



# PUERPERIO

Obst. Partera Alexandra Antúnez  
Obst. Partera Gabriela Vergara  
Sociedad Medica Universal.



# PUERPERIO

- ▶ Período que abarca desde el momento inmediato posterior al nacimiento hasta los 40 días.
- ▶ Marca el tiempo necesario que el organismo necesita para recuperar las características que tenía antes del embarazo.
- ▶ Entre 36hs a 48 horas ingresadas en la maternidad, según sea parto vaginal o cesàrea.

- ▶ Eliminación del agua
- ▶ Pérdida del peso
- ▶ Cambios en el aporte circulatorio
- ▶ Alteración de la piel
- ▶ Cambios en los órganos genitales
- ▶ Reanuda la menstruación



# CAMBIOS ANATOMICOS Y FISIOLOGICOS

# CUIDADOS EN EL PUERPERIO

- ▶ Observación rigurosa de 2 a 4 hs posteriores al nacimiento de:  
Presión Arterial, Pulso y temperatura.
- ▶ Retracción uterina, pérdida sanguínea, alivio del dolor
- ▶ Apoyo psicológico si es necesario.
- ▶ Reposo relativo la primera semana post-parto y actividad moderada durante los primeros 15 días.
- ▶ Dieta: alimentación completa
- ▶ Higiene: agua con antiséptico las primeras horas y apósito limpio luego en casa solo agua y jabón

## Días posteriores

Útero involucre

Loquios se vuelven escasos y amarillentos

Involución de edemas en piernas, el retorno venoso mejora.

Máximo desarrollo de lactancia

Deambulación precoz

Control puerperal a los 7 días con gine

Escoger método anticonceptivo.

## MODIFICACIONES EN LOS ÓRGANOS GENITALES



- ▶ **Útero:** Contracciones uterinas para la hemostasia de los vasos sanguíneos de la herida placentario. Se debe masajear
- ▶ **Endometrio:** Se reconstituye rápidamente exceptuando la herida que queda por la placenta.
- ▶ **Cuello:** Se reduce rápidamente a 2-3 cm. en las primeras horas del post-parto.
- ▶ **Loquios:** contenido líquido normal expulsado por el útero en su proceso de involucion y curación de la superficie cruenta dejada por el lecho placentario. Duración de 15 días aprox. va disminuyendo cantidad y coloración mas clara en el transcurso de los días.
- ▶ **Vagina:** después de las 3 semanas comienzan a observarse los pliegues característicos. A las 6 semanas se encuentra totalmente reparada.
- ▶ **Mamas:** Aumentan su tamaño alrededor del 2° y 4° dia de post parto. Se aprecia un marcado aumento de la vascularización sanguínea y linfática además de un aumento en la coloración de la areola y el pezón.

# IMPORTANCIA DE LAS PRIMERAS HORAS


- ▶ Apego piel a piel
- ▶ Reposo de 6 a 8 hs.
- ▶ Lactancia precoz
- ▶ Ingesta de alimentos
- ▶ Masajes uterinos (con el puño de la mano, para descender útero y evacuar sangrado y posibles coágulos)
- ▶ Higiene perineal (por arrastre, de adelante hacia atrás)
- ▶ Curación de cicatriz quirúrgica (con agua y jabón)
- ▶ Restitución de tránsito urinario y tránsito digestivo



## MOTIVOS DE CONSULTA EN EL PUERPERIO

- Fiebre
- Loquios con olor desagradable y/o abundantes
- Dolor, edema y o supuración de la sutura de desgarro o episiotomía.
- Dolores de mamas





# METODOS ANTICONCEPTIVOS

El puerperio constituye una etapa de grandes cambios físicos, psicológicos y sociales para la mujer, en el que la maternidad ocupa la mayor parte de su atención. También ocurren una serie de cambios hormonales que disminuyen la fertilidad.

El puerperio-lactancia no confieren una garantía 100% contra otro embarazo.

Por lo tanto, durante el embarazo, es la etapa ideal para pensar con que método voy a cuidarme para prevenir embarazo en corto período.





# ANTICONCEPCIÓN

## Cuarentena:

Período posterior al nacimiento que dura alrededor de 40-45 días.

## Reinicio de la actividad sexual:

Si la involucion uterina ha sido normal y la cicatrización del periné adecuada, se pueden reiniciar las relaciones sexuales finalizada la cuarentena.

## METODOS ANTICONCEPTIVOS NO HORMONALES

- Preservativos masculino y femenino
- Dispositivo Intrauterino (DIU)  
Implante subdérmico
- Diafragma – Espermicidas
- Definitivo: - Esterilización  
Femenina/Masculina

### NO SIRVEN

- Control de la temperatura
- Cambios en el moco cervical
- Método de Billings y Ogino

## METODOS HORMONALES

- Pastillas anticonceptivas
- Parche
- Inyectables
- Anillo vaginal
- Implante subdérmico

