



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERIA
SAN VICENTE DE PAUL**

TEMA:

Conocimiento de las gestantes en el autocuidado durante el periodo prenatal en el área de consulta externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016.

AUTORAS:

**ALCÍVAR RODRÍGUEZ MELINA
JOVITA ARISTEGA MIRANDA PILAR
DEL CARMEN**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

TUTORA:

LCDA. MUÑOZ ROCA OLGA

**GUAYAQUIL, ECUADOR
2016**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE MEDICINA
CARRERA DE ENFERMERIA
“SAN VICENTE DE PAUL”**

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por **Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda**, como requerimiento parcial para la obtención del Título de LICENCIADA EN ENFERMERIA.

TUTORA

LCDA. OLGA MUÑOZ MG.

DIRECTORA DE LA CARRERA

LCDA. ANGELA DEL ROCIO
MENDOZA VINCES Mg
DIRECTORA DE LA CARRERA

Guayaquil, a los 14 días del mes de Marzo del año 2016



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE MEDICINA
CARRERA DE ENFERMERIA
“SAN VICENTE DE PAUL”**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

**Nosotras: MELINA JOVITA ALCÍVAR RODRÍGUEZ
PILAR DEL CARMEN ARISTEGA MIRANDA**

DECLARAMOS QUE:

El Trabajo de Titulación: **Conocimiento de las gestantes en el autocuidado durante el periodo prenatal en el área de consulta externa del hospital Dr. José Cevallos Ruiz del Cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016.**, previa a la obtención del Título de Licenciada en Enfermería ha sido desarrollado en base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, nos responsabilizamos del contenido, veracidad y alcance científico del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 14 días del mes de Marzo del año 2016

AUTORAS

Melina Jovita Alcívar Rodríguez

Pilar Del Carmen Aristega Miranda



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE MEDICINA
CARRERA ENFERMERÍA
“SAN VICENTE DE PAUL”**

AUTORIZACIÓN

**Nosotras: MELINA JOVITA ALCÍVAR
RODRÍGUEZ PILAR DEL CARMEN
ARISTEGA MIRANDA**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, la publicación en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: **Conocimiento de las gestantes en el autocuidado durante el periodo prenatal en el área de consulta externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del Cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016**, cuyo contenido, ideas y criterios son de nuestra exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 14 días del mes de Marzo del 2016

AUTORAS

Melina Jovita Alcívar Rodríguez

Pilar Del Carmen Aristega Miranda

AGRADECIMIENTO

A Dios todopoderoso, por brindarme, salud, vida y bienestar. Sin lo cual el logro de un sueño no se hubiese hecho realidad.

Por ello es de vital importancia expresar mis agradecimientos

A mis hijos Gabriela, Gissel, Jonathan y Valeria Vera Alcívar.

Por entender por qué no de mí presencia en todo momento a su lado, Los amo con toda mi vida.

A mi esposo Geovanny vera Navarrete, por brindarme su apoyo incondicional. Que dios lo bendiga siempre.

A mi madre Mariana Rodríguez por su inmenso cariño y a todos aquellos que de una u otra forma tuvieron que ver con mi formación profesional.

A mi directora de tesis, Lcda. Olga Muñoz Msc por su dedicación ha logrado que pueda terminar la tesis con éxito.

A la Universidad católica de Santiago de Guayaquil, quien me brindó la oportunidad de profesionalizarme y alcanzar el objetivo propuesto.

A los profesores de la Universidad católica de Santiago de Guayaquil que conformaron el equipo docente, para transmitirme sus conocimientos con dedicación y entrega.

Alcívar Rodríguez Melina Jovita

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a DIOS.

Señor digno eres de recibir la gloria, la honra y el poder; porque tú creaste todas las cosas, por tu voluntad existen y fueron creadas. Porque gracias a ti he logrado la victoria.

A mi Esposo Geovanny Vera, a mis hijos Gabriela, Gissel, Jonathan y Valeria Vera Alcívar pilares fundamentales en mi vida por su paciencia y comprensión al no estar a su lado día a día.

A mi madre Mariana Rodríguez. Mis Hermanas (o) quienes en su silencio me mantiene en sus oraciones. A todos aquellos que de una u otra manera me brindaron su apoyo y confiaron en mí.

A dos grandes amigas. Quienes han sido mis consejeras, y paños de lágrimas en los momentos difíciles que yo desfallecía por distintos malos momentos con sus consejos me empujaban a seguir hasta alcanzar el éxito. Lcda. Lucila, Delma.

Alcívar Rodríguez Melina Jovita

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios y a la Virgen por ser quien guía y protege de mí, día a día. A mi Sra. Madre Julia Miranda por ese apoyo incondicional y sobre todo por haberme sabido guiar en los duros senderos de la vida, en los cuales he podido forjar y cultivar dentro de mi uno de los mejores legados.

A mis hijas Andrea y Valeria quienes entre sombra y claridad han podido interpretar el verdadero significado del sacrificio sobre todo amor y solidaridad, lo cual ha calado en lo más hondo de mi corazón.

A mi esposo Felipe quien ha sido la persona que en todo momento me ha brindado su apoyo, su confianza y su comprensión. Su colaboración ha sido primordial para el cumplimiento y culminación de esta meta.

De una manera muy especial agradezco a la Tutora y a mis lectores de tesis por haberme brindado desinteresadamente sus conocimientos y su tiempo que han sido de mucha utilidad para el desarrollo de este presente trabajo.

Aristega Miranda Pilar Del Carmen

DEDICATORIA

Una vez cumplido el objetivo deseado dedico este trabajo a Dios por darme sabiduría, paciencia y fortaleza para poder concluir mis estudios.

A mis amadas hijas por estar a mi lado en los momentos más difíciles de mi vida, por brindarme su amor, comprensión y apoyo incondicional para terminar con éxito mi carrera universitaria.

Al personal de salud del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz, del cantón Yaguachi; esperando que esta investigación le sirva de utilidad como material de consulta.

A los docentes de la Universidad Católica De Santiago De Guayaquil, quienes nos han motivado al brindarnos sus enseñanzas y experiencias, para que más tarde seamos un profesional integro.

Aristega Miranda Pilar Del
Carmen

INDICE

Contenido

UNIVERSIDAD CATÓLICA.....	i
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL.....	i
UNIVERSIDAD CATÓLICA.....	2
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL.....	2
CERTIFICACIÓN.....	2
UNIVERSIDAD CATÓLICA.....	iii
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL.....	iii
DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD.....	iii
UNIVERSIDAD CATÓLICA.....	iv
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL.....	iv
AUTORIZACIÓN.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
DEDICATORIA.....	viii
INDICE.....	ix
INDICE DE GRÁFICOS.....	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.....	5

JUSTIFICACIÓN	6
Objetivos	8
CAPÍTULO II	9
MARCO CONCEPTUAL.....	9
Antecedentes de la Investigación.....	9
Autocuidados durante la Gestación.....	11
Cuidados del cuerpo	12
Descanso y relax.....	12
Buena nutrición	13
Riesgos	14
Control prenatal.....	15
Bienestar Emocional	16
Situación económica:	18
Instrucción educativa.....	19
Programa de nutrición del Ministerio de Salud Publica.....	20
Objetivos del Programa de Nutrición a Embarazadas	20
Estrategias del Programa	21
MARCO LEGAL	22
VARIABLES	25
Población	28
Plan de tabulación y análisis de datos.....	28
CAPITULO IV.....	30
ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	30
CONCLUSIONES	41
RECOMENDACIÓN.....	42

Bibliografía	43
ANEXOS	45

INDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 EDAD DE LA GESTANTE:.....	30
GRÁFICO 2 ESTADO CIVI	31
GRÁFICO 3 GRADO DE INSTRUCCIÓN	32
GRÁFICO 4 TRABAJA.....	33
GRÁFICO 5 AFECTAN AL EMBARAZO LAS PRENDAS AJUSTADAS.....	34
GRÁFICO 6 ACTIVIDAD FISICA DURANTE LA GESTACIÓN	35
GRÁFICO 7 CONOCIMEINTO DE LAS MADRES SOBRE EFECTOS NOCIVOS DEL ALCOHOL Y TABACO DURANTE EL EMBARAZO	36
GRÁFICO 8 IMPORTANCIA DEL CONTROL PRENATAL.....	37
GRÁFICO 9 MEDIOS DE COMUNICACIÓN POR LOS QUE RECIBIERON CONOCIMIENTO DE LOS CUIDADOS DURANTE EL EMBARAZO	38
GRÁFICO 10 CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONTROL Y VACUNAS.....	39
GRÁFICO 11 CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONSUMO DE PROTEINAS DURANTE EL EMBARAZO	40

ÍNDICE DE CUADROS

CUADRO 1 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	25
CUADRO 2 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	26

RESUMEN

Introducción: Dentro del territorio ecuatoriano se ha podido conocer que aproximadamente 300.000 mujeres se embarazan, pero no todas reciben los cuidados o controles que ameritan su estado. El tema del presente estudio es: Conocimiento de las gestantes en autocuidados que deben tener durante su periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016. El objetivo general fue Identificar los conocimientos de las gestantes en los autocuidados durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz. La población estuvo conformada por 123 pacientes gestantes Se trató de un estudio descriptivo. Los Instrumentos que se utilizaron para el estudio fueron las encuestas. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: Las características demográficas y socioeconómicas son las siguientes: de 22 años. La edad es el factor de conducta con mayor responsabilidad aunque muchas no sean así. Merece mayor atención el grupo menor de 17 años. El 34% es soltera/o, lo cual significa que tiene toda la responsabilidad sobre su estado y su neonato. En cuanto a la actitud sobre los autocuidados, el 76% reconoce que necesita información, a pesar que el 66% indicó no sentirse bien con su embarazo, El 83 % se muestra receptiva ante la información, hacen preguntas sobre el tema demostrando interés en mejorar sus conocimientos. Se concluye que el 50% de las gestantes no tiene los conocimientos apropiados sobre autocuidados lo cual afecta y pone en riesgo la salud del feto o el nacimiento saludable del neonato.

Palabras claves: Gestantes, autocuidados, periodo prenatal, Riesgos, bienestar, nutrición.

ABSTRACT

Introduction: Within the Ecuadorian territory has been known that approximately 300,000 women get pregnant, but not all receive care or controls that deserve their status. The subject of this study is: Knowledge of pregnant women in self-care that should have during prenatal period in Area Outpatient Hospital Dr. Jose Cevallos Ruiz Canton Yaguachi during the months of October 2015 to February 2016. The overall objective it was. Identify the knowledge of pregnant women in self-care. Prenatally in Area Outpatient Hospital Dr. Jose Cevallos Ruiz. The population consisted of 123 patients were treated pregnant a descriptive study. The. Instruments used for the study were surveys. The results obtained were as follows: The demographic and socioeconomic characteristics are: he is 22 years. Age is factor most responsible behavior but many are not. Deserves more attention the smaller group of 17 years. 34% is single / o, which means you have full responsibility for their state and their newborn. As for the attitude of self- care, 76% recognizes that it needs information, although 66% said not feel good about their pregnancy, 83% is receptive to the information, ask questions about showing interest in improving their knowledge. It is concluded that 50% of pregnant women have no appropriate knowledge about self-care which affects and endangers the health of the fetus or newborn healthy birth.

