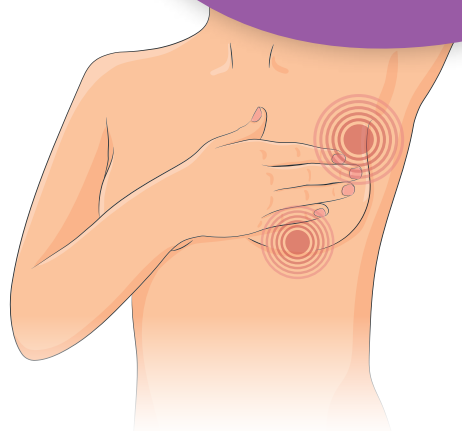


## Mastitis Puerperal

Infecciones de las mamas que se presenta dos o tres semanas después del parto. El factor más importante que influye es la falta de lavado de manos.



### SIGNOS Y SÍNTOMAS MAMARIOS

### SÍNTOMAS SISTÉMICOS

DOLOR	PIREXIA
MASA	NÁUSEAS
INDURACIÓN	CEFALEA
ERITEMA	LETARGO

## Depresión Post Parto

Es la depresión que presenta la madre tras el nacimiento de su hijo. Los cambios en los niveles hormonales durante y después del embarazo pueden afectar el estado anímico de una mujer. La mayoría de los casos de depresión postparto surgen en el primer mes tras el parto, aunque en ocasiones se puede presentar hasta 6 meses después.

### SÍNTOMAS

Ansiedad, irritabilidad, tristeza, llanto, etc.

### ACUDE A EMERGENCIA SI:

- Tu herida sangra, tiene mal olor, pus y se abre.
- Presentas al menos 2 síntomas mamarios + 1 síntoma sistémico.
- Tu herida operatoria cambia de color (enrojecimiento), elimina secreción purulenta, tiene mal olor y presentas fiebre.
- Presentas dolor abdominal intenso acompañado de fiebre.
- Estás muy triste, deprimida, retraída o estás experimentando sentimientos de hacerte daño.



Recuerda que la principal barrera para prevenir las infecciones es el lavado de manos de manera continua.



# Cuidados durante el puerperio

## ¿QUÉ ES?

Es el periodo que transcurre desde que termina el parto hasta que los órganos reproductores de la mujer recuperan la normalidad y aparece la primera menstruación, puede durar **aprox. de 35 a 40 días**.



## Cuidados de la Episiotomía

### ¿QUÉ ES LA EPISIOTOMÍA?

Es un corte que se hace en el periné, en la pared externa e interna de la vagina, para facilitar la salida del bebé. No es un procedimiento rutinario.

### ¿CÓMO DEBO REALIZAR EL ASEO?

Hágase aseo genital con agua corriendo, en la mañana y después de ir al baño, mínimo 5 veces al día. Es importante que el agua escurra por los genitales desde adelante hacia atrás.

### ¿CÓMO SE VE LA EPISIOTOMÍA?

EPISIOTOMÍA  
MEDIANA



EPISIOTOMÍA  
MEDIOLATERAL

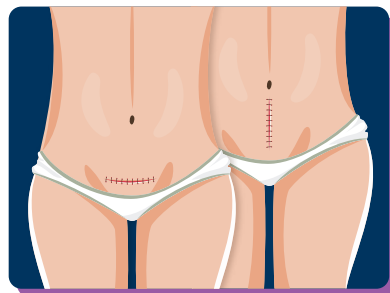


## Cuidados de la herida operatoria

Los puntos de la herida pueden ser externos o intradérmicos. La herida molesta los tres primeros días, por esta razón se indican analgésicos.

### ¿QUÉ CUIDADOS DEBO TENER?

- Empieza a caminar pronto, esto mejora la circulación sanguínea.
- La herida no debe ser manipulada.
- Si requieres curaciones deben ser realizadas por un profesional.
- No usar antisépticos.
- Te puedes duchar en cuanto puedas caminar. No importa que el agua moje la herida, pero debe quedar bien seca.



Las complicaciones más frecuentes de la herida de cesárea son: infecciones y/o separación o dehiscencia de la cicatriz.

## Hemorragia Post Parto

Es la pérdida de una cantidad excesiva de sangre después del parto. La hemorragia puede presentarse durante las primeras 24hrs y después de las primeras 24hrs hasta los 45 días después del parto.

### ¿CÓMO ES EL FLUJO VAGINAL POST PARTO (LOQUIOS)?



ROJO  
1 A 5 DÍAS



ROSADO  
3 A 5 DÍAS



BLANQUECINO  
7 A 15 DÍAS

### ¿QUÉ AYUDA A LA RETRACCIÓN UTERINA?

- **Entuertos** (contracciones que tiene el útero después del parto, y que son un mecanismo natural para evitar el sangrado).
- **Lactancia materna**
- **Masajes Uterinos**

## Endometritis

Es la inflamación de la membrana que cubre el útero. Es la infección puerperal más común.

Surgen del 2do al 5to día del puerperio, y aparece más frecuentemente en mujeres en las que se practica la cesárea.

- Dolor abdominal intenso.
- Sangrado vaginal con mal olor.
- Malestar general, fatiga y pulso rápido.
- Fiebre.