**LOS METODOS ANTICONCEPTIVOS  
(MAC) NO DEBEN INTERFERIR CON  
LA LACTANCIA**

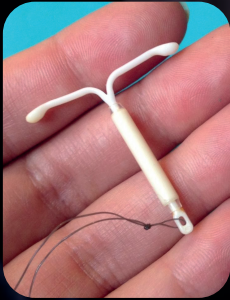
# METODOS HORMONALES

- Píldoras anticonceptivas para la lactancia:
- Se recomienda retrasar su uso hasta seis semanas después del parto. Entre los 20 y 30 días. Se toman todos los días a la misma hora, sin descanso

**HASTA LOS 6 MESES DEL BEBE.**

**Comenzar a tomar 15 días antes de iniciar las relaciones sexuales.**





## DISPOSITIVO INTRAUTERINO

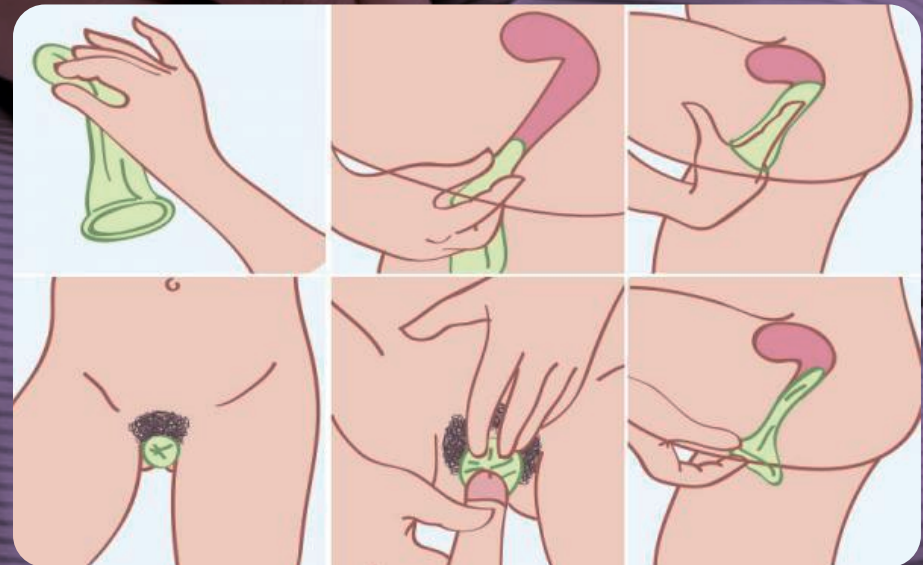
### Colocación del DIU

- Entre los 30-40 días de puerperio. Puede hacerse en el post-parto inmediato, apenas se ha expulsado la placenta, es un procedimiento seguro.
- El DIU no debe insertarse entre las 48 horas y las 4 semanas post-parto.
- La inserción es segura después de las cuatro semanas post-parto, cuando se ha completado la involución uterina, durante la amenorrea de lactancia o en las primeras menstruaciones post-parto.



## MÉTODO DE BARRERA: PRESERVATIVO FEMENINO Y MASCULINO

Los únicos que previenen Infecciones de transmisión sexual.





## IMPLANTE SUBDERMICO

Método hormonal, apto para la lactancia ya que contiene solo una hormona: progesterona.

Duración de 3 años.

Menstruación imprecisa, puede provocar irregularidades menstruales.

Se debe comprar en farmacias externas, se coloca en policlínicas de Universal.



## LIGADURA TUBARIA

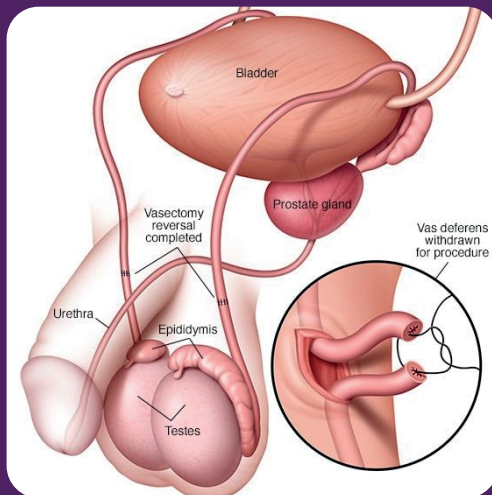
Métodos irreversible.

- Se secciona las trompas, los óvulos liberados por los ovarios no pueden moverse por las trompas por lo tanto no entran en contacto con el esperma.
- No debilita ni engorda a la mujer.
- No provoca desequilibrio hormonales.
- No provoca alteraciones en el ciclo menstrual, ni el comportamiento sexual.

# ESTERILIZACION MASCULINA: VASECTOMIA

Métodos irreversible.

- Procedimiento sencillo y seguro
- Demora 3 meses en ser seguro
- Tiene menos efectos colaterales y complicaciones que muchos métodos utilizados por la mujer.
- No afecta la función sexual, la erección tiene la misma firmeza, dura lo mismo y eyacula igual que antes.



# EN RESUMEN:

Métodos que NO interfieren con la lactancia

Pastillas de la lactancia  
Preservativos  
Dispositivo intrauterino  
Implante subdérmico

MÉTODOS IRREVERSIBLE:

Ligadura tubaria

Métodos que interfieren con la lactancia

Parches  
Diafragma  
Inyectable  
Pastillas con estrógenos  
(combinadas)