Keywords:

Keywords: Pregnant women, self-care, prenatal period, Risks, welfare, nutrition.

INTRODUCCIÓN

Fuentes estadísticas de la organización de la salud revelan que diariamente y a nivel mundial mueren 800 mujeres por problemas relacionados al embarazo, y señalan además que el 99% de las muertes corresponden a países en desarrollo. Otro punto sobresaliente que revela la OMS es que las mujeres jóvenes son las que más complicaciones tienen durante el embarazo y desenlazan en muerte de la gestante y de su producto.

Cada día mueren unas 800 mujeres por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y parto. Un 99% de la mortalidad materna corresponde a los países en desarrollo. (OMS., 2014)

Estas cifras indican que una mujer en estado de gestación muere en cada minuto por causas relacionadas a su estado. En cuanto a los países latinoamericanos las cifras que se se tienen son del 29% entre 20 y 24 años y 14% entre 15 y 19%. América Latina, es de 29% para mujeres de 20 a 24 años y de 14% para damas de entre 15 y 19 años. Es también notable que las altas cifras solo comprenda a los países en despegue, ya que los países desarrollados apenas las tasas alcanzan al 1%.

En el Ecuador la situación es también preocupante, la UNFPA indica que el 2010 la tasa de mortalidad fue de 110 mujeres por 100 mil nacimientos de niños. La INEC, indicó que en el 2011, de 7.698000 de mujeres en el país.

27.036 mujeres murieron por complicaciones durante el estado de gestación, de la tasa de fallecimiento ocupó el décimo segundo lugar. En el 2013 las cifras de fallecimientos de mujeres en estado de gestación llegó a 289.000 que representa el 2.72%. INEC según (Hora, 2012)

Dentro del análisis de las cifras se pudo evidenciar que las tasas más

altas son de las regiones rurales, lo cual indica que es problema de comunicación o dificultades para la atención profesional. Las tasas de fallecimientos pueden ser disminuidas siempre y cuando se tomen medidas, las cuales deben estar relacionadas con los conocimientos sobre el autocuidado que las gestantes deben de tener durante su período de gestación, para que cuiden su salud, manteniendo un estilo de vida que contribuya a brindarles seguridad en su estado y a la salud de su bebé.

Para una mejor comprensión de este estudio ha sido dividido en los siguientes capítulos:

Capítulo I: Planteamiento del problema, los objetivos y la justificación del mismo.

Capítulo II: Referencias conceptuales sobre el tema.

Capítulo III: Comprende el análisis de los resultados obtenidos, las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

Planteamiento del Problema

El presente tema de investigación está caracterizado dentro de la problemática de atención primaria de salud. El Programa de las Naciones Unidas informa que la muerte materna ha sido reducida pero en ciertos países ya que en otros la tasa de mortalidad sigue alta,

Dentro del territorio ecuatoriano se ha podido conocer que aproximadamente 300 000 mujeres se embarazan, pero lamentablemente no todas reciben los cuidados o controles que ameritan su estado, y no se debe a la falta de disponibilidad de las Unidades médicas, sino más bien por descuido de las embarazadas, quienes consideran que con las recomendaciones de las amigas o conocidas es suficiente. Lo expuesto tiene su fundamento en unos datos obtenidos de MSP que señala que entre 1999-2004 solamente el 57.5% de las embarazadas cumplieron con las normas que indican que durante el periodo de gestación debe realizarse mínimo 5 controles prenatales.

El Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruíz, pertenece al Área de Salud N°32 y brinda servicios relacionados con la salud a la población del cantón Ya guachi y sectores aledaños. Al lugar asisten un promedio de 200 pacientes mensuales, pero no lo hacen con la secuencia exigida en su caso, sino más bien cuando desean o porque sienten una gran molestia, demostrando una despreocupación por su estado y por la de la vida que están gestando. Muchas de ellas continúan con su ritmo de vida previo al embarazo, trasnochan, fuman y beben, es decir, que su estado de embarazo no tiene ninguna importancia para ellas.

Los conocimientos sobre autocuidados son fundamentales y estos deben enfocarse en la calidad de vida que deben tener durante este

periodo, los alimentos que deben de ingerir y lo que no deben de hacer porque afectaría la salud del bebé y la de ellas mismas. El desconocimiento del autocuidado en la mujer embarazada, da como consecuencia patologías graves como hipertensión en el embarazo (%) en América Latina (%) y Ecuador (%) anemia, diabetes gestacional, parto pre término. La Unidad de salud a través de profesionales en este caso enfermería debemos tener programa de educación continuo al usuario, y otros para brindarles a las futuras madres los conocimientos básicos sobre el autocuidado.

Por tanto necesitan la promoción de charlas que tengan el propósito de dar toda esta información. Pero es el caso que en la Unidad Hospitalaria no se encuentra ningún afiche sobre la importancia de los cuidados en el embarazo o algo parecido. Los alimentos básicos que deben de ingerir y las conductas que afectan a la salud propia y a la del producto en gestación. Ante tales situaciones, cabe plantearse la siguiente interrogante:

La falta de conocimiento sobre los autocuidados que tienen las gestantes durante el periodo prenatal es una de las causas de muerte dentro del periodo de gestación y afecta más a las mujeres jóvenes, porque este desconocimiento no les permite llevar medidas de control de la salud, no cumplen con dietas, ni con el nivel proteico que durante su estado requieren. Este es un problema que puede ser atendido, por tanto compete al personal de la salud y al personal de enfermería proporcionar los conocimientos para disminuir y controlar los índices de fallecimientos de mujeres durante el estado de gestación.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los conocimientos de las gestantes en el autocuidado durante el período prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi. Durante los meses de Octubre del 2015 a Febrero del 2016.

¿Cuál es la información que debe proporcionar el personal de enfermería de la Unidad?

¿Cuáles son las consecuencias de la falta de autocuidados para la gestante y el producto en gestación.

JUSTIFICACIÓN

Posiblemente el 80% de las muertes de mujeres por falta de conocimientos en los autocuidados durante el periodo prenatal, pueden evitarse, si se difundieran medidas de prevención en todas las unidades de salud a través de sus funcionarios y personal que labora en la Unidad asistencial. Así mismo se evitaría el 50% de las muertes del feto. El 70% de las muertes del feto o del neonato se las puede evitar proporcionando a la madre conocimientos de los cuidados prenatales. Por tanto esta situación se convierte en un problema de salud pública en el cual deben de participar todas las unidades de salud del Estado (Pública, 2012)

La atención de esta problemática a más de la responsabilidad de las Unidades de Salud, tienen competencia todos los que laboran en el área de salud, son las personas que en forma directa y de diferentes formas pueden ayudar a que la situación sea controlada y disminuir los índices evidenciados; se justifica así, la elaboración de este trabajo investigativo, con el fin de poner en conocimiento un problema que posiblemente no se le ha dado la importancia que requiere, pero siempre hay tiempo para atender un problema que relacionado con la salud (García, 2008)

Se considera que los resultados serán trascendentales no solo para el personal de enfermería sino para todos los que cumplen funciones dentro del área de la salud, por las aristas que desde aquí se lo expone. Además que se hace un llamado a quienes cumplen sus funciones en el área de enfermería para que se descubran como educadoras, y contribuyan en este problema que no es económico sino, una situación cultural y de falta de interés y cuidados a su propia persona (Warner, 2007)

No se predicen limitaciones al respecto, porque se ha evidenciado un interés por la investigación, no solo de parte de las Autoridades de la Unidad Hospitalaria, sino de todo el personal relacionado con la salud, y ofrecen toda

la ayuda necesaria para la realización de este trabajo investigativo. Los resultados serán relevantes porque pondrán en claro que los conocimientos relacionados con la salud son importantes y por ello obligatorios porque redundan satisfactoriamente en la salud de los pacientes y a la Institución que cumple con su función de “servicios de salud”

Por tanto queda plenamente justificado el desarrollo de este trabajo investigativo cuyo propósito es atender una problemática que tiene mucha relación con la salud pública y con los conocimientos que deben de tener la gestantes en el periodo prenatal, siendo en ello necesario la participación del conglomerado de enfermería como parte de su adoctrinamiento, que es el educativo. La investigación es desde todo punto viable por contar con los recursos financieros necesarios para el desarrollo de la investigación en la medida en que está diseñado.

Objetivos

Objetivo general

- Identificar los conocimientos de las gestantes en el autocuidado durante el periodo prenatal en el área de consulta externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi. durante los meses de octubre del 2015 a febrero del 2016.

Objetivo específico

- Describir el conocimiento de las embarazadas en consumo de alcohol y tabaco.
- Identificar a través de qué media la embarazada adquirió conocimientos sobre el autocuidado.
- Determinar el conocimiento de las gestantes en la alimentación durante el periodo de gestación.
- Determinar el conocimiento de las gestantes con respecto a la ropa que debe utilizar.
- Describir el nivel de instrucción de las gestantes

CAPÍTULO II

MARCO CONCEPTUAL

Antecedentes de la Investigación

Muchos problemas de salud pueden evitarse o controlarse si se tiene conocimientos sobre autocuidados y se los practica, esto ha inquietado a muchos investigadores, los cuales dicen que al realizar un estudio sobre el tema conocimientos y cuidados, se refiere a la importancia del cuidado que debe tener la mujer en estado de gestación.

Existen consecuencias que aseguran que hay una falta de observancia del rol del personal de la salud en cuanto a la enseñanza que debe darse a la mujer sobre el autocuidado que debería tener en el estado de gestación ya que es un tema que debería darse continuamente, es necesario programar charlas educativas, porque una gestante debe tener los conocimientos provistos por el personal competente ya que se trata de vidas humanas, y la salud y la calidad de vida de un bebe depende de los conocimientos del autocuidado de la gestante.

En estudios realizados detallan y notifican sobre el tema de un programa de educación para la salud dirigida exclusivamente a las gestantes de bajo nivel cultural y por consiguiente a las gestantes que presentan muchas necesidades económicas. (González L., 2006)

Todo programa planteado tiene como objetivo ayudar a estas mujeres en el autocuidado en el periodo de gestación con el fin de cuidar al producto para evitar riesgos en su alumbramiento.

El autocuidado en la mujer gestante es importante ya que eso depende la vida del niño que está por venir, por esa razón

la mujer gestante debe tener conocimientos claros para el desarrollo de su producto, y si no lo tuviere debería asistir a periodos determinados asistiendo a consultas externas para un control prenatal y a la vez a una asesoría sobre el autocuidado de la misma. (González L., 2006)

En un estudio detallado sobre el tema “Educación para una buena salud”. El objetivo de esta investigación era saber qué tanto de los conocimientos que proporciona el personal de enfermería sobre el autocuidado que deberían tener las gestantes que llegan a las consultas se dieron a notar que las medidas higiénicas y la alimentación en su estado de gestación no tenían la mayor orientación sobre la higiene personal y sobre su nutrición materna, notándose que las enfermeras no cumplían con su rol de trabajo respectivamente.

