá puede sentir contracciones o dolores tipo menstruales, llamados entuertos, que pueden durar 4 o 5 días.

• **Cuidados en la Alimentación:** Se debe mantener una dieta variada y equilibrada, rica en calcio y en hierro, como la que se había mantenido durante el embarazo.



• **Cuidado de las Mamas:** Las mamas pueden sentir los pechos tensos, duros, sensibles y dolorosos.

• **Sangrado Vaginal:** Tras el parto, tanto si es parto vaginal como cesárea, se presentará sangrado vaginal. Son los restos de lo que el útero necesita sacar después del parto.

Señales de Alarma que no deben ser ignoradas durante el Puerperio

- ⇒ Sangrado vaginal mayor a la menstruación y/o con mal olor.
- ⇒ Fiebre superior a 38°C.
- ⇒ Dolor de cabeza constante.
- ⇒ Hinchazón de cara, manos, piernas y pies.
- ⇒ Ver lucécitas o ver nublado.
- ⇒ Escuchar zumbidos.
- ⇒ Dolor abdominal intenso, como un "cinturón que aprieta".
- ⇒ Secreción por la herida operatoria y/o enrojecimiento, en caso de cesárea.
- ⇒ Molestias o dolor al orinar.



Anexo N°4. *Ilustración de la distribución de infraestructura del Centro Hospitalario Dr. Luis “Chicho” Fábrega.*

Anexo N°5. Ilustración de las doce semanas de práctica en el Centro Hospitalario Dr. Luis "Chicho" Fábrega (evidencia de actividades realizadas).



Ilustración N°1: Parte de la Sala de Enfermería del Ala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis "Chicho" Fábrega.

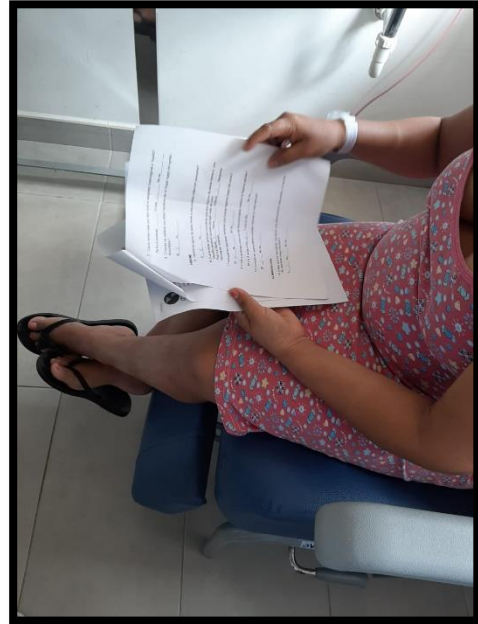


Ilustración N°2: Paciente participando de la aplicación de Encuesta realizada en la Sala de Maternidad.



Ilustración N°3: Brindando charla sobre el cuidado del recién nacido a las pacientes de la Sala de Maternidad del Centro Hospitalario Dr. Luis "Chicho" Fábrega.



Ilustración N°4: Carro utilizado para transportar vacunas que se aplicaran a los recién nacidos y púerperas.



Ilustración N°5: Incubadora utilizada cuando algún recién nacido requiera.



Ilustración N°6: Carro de canalización de pacientes.



Ilustración N°7: Informando a las pacientes por medio de charlas sobre la importancia del cuidado del recién nacido.

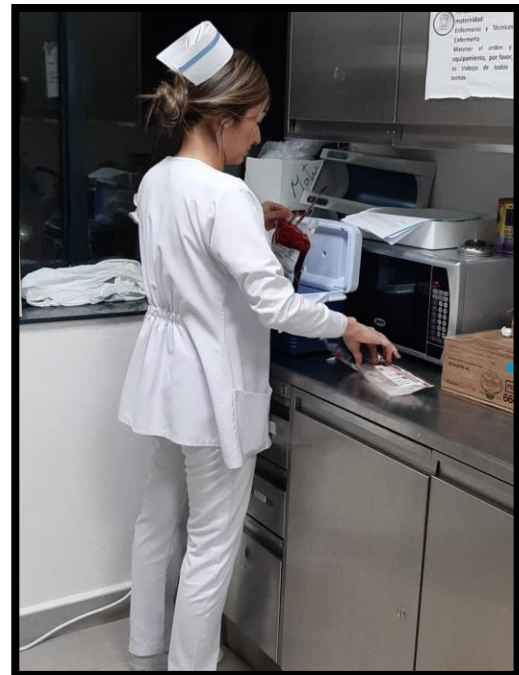


Ilustración N°8: Preparándome con la instrumentación para realizar transfusión de sangre.

Anexo No. 6. Esquema de turnos rotativos

9 de septiembre al 13 de octubre

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
9	10	11	12	13	14	15
Inducción	7/3	7/3	11/7	Libre	11/7	3/11

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
16	17	18	19	20	21	22
Libre	Libre	7/3	Libre	Libre	11/7	3/11

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
23	24	25	26	27	28	29
7/3	Libre	Libre	11/7	Libre	11/7	libre

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
30	1	2	3	4	5	6
3/11	7/3	3/11	7/3	Libre	Libre	7/3

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
7	8	9	10	11	12	13
7/3	Libre	Libre	3/11	11/7	11/7	11/7
11/7						

14 de octubre al 17 de noviembre

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
14	15	16	17	18	19	20
Libre	Libre	Libre	7/3	3/11	libre	11/7

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
21	22	23	24	25	26	27
3/11	3/11	Libre	Libre	11/7	3/11	3/11

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28	29	30	31	1	2	3
11/7	11/7	3/11	3/11	11/7	11/7	11/7

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
4	5	6	7	8	9	10
Libre	Libre	Libre	7/3	7/3	7/3	7/3
						11/7

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
11	12	13	14	15	16	17
3/11	11/7	Libre	Libre	3/11	Libre	11/6

18 de noviembre al 1 de diciembre del 2019

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
18	19	20	21	22	23	24
Libre	Libre	11/7	11/7	Libre	Libre	Libre

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
25	26	27	28	29	30	1
Libre	7/3	7/3	7/3	3/11	7/3	3/11

Anexo. No. 7. Plan de charla

**UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMERICAS
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS Y CLÍNICAS
LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA ENFERMERÍA
PLAN DE CHARLA**

TEMA: Lactancia materna.

Lugar: Sala de maternidad del hospital Luis “Chicho” Fábrega

Dirigido a: Puérperas y embarazadas

Objetivo General: Explicar sobre la importancia de la lactancia materna

Expositora: Ana Aguilar.

Duración: 15 minutos

Objetivo Específicos	Contenido	Metodología	Evaluación
<ul style="list-style-type: none">❖ Definir lo que es la lactancia materna.❖ Explicar los beneficios de la lactancia materna, tanto al bebé como a la madre.❖ Orientar sobre las posibles posiciones para amamantar al bebé.	<ul style="list-style-type: none">❖ Concepto de lactancia materna.❖ Importancia de la lactancia materna.❖ Hasta cuándo se debe dar lactancia materna exclusiva al bebé.❖ Posturas para la lactancia materna.❖ Cuidado de las mamas.❖ Beneficios de la lactancia materna.	<ul style="list-style-type: none">❖ Charla informativa del tema.❖ Láminas alusivas al tema.❖ Trípticos con información.	<ul style="list-style-type: none">❖ Retroalimentación sobre el tema.❖ Preguntas con respecto al tema para comprobar su comprensión.