Esto hace que el autocuidado de las mujeres gestantes se vea desfavorable por falta de conocimientos y por consiguiente el producto que viene en camino corra riesgos de salir con múltiples complicaciones de salud. (Yépez L & C., 2008).

La gestación es el estado en que la mujer se encuentra embarazada, otro nombre que se le da a este estado es el de gravidez, y se lo define como el momento en que el óvulo es fecundado por el espermatozoide (Palomero & Vega., 2010).

Comprende el tiempo entre implantación del cigoto en el útero, es decir la fecundación del óvulo por el espermatozoide hasta el momento de que la gestante tenga su producto es donde finaliza en el momento del nacimiento del nuevo ser, en el momento en que la mujer está en estado de gestación esperara es 40 semanas, tiempo del proceso del desarrollo del embrión, inicialmente y feto después, en el útero de la gestante (Rovati,

2015).

Toda mujer gestante debe conservar autocuidados para que, en el momento del alumbramiento no haya riesgos tanto a la gestante como al bebé. Esta compromiso es de la gestante pero, es acompañada por parte del personal de enfermería y de salud ya que debe proporcionarle los conocimientos sobre autocuidados durante este etapa (Rovati, 2015).

Autocuidados durante la Gestación

El estado de salud de la mujer en la etapa de gestación debe ser una armonía entre ella, el entorno en que vive y en el que se desenvuelve, para alcanzar un óptimo bienestar integral durante su estado de gestación (Plus, 2011).

Una mujer gestante durante el tiempo determinado que corresponde a un embarazo a término debe tener responsabilidades en todos los aspectos como es la salud, tranquilidad emocional, subsistencia económica, ya que de esto dependerá que su bebe no corra el riesgo de tener complicaciones, y a la vez la gestante de en el momento de parto o alumbramiento no corra riesgo de sufrir inconvenientes de salud.

El autocuidado de la mujer gestante quiere decir que debe acudir a consultas médicas, cuidados personales, para esto existe información en centros de salud, donde existen programas por parte del personal de enfermería que se encarga de dictar, a través de charlas, talleres, y trípticos donde se encuentra la información necesaria como nutrirse, como llevar el periodo de control la gestante, y muchas recomendaciones ya que de esto dependerá que la vida de ambos este en óptimas condiciones de salud (Morell B. & I., 2007)

El autocuidado es necesario durante el periodo de la gestación, en el

momento del nacimiento del bebé y durante los días que corresponden al puerperio, para lo cual requiere de una información o conocimientos programados la cual será proporcionada gradualmente por el médico que la atiende, La mujer en estado de gravidez aprenderá a realizar las siguientes acciones:

Consultas médicas:

Se deberá realizar un debido control del periodo del embarazo, si se presentara algún inconveniente sería inmediatamente observada y corregida por el médico que la atiende y así se realizara un alumbramiento sin problemas. Es así como se organizara las siguientes citas médicas durante 4 semanas, de ahí a las 28 semanas luego acudirá al médico cada 2 semanas.

Cuidados del cuerpo

El cuerpo en la gestante necesita su debido cuidado sus hormonas trabajan mucho más que lo normal es por eso que afectan el cabello, los dientes, y la piel, por lo tanto se recomienda no exponerse al sol, y aplicar cremas para las estrías

Descanso y relax

En el descanso y relax las gestantes deben ejercitar por lo menos de 15 a 20 minutos día a día para que así disminuya el estrés y ejercite los músculos para que en el momento del parto esto ayude al control de los dolores durante el evento de la parida. Se recomienda dejar hábitos que no estén correctos por la salud del bebé y por lo tanto se evitara los riesgos que se pueden suscitar en el momento del parto.

Los alimentos perjudiciales pueden ser el tabaco, café, drogas, o

medicinas que no hayan sido escritos por el médico. es necesario pensar que todo lo que ingiera se transmite a través de la placenta, y por consiguiente pueden causar que el producto tenga dificultades como nacer prematuro y con carencias como es el bajo peso (MSP., 2014)

Es necesario considerar que la gestante no realice ejercicios fuertes a menos que el médico se lo recomiende el médico, los hidromasajes y bañarse en aguas calientes no es recomendable.

Buena nutrición

La nutrición es necesaria en una mujer gestante ya que la alimentación tanto para ella y el niño son necesarios y de gran importancia para tener un buen desarrollo el nuevo ser, por esta razón una mujer en estado de gestación tiene que alimentarse debidamente. En el autocuidado de la mujer la alimentación es uno de los requisitos para un buen desarrollo del bebe. Una mujer no puede descuidar su alimentación en su estado de gestación, porque las consecuencias serían graves, él bebe tendría riesgos de nacer prematuro, y de bajo peso (MSP., 2014)

Una de las recomendaciones es olvidarse de las dietas de adelgazamiento si las estuviera realizando, no comer excesivamente para no subir de peso, ya que subir de peso tendría consecuencias como el no tener un parto normal y derivarla a una cesárea, por lo tanto debe tener una dieta equilibrada .

Las mujeres embarazadas en su mayoría deben y necesitan aumentar las proteínas como es el huevos, pescados, pollos, carne, y productos lácteos, vitaminas como el ácido fólico para aumentar los glóbulos rojos y la formación del musculo esquelético del bebe, minerales como es el hierro también muchas calorías para la energía aumentar a la madre en estado de gestación .la alimentación debe ser bastante nutritiva y equilibrada.

Es necesario saber que la comida chatarra no es aconsejable ya que al bebe no lo va a beneficiar por lo tanto la madre deberá pensar que tiene que alimentarse correctamente por tener una vida en su vientre, que deberá traerlo al mundo sano sin complicaciones de salud.

Líquidos:

En el estado de gestación el agua es uno de los elementos de gran importancia ya que el beber este líquido vital aumenta el volumen sanguíneo y su organismo se sentirá hemodinamicamente en óptimas condiciones, sin dejar de mencionar que el agua ayuda a la mujer en estado de gestación a evitar el estreñimiento y también a mantener la piel hidratada por lo tanto se debe de beber mucha agua para evitar contratiempos.

Riesgos

Toda mujer en estado de gestación debe tener bien claro la importancia del autocuidado y se informe de los múltiples riesgos que se expone, los riesgos de aborto serán menores después del primer trimestre para esto el médico debe indicar los signos y síntomas que pueden presentarse y acudir Inmediatamente a una casa de salud.

A continuación signos y síntomas de los riesgos que puede tener una mujer en estado de gestación:

- Cefalea persistente
- Mareo, vómitos
- Visión borrosa o alterada
- Temperatura elevada
- Escalofríos
- Dolor al orinar

Si hubiere de la misma forma signos y síntomas antes del parto y de la fecha programada la mujer en estado de gestación recibirá atención

urgente en situaciones como:

- Contracciones uterinas
- Dolor en la parte inferior posterior de la espalda.
- Presión en la ingle o en los muslos
- Flujo vaginal
- Secreción sanguínea vaginal.

Los riesgos en las mujeres en estado de gestación implica otros factores que ponen en peligro la vida del nuevo ser , como es el alcohol ni poca ni en exceso ya que el alcohol provoca anomalías congénitas como es dañar su cerebro o salir con alguna deformación, por lo tanto se recomienda no beber alcohol.

Si toma café debe de eliminar este producto también perjudica al niño ya que el incremento induce al aborto, por lo tanto si lo toma debe dejarlo por lo menos hasta que él bebe nazca.

Otros de los riesgos es evitar tener contacto con el excremento del gato ya que esto perjudicaría con tener un parto prematuro, retraso en el crecimiento, la visión es deficiente, y problemas cerebrales.

Por lo tanto se debe evitar tener contacto o simplemente no tener gatos en la casa.

No auto medicarse es otro riesgo ya que no sabe si el medicamento puede tener efectos colaterales tanto para la madre como para el niño , si estuviera tomando medicamentos suspender y acudir al médico para un buen asesoramiento así evitara consecuencias graves que perjudicaría tanto a la madre como al feto.

Control prenatal

En el autocuidado de la mujer gestante está en el control prenatal esto incluye lo que es las vacunas cuando se está seguro del estado de gravidez se vacunaran para proteger a su bebe de enfermedades infecciosas, para vacunarse debe de estar segura de que vacuna deben colocarse para evitar complicaciones, durante el tiempo suficiente que el nazca y se coloque sus vacunas correspondientes.

Se recomienda vacunarse contra la influenza para evitar gripes esta vacuna la protegerá 1 año luego en campañas buscara vacunarse nuevamente incluido el niño ya que para eses entonces él bebe nacerá.

La vacuna de VPH se recomienda colocarse hasta los 26 años ya que esta inmunización ayudara a prevenir un cáncer uterino.

Las mujeres que llegaran a contraer el virus del VPH y estén en estado de gestación deberán tener un control estricto realizándose un Papanicolaou antes de su alumbramiento y el médico le indicara que no podrá tener su bebe con parto normal si no por cesárea para que el niño no contraiga infecciones severas.

Otras de las vacunas es la antitetánica se colocara la primera dosis en el momento de informarse de su estado de gestación la vacuna, luego la segunda dosis a los 6 meses, en caso de tener hijos anteriormente se colocara una sola dosis a los 6 meses ya que están protegidas durante 10 años la dosis de los 6 meses es un refuerzo.

Bienestar Emocional

El estado o bienestar emocional en una mujer gestante es de vital importancia ya que de esto dependerá su progreso de tranquilidad en el momento del parto, durante el periodo de gestación y después del parto se presentaran situaciones emocionales que no son provechosas para ella y el niño por lo tanto deben evitar toda evento negativo.

Las emociones negativas afectan al bebé al igual que los sentimientos, lo cual es compartido a través de las endorfinas.

“Las endorfinas son neurotransmisores opiáceos” se asocian al estado anímico de las personas, cuando es alto, la persona es alegre, y demuestra mucha energía, pero cuando es bajo todo lo contrario demuestra depresión o tristeza”. (Ene Life, 2010)

La mujer embarazada debe estar de buen humor, optimista, alegre de un estado de ánimo óptimo. De no ser así se debe mejorar y cuestionarse para poder cambiar su estado de humor porque así no afectara al bebe. Es necesario que la mujer gestante sepa que debe descansar porque una mujer en estado de gravidez se irrita, su carácter se altera y lo contrario a esto puede que manifieste depresión.

Se recomienda dormir suficiente, el organismo ha hecho un cambio en el momento que un nuevo ser está implantado en vientre de una mujer y por lo tanto el cuerpo está trabajando, a medida que pasa el tiempo el vientre crecerá y habrá inconvenientes de postura para descansar.

Para que una mujer en estado de gestación descansa su cuerpo correctamente una buena la postura aconsejable es, acostarse de lado flexionando las rodillas, esto le ayuda a que la función cardiaca este trabajando a un ritmo normal, si no hubiera un ritmo cardiaco en los parámetros normales el peso del bebé le comprimiría las venas y arterias dificultando la circulación sanguínea hacia las extremidades.

Esta postura aconsejada ejerce beneficio en la prevención de várices, la aparición de hemorroides o la hinchazón en las extremidades inferiores.

La mujer embarazada debe rodearse de personas que respeten sus decisiones y la respalden. Hay momentos en que la mujer embarazada se vuelve susceptible y siente deseos de llorar, se aconseja que debe hacerlo, el estado de gravidez hace que la mujer se sienta frágil, en ocasiones desean estar solas se debe respetar sus decisión, debe disfrutar ese espacio ya que es su deseo. Las sustancias tóxicas que afecten su propia salud y la del bebe debe evitarse, debe alejarse de lugares donde exista gente fumando tabaco, contaminación en general.

El estado emocional en una mujer embarazada debe ser cuidado porque de ella depende que él bebe no sufra consecuencias como el sale deprimido.

En el trabajo, en el hogar en el lugar que se encuentre su espacio es importante para sentirse independientemente para una mejor condición emocional. Por lo tanto hay que tomar muy en cuenta que la mujer en estado de gestación necesita mucha comprensión.

Los cambios en su cuerpo de la mujer embarazada es extraordinario ella se verá realizada como madre en el momento que la mujer comience a sentir que y ser vivo en su vientre es parte de ella y por lo tanto se sentirá feliz, y únicamente demostrará la ilusión del momento de tener a su bebé en sus brazos. No se preocupará por las estrías, ni sobrepeso, ni por su figura, aceptará los cambios físicos y emocionales con mucho agrado en el periodo posterior al alumbramiento.

Se recomienda si ya tiene hijos no cargarlos para asegurar la salud de la espalda, la cual podría lesionarse por el peso que levante sin la técnica apropiada.

Situación económica:

La situación económica en una mujer embarazada es importante porque de ella depende una buena alimentación, un buen control de salud, y es

más dejar a un lado las preocupaciones de como solventar sus gastos durante y después del parto.

El sustento económico en una mujer en estado de gestación resulta significativo porque cuando no hay dinero, no podrá estar tranquila ya que tiene que estar en chequeos prenatales, alimentación correcta, y un estado emocional cognitivo óptimo.

Vivir en viviendas con reajuste de ingresos, inclusive en la más completa pobreza hace que la gestante no tenga un buen bienestar durante su embarazo y corra el riesgo que pierda su bebe. Es necesario programar o más bien planificar un embarazo.

Instrucción educativa

La instrucción académica tiene que ver con mujeres gestantes que tienen conflictos emocionales, económicos ya que se generalmente se presentan los embarazos en adolescentes que todavía no alcanzan la madurez dejan sus estudios para ser madres en temprana edad , ellas carecen de información para tener un buen desarrollo embrionario , no acuden a los controles prenatales, no tienen una la alimentación asesorada por un médico que las ayude a llevar un estricto control por lo menos en sus primeros tres meses de embarazo.

La instrucción educativa es de gran importancia porque de esto depende que la mujer esté completamente informada sobre los cambios que existen durante el periodo de embarazo, cambios que serán favorables tanto para la madre como para el producto.

Toda mujer embarazada debe estar consciente de que un ser que lleva en su vientre necesita alimentarse correctamente, dormir, asistir a controles prenatales, esto incluye charlas educativas, talleres que en centros de salud se programan para ayudar a las mujeres gestantes de niveles

económicos bajos.

La prontitud sexual prematura junto con varios aspectos educacionales suelen ocasionar, que los adolescentes salgan embarazadas; debido a los problemas que presentan los hogares disfuncionales, y estas mujeres dejan sus estudios para convertirse en madres a temprana edad.

Vale recalcar que las mujeres gestantes tanto adolescentes o mujeres con mucha mayor edad no tienen la suficiente educación por no haber tenido la oportunidad de estudiar y no tener suficientes conocimientos para estar preparada para tener un buen autocuidado en su proceso de gestación.

Por lo tanto ese nuevo ser tendrá un desarrollo con dificultades de salud.

Programa de nutrición del Ministerio de Salud Publica

En el año 2000 pensando en los grupos vulnerables y más aún en la mujer embarazada y en su producto se diseñó estrategias contenidas dentro del PANN.- Programa de Atención a la Mujer Embarazada con desnutrición, y desde allí se viene realizando actividades de atención y garantizar el desarrollo del embarazo y del neonato.

Una mujer con que no recibe la atención adecuada sufre ella y su niño que al ser afectado por la desnutrición puede nacer antes de término, con bajo y sufrir problemas por el resto de su vida. A través del Programa se cumple con su derecho a ser atendido desde su concepción.

Objetivos del Programa de Nutrición a Embarazadas

Garantizar una adecuada nutrición en el período del embarazo:

- Se atiende a la mujer hasta que salga del problema crítico de desnutrición.

- Atender las deficiencias nutricionales
- Disminuir riesgos congénitos
- Atender el desarrollo sin complicaciones del feto.

Estrategias del Programa

A través de la valoración a la embarazada se determina sus necesidades nutricionales o si está dentro de los parámetros normales y que no hayan riesgos en su momento del parto. Se hace comparaciones de los controles Si se identifica necesidad nutricional todas las acciones serán dirigidas hacia lograr los niveles adecuados nutricionales. (MSP., 2014)

Actividades

Para lograr un bebe sano se realizarán las actividades anotadas:

1. Nutrición de la madre gestante
2. Atención durante el amamantamiento.
3. Necesidades en tiempo de gestación
4. Se provee micronutrientes
5. Asesoría

Normas y Protocolos

En el proceso de atención se cumple el protocolo siguiente:

Identificación de signos y síntomas de peligro

- Se identifican signos de peligro
- Estabilización de la paciente
- Registro de datos
- Se le informa el estado.
- Atención a la embarazada
- Acciones:
- Atención integral sin discriminación y con respeto a su cultura

- Historia clínica

MARCO LEGAL

CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR

Cap. II Sección 7. Salud

Art. 32. La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional”. (Ecuador., 2008)

Capítulo tercero

Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria

Art. 35, Define las personas y grupos de atención prioritaria y establece que la responsabilidad del ámbito público y privado de garantizar una atención prioritaria y especializada. El Estado prestará especial protección a las personas en doble condición de vulnerabilidad. Con respecto a estos grupos en varios articulados menciona sus derechos en salud. Incorpora artículos importantes en cuanto a los Derechos Sexuales y Reproductivos. (Capítulo Sexto “Derechos de Libertad”) Sección cuarta (Ecuador., 2008)

Mujeres embarazadas

Art. 43.- El Estado garantizará a las mujeres embarazadas y en periodo de lactancia los derechos a:

1. No ser discriminadas por su embarazo en los ámbitos educativo, social y laboral.
2. La gratuidad de los servicios de salud materna.
3. La protección prioritaria y cuidado de su salud integral y de su vida durante el embarazo, parto y posparto.
4. Disponer de las facilidades necesarias para su recuperación después del embarazo y durante el periodo de lactancia.

Art. 46.- El Estado adoptará, entre otras, las siguientes medidas que aseguren a las niñas, niños y adolescentes:

1. Atención a menores de seis años, que garantice su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos.

Art. 66. Se reconoce y garantizará a las personas: El derecho a tomar decisiones libres, informadas, voluntarias y responsables sobre su sexualidad, y su vida y orientación sexual. El Estado promoverá el acceso a los medios necesarios para que estas decisiones se den en condiciones seguras

Art. 361. Señala que el Estado ejercerá la rectoría del sistema a través de la autoridad sanitaria nacional, será responsable de formular la política nacional de salud, y normará, regulará y controlará todas las actividades relacionadas con la salud, así como el funcionamiento de las entidades del sector y en el Art. 363 las responsabilidades del Estado para garantizar el ejercicio del derecho a la salud.

La actual Constitución también promueve la participación de la comunidad en todos ámbitos y se constituye como el Quinto Poder del Estado, Art. 95, 208

(Ecuador., 2008)

TÍTULO VII Régimen del Buen Vivir / Sección Segunda / Salud Art. 363.- El Estado será responsable de:

Formular políticas públicas que garanticen la promoción, prevención, curación, rehabilitación y atención integral en salud y fomentar prácticas saludables en los ámbitos familiar, laboral y comunitario.

Universalizar la atención en salud, mejorar permanentemente la calidad y ampliar la cobertura.

Fortalecer los servicios estatales de salud, incorporar el talento humano y proporcionar la infraestructura física y el equipamiento a las instituciones públicas de salud.

Garantizar las prácticas de salud ancestral y alternativa mediante el reconocimiento, respeto y promoción del uso de sus conocimientos, medicinas e instrumentos.

Brindar cuidado especializado a los grupos de atención prioritaria establecidos en la Constitución.

Asegurar acciones y servicios de salud sexual y de salud reproductiva, y garantizar la salud integral y la vida de las mujeres, en especial durante el embarazo, parto y postparto.

Garantizar la disponibilidad y acceso a medicamentos de calidad, seguros y eficaces, regular su comercialización y promover la producción nacional y la utilización de medicamentos genéricos que respondan a las necesidades epidemiológicas de la población. En el acceso a medicamentos, los intereses de la salud pública prevalecerán sobre los económicos y comerciales. Promover el desarrollo integral del personal de salud.

VARIABLES

**CUADRO 1
OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**

Variable	Definición	Dimensión	Indicadores	Escala
Conocimiento de las gestantes en el autocuidado	Autocuidados: Proporcionarse cuidados a sí mismo, cuidar su estado de salud y condiciones óptimas a su desarrollo.	Conocimientos Sobre la alimentación	Desayuno: Huevos, leche, pan queso, bolón jugos Agua aromática o café y pan No desayuna Otros	Es importante consumir No es importante Desconozco
			Carne, verduras, mariscos, arroz, legumbres, frutas Sopa y arroz Comida chatarra: salchipapa, hamburguesas, otros A veces no almuerza	Es importante consumir No es importante Desconozco
		Conocimientos de prendas y actividades	Carnes, verduras, mariscos, arroz, legumbres, frutas Arroz y menestra Comida chatarra: salchipapas, hamburguesas y otros No merienda	Es importante consumir No es importante Desconozco
			Complicaciones por prendas ajustadas	Recomendable No recomendable Desconozco
			Caminar Gimnasia Tareas en el hogar Mínimo esfuerzo	Es necesario No es necesario desconozco
		Conocimientos sobre control	Malformaciones por efectos del tabaco y consumo de alcohol	Si causan daño en la formación del bebé No causan daño al bebe Desconozco

Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

CUADRO 2

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

<p>Gestantes Mujeres que se encuentra en estado de gestación, y que requiere cuidados especiales reconocidos por la constitución por tener en su ser una vida a quien el Estado le garantiza su derecho a la vida.</p>			Si No Desconozco
	El control prenatal es necesario		Si No Desconozco
	Radio – TV Centro de salud Comunidad Unidad educativa Familiares		Si no Si no Si no Si no
	Prenatal		Si 1 a 2 3 a 4 5 - más de 5 no
	Vacunas :toxoide tetánico		Es necesaria No es necesaria Desconozco
	Edad		Menos de 17 18 a 22 23 a 27 28 a 32 Más de 33
	Estado civil		Soltera Casada Unión de hecho Unión libre

			Analfabeta Elemental Primaria Secundaria incompleta Secundaria completa Universitaria Otros
--	--	--	---

Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

CAPITULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

Población

El universo de este estudio estará integrado por 123 pacientes gestantes que fueron atendidas en el Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi – Provincia del Guayas.

Tipo de Estudio: Descriptivo.

La presente investigación es un estudio descriptivo, transversal cuantitativo, nuestro interés fue conocer el nivel de conocimientos de las gestantes sobre los autocuidados durante el periodo prenatal.

Procedimiento para la recolección de datos.

El procedimiento que seguimos en el desarrollo del presente trabajo investigativo fue:

- Presentación y aprobación del tema de investigación.
- Con la autorización de las Autorización de la institución iniciamos el desarrollo de nuestro trabajo de investigación
- El trabajo investigativo realizado fue de campo.

Plan de tabulación y análisis de datos.

Los datos fueron procesados en el programa de Microsoft Excel, Elaboración de gráficos estadísticos y análisis de los mismos.

Selección de Instrumentos

Instrumentos de recolección de datos fueron: Encuesta con 22 preguntas con alternativa de respuestas tres opciones.

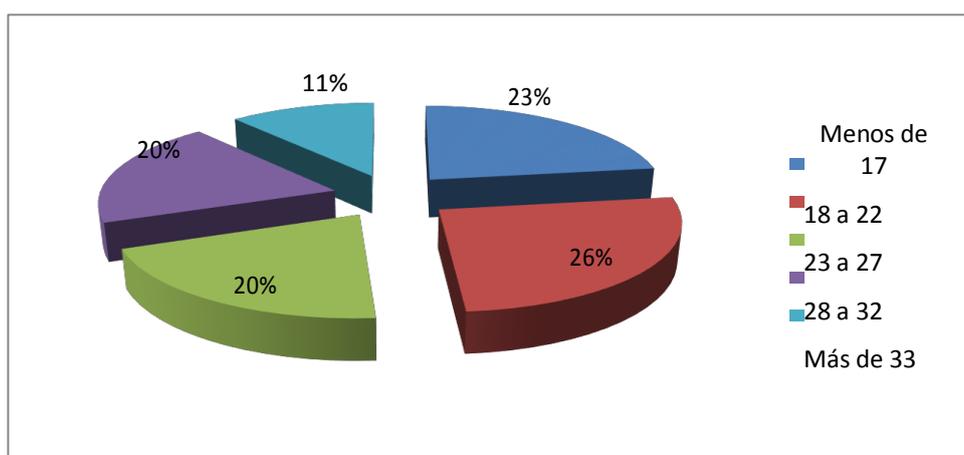
CAPITULO IV

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A LAS PACIENTES EMBARAZADAS DEL HOSPITAL DR. JOSE CEVALLOS RUIZ-YAGUACHI

4.1 IDENTIFICACIÓN:

GRÁFICO 1 EDAD DE LA GESTANTE:



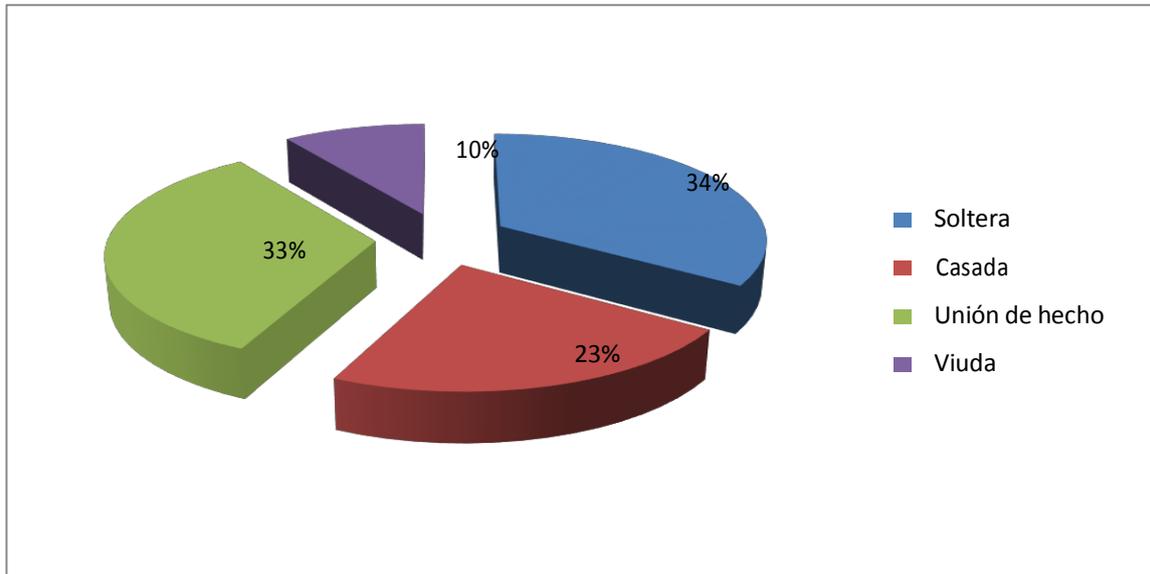
Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

Ante las respuestas de los resultados sobre la edad se conoció que: el 26% está en la edad de 18 a 22 años, el 23% tiene menos de 17 años, el 20% tiene entre 28 a 32 años y el 20% entre 23 a 27 años; el 11% tiene más de 33 años. Estos datos reflejan que la población en estudio se encuentra agrupada por rango de edades en forma proporcional, de igual forma se observa los grupos con porcentajes un poco más alto corresponden a las mujeres, jóvenes y adolescentes que enfrentan embarazo y que de no ser apropiados los conocimientos afectaría el desarrollo del feto.

4.2 ESTADO CIVIL:

GRÁFICO 2 ESTADO CIVIL



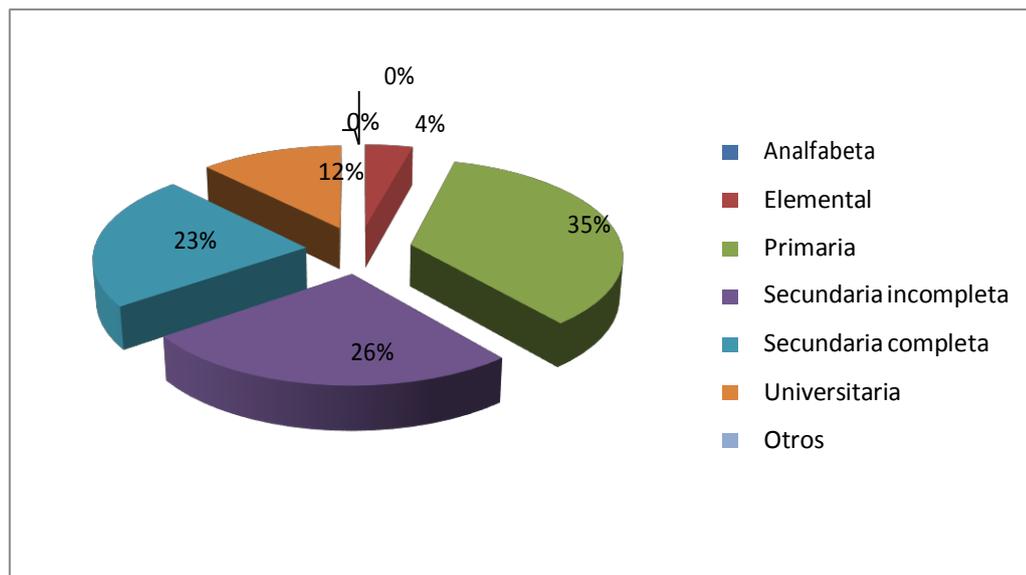
Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

De los resultados se pudo conocer que el 34% es soltera, el 33% unión de hecho y el 23% casada; en tanto que el 10% corresponde al estado civil viuda. Es alarmante el grupo de solteras que enfrentan el estado de embarazo, lo cual afecta el aspecto psicológico-emocional, al no tener con quien compartir la evolución y desarrollo del ser que está por nacer.

4.3 GRADO DE INSTRUCCIÓN:

GRÁFICO 3 GRADO DE INSTRUCCIÓN



Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

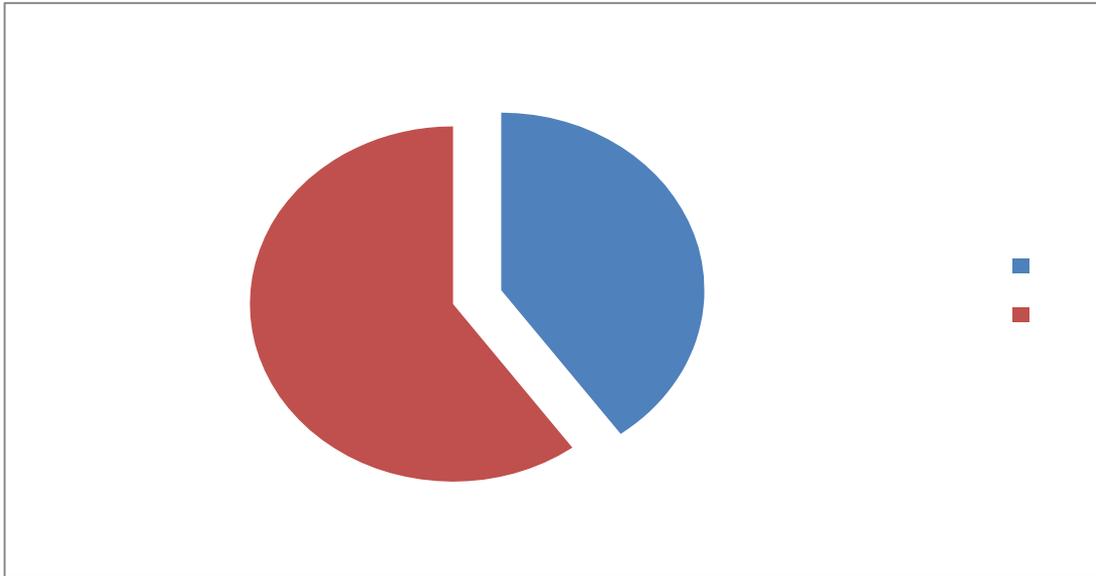
Análisis:

Al analizar el grado de instrucción de las encuestadas es: 35% primaria; 26% secundaria incompleta; 23% secundaria completa; 12% universitaria; el 4% elemental. Se puede observar que hay un alto porcentaje con un nivel de educación bajo, lo cual podría ser un problema en cuanto al desarrollo económico social.

SITUACIÓN ECONÓMICA

4.4 TRABAJA:

GRÁFICO 4 TRABAJA



Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi

Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

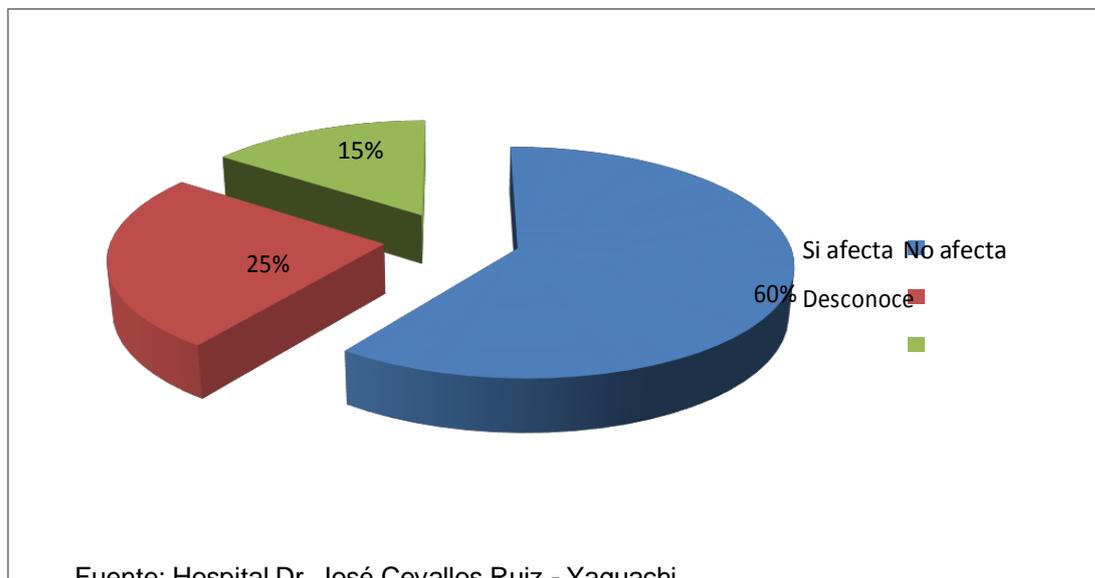
Análisis:

Al consultar a las encuestadas respondieron: el 40% si trabaja; frente al 60% que indicó No trabaja. De estos resultados se establece que la población en estudio, que la mayoría no tiene responsabilidades económicas, por tanto los ingresos van a ser bajos, y esto influye para el control del embarazo.

CONOCIMIENTOS: SOBRE CUIDADOS EN EL EMBARAZO

4.5 AFECTAN AL EMBARAZO LAS PRENDAS AJUSTADAS

GRÁFICO 5 AFECTAN AL EMBARAZO LAS PRENDAS AJUSTADAS



Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi

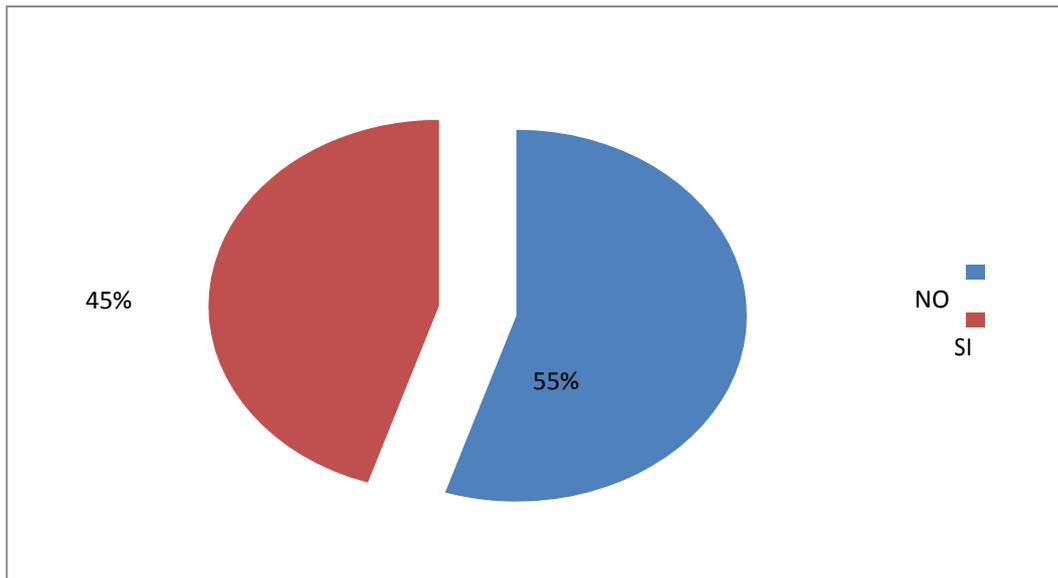
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

Se les consultó si afectaba al embarazo las prendas ajustadas, obteniéndose las siguientes respuestas: El 60% tiene conocimiento que las prendas ajustadas, si afectan, pero es preocupante que un 25% manifiesta que no, y un 15% manifiestan que desconocen. Esto indica que la falta de conocimientos o la poca información que reciben durante su embarazo no es el adecuado.

4.6 ACTIVIDAD FISICA DURANTE LA GESTACION

GRÁFICO 6 ACTIVIDAD FISICA DURANTE LA GESTACION



Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

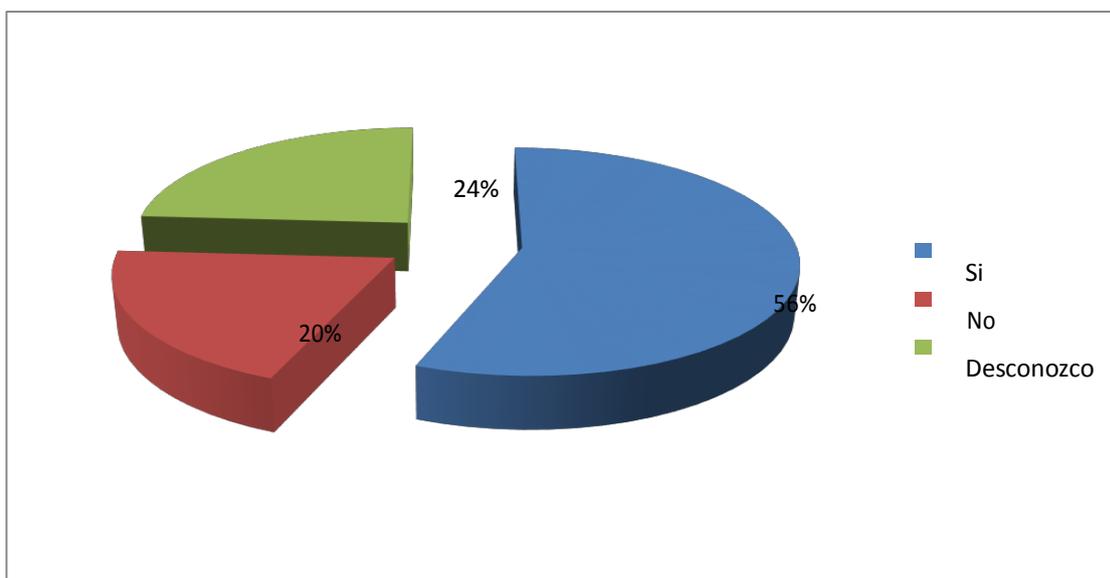
Análisis:

Se les consultó a las encuestadas si los ejercicios durante la gestación son favorables. El 55% indicó NO, el 45% indicó que SI. Resulta preocupante ya que si una mujer en su periodo de embarazo no tiene actividad física corre el riesgo de acumular grasa, lo que es nocivo para su salud y la del futuro bebé.

4.7 CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE EFECTOS NOCIVOS DEL ALCOHOL Y TABACO DURANTE EL EMBARAZO

Gráfico N°7

GRÁFICO 7 CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE EFECTOS NOCIVOS DEL ALCOHOL Y TABACO DURANTE EL EMBARAZO



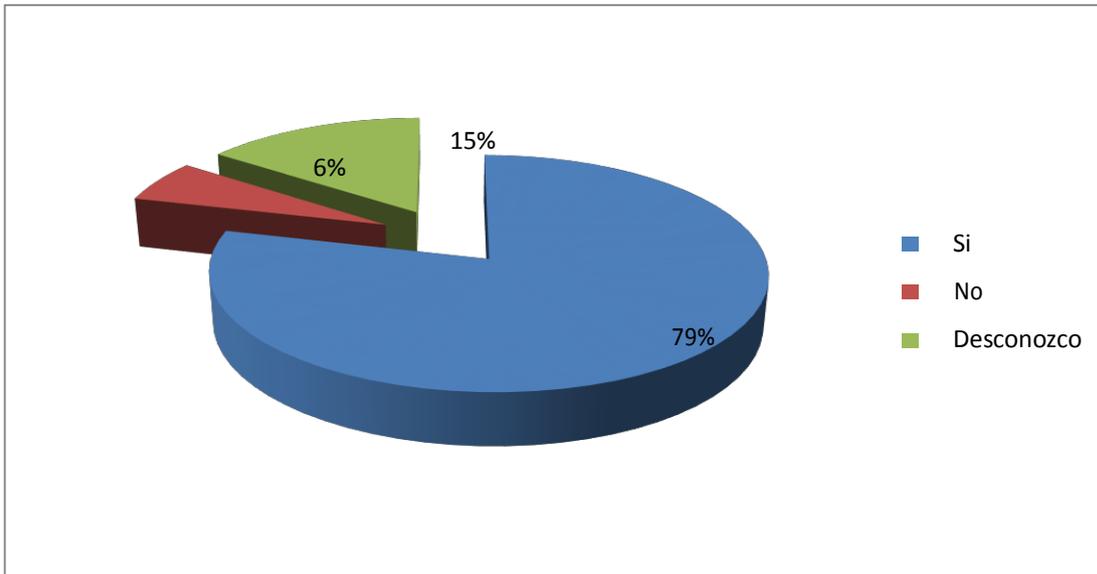
Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

El 56% señaló que puede manifestar malformaciones en el embarazo como consecuencia del consumo de tabaco y alcohol. El 24% desconozco y el 20% NO. La mayor parte las gestantes conocen los riesgos que causan este tipo de prácticas, mientras que es alarmante con embarazadas que desconocen y las que no conocen sobre los daños que causan el alcohol y el tabaco.

4.8 IMPORTANCIA DEL CONTROL PRENATAL

GRÁFICO 8 IMPORTANCIA DEL CONTROL PRENATAL



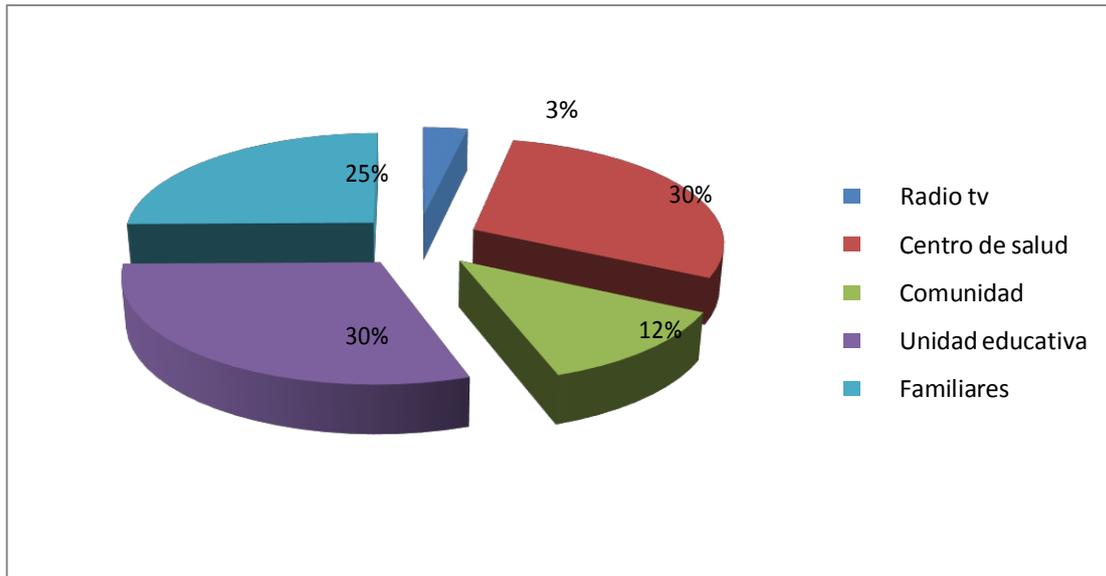
Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

Las encuestadas señalaron en el 79% que era útil el control prenatal; 15% indicó desconocen y el 6% NO. Lo cual resulta preocupante para el sector de salud, ya que una madre que no tiene atención médica controlada no se le podría detectar problemas a tiempo a diferencia que si se detectara a tiempo se les podría dar un tratamiento oportuno.

4.9 MEDIOS DE COMUNICACIÓN POR LOS QUE RECIBIERON CONOCIMIENTO DE LOS CUIDADOS DURANTE EL EMBARAZO

GRÁFICO 9 MEDIOS DE COMUNICACIÓN POR LOS QUE RECIBIERON CONOCIMIENTO DE LOS CUIDADOS DURANTE EL EMBARAZO



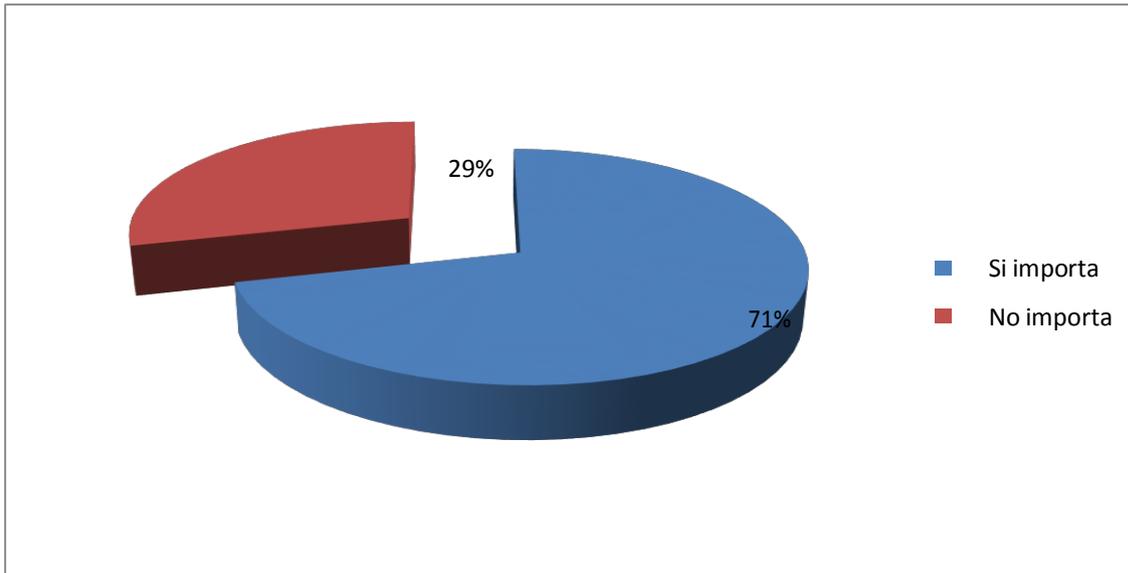
Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

Al consultar sobre por qué medio o personas conocían los cuidados que se deben tener durante el embarazo, señalaron: 30% Unidades Educativas, 30% Centro de Salud, 25% familiares, el 12% comunidad y el 3% radio-TV. Los resultados evidencian que la importancia del trabajo de la Unidades de Salud, y que se debe de mejorar la información a fin de incrementar ese porcentaje.

4.10 CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONTROL Y VACUNAS

GRÁFICO 10 CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONTROL Y VACUNAS



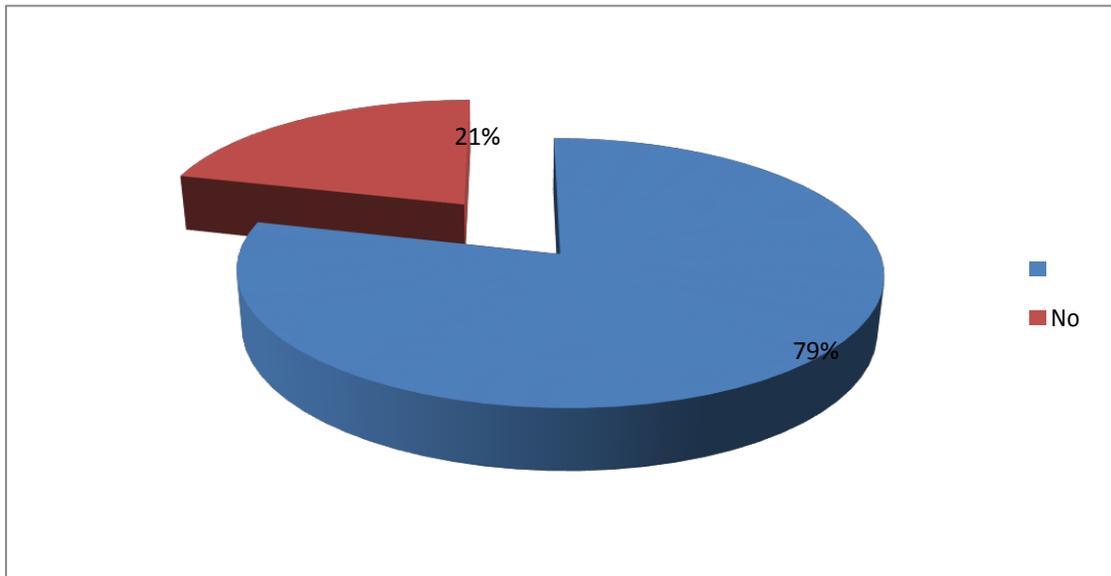
Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

Al consultarles si se realizaban los controles periódicamente señalaron: 71% si, 29% no. Las vacunas protegen tanto a la gestante como al feto en su salud. Es importante ya que la mayoría de las embarazadas asisten a sus controles y saben la importancia de las vacunas para la prevención de enfermedades durante su embarazo.

4.11 CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONSUMO DE PROTEINAS DURANTE EL EMBARAZO

GRÁFICO 11 CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONSUMO DE PROTEINAS DURANTE EL EMBARAZO



Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi
Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda

Análisis:

Se les consultó sobre la importancia de la proteína las respuestas fueron: 79% si, 21% no. Las gestantes en un alto porcentaje conocen la importancia de la proteína durante el periodo de gestación lo cual es importante al desarrollo del producto en gestación y evitar complicaciones durante el mismo.

CONCLUSIONES

Luego de haber realizado nuestro trabajo concluimos que las adolescentes que acuden al Hospital de Yaguachi Si tienen conocimiento en su mayoría del autocuidado en el periodo de embarazo: Las edades de embarazo fluctúan en solteras, en su mayoría no cuentan con un trabajo.

Con respecto a la alimentación durante el embarazo si conocen cual es la alimentación adecuada.

Consumo de alcohol y tabaco conocen que es dañino para la salud y afecta al feto.

Actividades y ejercicios, la mayoría prefiere no realizar ejercicios físicos, lo que resulta preocupante ya que si una mujer en su periodo de embarazo no tiene actividad física, corre el riesgo de acumular grasa, lo que es nocivo para su salud y la del futuro bebé.

Control prenatal lo consideran importante durante el proceso del embarazo aunque un porcentaje manifestó que no le importaba, lo cual es preocupante para el sector de salud ya que una madre que no tiene atención médica controlada no se podría detectar problemas a tiempo a diferencia que al identificarlos a tiempo se les podría darle un tratamiento oportuno.

Consideraron que la vestimenta debe ser apropiada durante el embarazo.

RECOMENDACIÓN

Aunque los resultados fueron satisfactorios, quedo que un 20% de embarazadas desconocían los criterios necesarios para un embarazo saludable, por tanto se recomienda.

A la comunidad, Carrera de la salud, y las Instituciones de salud: La educación permanente de las embarazadas.

La prensa y la televisión también podrían ayudar a través de propagandas.

Las Instituciones de salud a través del equipo deben gestionar programas de educación continua a las embarazadas.

Organizar talleres en las instituciones de salud, que incentiven a las madres a tener una mejor alimentación.

Retomar el programa que tuvo éxito en décadas pasadas el “El club de madres embarazadas”. Donde las madres aprenden hasta el cuidado del niño, se emiten experiencias positivas y negativas que ayudan a las embarazadas.

Bibliografía

- Aguilar, D. (2012). Obtenido de <http://instituciones.msp.gob.ec/somossalud/index.php/renovando-el-ministerio/126-que-es-el-modelo-de-atencion-integral-de-salud>
- Calle, S., & (2013)., B. M. (2013). dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4907/1/ENF186.pdf.
- Ecuador., C. P. (2008). *Asamblea*. Obtenido de http://www.derecho-ambiental.org/Derecho/Legislacion/Constitucion_Asamblea_Ecuador_1.html
- Elisa Cando, J. C. (2014). <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20905/1/Tesis.pdf>.
- Elsevier, S. (2011). *MedlinePlus*. <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007196.htm>.
- Ene Life, P. (28 de Mayo de 2010). *Manual del Residente en Psiquiatría*. Obtenido de Universidad de Oviedo: www.unioviado.es/.../TOMO%20%20Residente%20en%20Psiquiatria.pdf
- Enfermería, A. d. (2012). Obtenido de <http://ambitoenfermeria.galeon.com/dorothea.html>
- Esimer. (2012). Obtenido de <http://www.esimer.com/blog/tag/gestacion/>
- García, C. (2008). *La verdad de lo que se dice del embarazo y el cuidado del bebé'*. Madrid: Larousse.
- González L., B. J. (2006). *Programa de educación para la salud*. . Carabobo.
- Hora, L. (26 de Noviemvre de 2012). *27.036 mujeres murieron el año pasado*. Recuperado el 2016 de Mayo de 27, de La Hora lo que necesitas saber: <http://lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101428118#.V0iEJXZ5Gko>
- Morell B., J., & I., B. d. (Junio de 2007). *Guía de actividades preventivas y promoción de la salud en la infancia y adolescencia*. Recuperado el 27 de Mayo de 2016, de 11: http://www.spapex.es/psi/guia_actividades_preventivas_inf_adol.pdf
- MSP. (2012). <http://www.minsa.gob.pe/portal/Servicios/SuSaludEsPrimero/MAIS/mas.asp>.
- MSP. (2014). Obtenido de www.msp.gob.ec
- MSP. (2014). *Ministerio de Salud Pública*. . Obtenido de <http://www.inclusion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/11/GUIA-1-MADRE-EMBARAZADA-Y-LACTANCIA.pdf>.
- Olmos, L. (2015). Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/9490/1/LAURA>.
- OMS. (s.f.). 2012. Obtenido de <http://www.who.int/topics/depression/es/>.
- OMS. (2014). <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/es/>.
- ONU. (2012). <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/es/>.
- Orem, D. (2013). *Prezi.com*. <https://prezi.com/hgoente2sugx/dorothea-elizabeth-orem/>.
- Palomero, & Vega., J. (2010). *Lecciones de Embriología; Ma. Vasquez; J. Rodriguez*. Universidad de Oviedo.
- Plus, M. (2011). *Índice de masa corporal*. Obtenido de Medline Plus: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007196.htm>
- Poma, M., & Quevedo., L. (2013). [file:///C:/Users/Lcda.%20Diana%20Zambrano/Downloads/ENF177%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Lcda.%20Diana%20Zambrano/Downloads/ENF177%20(2).pdf).
- Pública, M. d. (12 de Diciembre de 2012). *Manual del Modelo de Atención Integral de Salud-MAIS*. Recuperado el 27 de Mayo de 2016, de

- http://instituciones.msp.gob.ec/somossalud/images/documentos/guia/Manual_M AIS-MSP12.12.12.pdf
- Rada, G. (2007). *Salud Pública y Epidemiología*.
<http://escuela.med.puc.cl/recursos/recepidem/introductorios2.htm> .
- Rovati. (1 de Mayo de 2015). *Embarazo semana a semana: de la concepción al nacimiento*.
Obtenido de <http://www.bebesymas.com/embarazo/embarazo-semana-a-semana-de-la-concepcion-al-nacimiento>
- Ruiz, P. (. (2010). <http://dspace.esoch.edu.ec/bitstream/123456789/1077/1/34T00207.pdf>.
- Scribd. (2013). *es.scribd*. Obtenido de es.scribd.com/doc/184968112/Los-Mcs-en-Ecuador
- UEB. (2007). *Universidad Estatal de Bolívar*. www.biblioteca.ueb.edu.ec:
<http://www.biblioteca.ueb.edu.ec/bitstream/15001/1513/3/TESIS%20M ARCO%20TEORICO.pdf>.
- Vera, J., & Romero., M. (2012). *Universidad Salesiana*. . Obtenido de
<http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/3633/1/UPS-GT000348.pdf>.
- Warner, E. (. (2007). *Su embarazo semana a seman*. Copyrhigted.
- Y, N. P., & M., C. S. (2010). Scielo.com. Obtenido de
http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412010000200004&script=sci_arttext.
- Yépez L, C. N., & C., & L. (2008). *Educación para la salud*. Anzoátegui.

ANEXOS



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL



Certificado No CQR-1497



www.ucsg.edu.ec
Apartado 09-01-4671
Teléfonos:
2206952 – 2200286
Ext. 1818 – 11817
Guayaquil-Ecuador

CE-672 -2015

Guayaquil, 25 de Febrero del 2016

**DOCTORA
ITA CAICEDO
DIRECTORA DEL HOSPITAL DE YAGUACHI**
En su despacho.-

De mis consideraciones:

La suscrita Directora de la Carrera de Enfermería "San Vicente de Paul" de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil, conocedora de su espíritu de colaboración en lo que a Docencia se refiere, se permite solicitar a Usted, la autorización para que las estudiantes, ARISTEGA MIRANDA PILAR Y ALCIVAR RODRIGUEZ MELINA quienes se encuentran realizando el trabajo de titulación con el tema "CONOCIMIENTO DE LAS GESTANTES EN LOS AUTOCUIDADOS QUE DEBEN TENER DURANTE SU PERIODO PRENATAL EN EL AREA DE CONSULTA EXTERNA DEL HOSPITAL DR. JOSE CEVALLOS RUIZ DEL CANTÓN YAGUACHI DISTRITO 09D21 DURANTE LOS MESES DE OCTUBRE 2015 A FEBRERO 2016" realicen la encuesta en la institución que Usted dirige.

Agradeciendo a la presente, aprovecho la oportunidad para reiterarle mis agradecimientos.

Atentamente

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
Carrera de Enfermería "San Vicente de Paul"

Lcda. Angela Mendoza Vines
Directora (e)

**Lcda. Angela Mendoza Vines
DIRECTORA (E)
CARRERA DE ENFERMERIA**

Cc: Archivo

AM/Fátima



Recebido
01/03/2016
9:29



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERIA
"SAN VICENTE DE PAUL"**

ENCUESTA REALIZADA A LAS GESTANTES QUE ACUDEN AL
AREA DE CONSULTA EXTERNA DEL HOSPITAL DR. JOSE
CEVALLOS RUIZ DEL CANTON YAGUACHI

Objetivo: Identificar los conocimientos de las gestantes en los
autocuidados que deben tener durante su periodo prenatal.

IDENTIFICACIÓN:

1.- Edad:

- a) Menos de 17
- b) 18 a 22
- c) 23 a 27
- d) 28 a 32
- e) Más de 33

2.- Estado Civil:

- a) Soltera
- b) Casada
- c) Unión de hecho
- d) Viuda

3.- Grado de Instrucción:

- a) Analfabeta
- b) Elemental
- c) Primaria
- d) Secundaria incompleta
- e) Secundaria completa
- f) Universitaria
- g) Otros

SITUACIÓN ECONÓMICA

4.- Trabaja:

- a) Si
- b) No

5.- INGRESOS FAMILIARES

- a) Menos de 100.00
- b) Entre \$100,00 a 200.00
- c) Entre 201 a 350
- d) Más 350.00

6.- TIENE APOYO FAMILIAR

- a) Si
- b) No

7.- PAGA ALQUILER

- a) Si
- b) No

CONOCIMIENTOS: SOBRE CUIDADOS EN EL EMBARAZO

8.- Afectan al embarazo las prendas ajustadas

- a) Si
- b) No

9.- Son favorables los ejercicios durante la gestación

- a) Si
- b) No
- c) Desconozco

10.- Beneficia una buena alimentación

- a) Si
- b) No
- c) Desconozco

11.- Pueden presentarse malformaciones en el embarazo por el consumo de tabaco y alcohol

- a) Si
- b) No
- c) Desconozco

12.- Es útil el control prenatal

- a) Si
- b) No
- c) Desconozco

13.- Porque medios o persona conoce los cuidados que debe tener durante el embarazo

- a) Radio tv
- b) Centro de salud
- c) Comunidad
- d) Unidad educativa
- e) Familiares

14.- Necesita información sobre autocuidados

- a) Si
- b) No

Actitud

15.- Su embarazo es planificado

- a) Si
- b) No

16.- Se siente bien con su embarazo

- a) Si
- b) No

PRACTICAS:

17.- Ejercicios que favorezcan el embarazo

- a) Caminar
- b) Gimnasia
- c) Respiratorios
- d) Otros
- e) Ninguno

HÁBITOS

18.- Durante el embarazo le gustan los siguientes alimentos: Comida chatarra, Cafeína en exceso, Consumo de alcohol, Consumo de tabaco,

- a) Si
- b) No
- c) Otros
- d) Ninguno

19.- Alimentos frecuentes en la dieta:

- a) Legumbres y frutas
- b) Carnes lácteos
- c) Pescado / mariscos
- d) Carbohidratos
- e) Otros

20.- En el desayuno, almuerzo o merienda ingiere: Huevos, leche, carnes, mariscos, verduras, frutas, otros

- a) Si
- b) No
- c) A veces

21.- Se realiza los controles periódicamente o cuando le indica el médico y con el control de vacunas

- a) Si
- b) No
- c) Incompleta

FOTOS



Fig.1.- Hospital donde realizamos nuestro trabajo de Titulación.



Fig.2.- Recolectando información en el hospital Dr. José Cevallos Ruiz.



Fig.3.- Recopilando información sobre el Conocimiento De Las Gestantes En El Autocuidado Durante El Periodo Prenatal.



Fig.4.- Realizando las encuestas sobre la alimentación de las gestantes.



Fig.5.- Encuestas a una de las gestantes.



Fig.6.- Encuestas a una de las gestantes.



Fig. 7.- Área de estadística del hospital “Dr. José Cevallos Ruiz”



Fig. 8.- Explicación sobre el debido autocuidado



Urkund Analysis Result

Analysed Document: tesis para imprimir2016.docx (D18358416)
Submitted: 2016-03-08 04:18:00
Submitted By: pilarcita24@hotmail.com.ar
Significance: 0 %

Sources included in the report:

Instances where selected sources appear:

0

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERIA SAN VICENTE DE PAUL

TEMA CONOCIMIENTO DE LAS GESTANTES EN EL AUTOCUIDADO DURANTE EL PERIODO
PRENATAL EN EL AREA DE CONSULTA EXTERNA DEL HOSPITAL DR. JOSE CEVALLOS RUIZ
DEL CANTON YAGUACHI DURANTE LOS MESES DE OCTUBRE 2015 A FEBRERO 2016.

Trabajo de Titulación previo a la Obtención del Título de LICENCIADA EN ENFERMERÍA
AUTORAS ALCÍVAR RODRÍGUEZ MELINA JOVITA ARISTEGA MIRANDA PILAR DEL CARMEN
Tutora Lcda. Muñoz

Roca Olga

Guayaquil, Ecuador 2016 UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD
DE MEDICINA CARRERA DE ENFERMERIA "SAN VICENTE DE PAUL"

CERTIFICACIÓN Certificamos que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por

Melina Jovita Alcívar Rodríguez y Pilar Del Carmen Aristega Miranda, como requerimiento parcial
para la obtención

del Título

de LICENCIADA EN ENFERMERIA. TUTORA _____ Lcda. Olga Muñoz, Mg.
DIRECTORA DE LA CARRERA _____

Lcda. ANGELA MENDOZA VINCES Mg DIRECTORA DE LA CARRERA

Guayaquil, a los 16 días del mes de Febrero del año 2016

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD

DE MEDICINA CARRERA DE ENFERMERIA "SAN VICENTE DE PAUL" DECLARACIÓN DE
RESPONSABILIDAD

Nosotras: MELINA JOVITA ALCÍVAR RODRÍGUEZ PILAR DEL CARMEN ARISTEGA MIRANDA
DECLARAMOS QUE: El Trabajo de Titulación: Conocimiento de las gestantes en los autocuidados
durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del
cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016,

previa

a la obtención del Título de Licenciada en Enfermería

ha sido desarrollado en base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de
terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se
incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría. En virtud de
esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico

del

Trabajo de Titulación referido. Guayaquil, a los 16 días del mes de Febrero del año 2016

AUTORAS _____ Melina Jovita Alcívar Rodríguez
_____ Pilar Del Carmen Aristega Miranda

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD DE MEDICINA CARRERA ENFERMERÍA "SAN VICENTE DE PAUL" AUTORIZACIÓN Nosotras: MELINA JOVITA ALCÍVAR RODRÍGUEZ PILAR DEL CARMEN ARISTEGA MIRANDA

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, la publicación en la biblioteca de la institución

del

Trabajo de Titulación:

Conocimiento de las

gestantes en los autocuidados durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016,

cuyo contenido, ideas y criterios son de nuestra exclusiva responsabilidad y total autoría. Guayaquil, a los 16 días del mes de Febrero del 2016

AUTORAS _____ Melina Jovita Alcívar Rodríguez
_____ Pilar Del Carmen Aristega Miranda

AGRADECIMIENTO A Dios todopoderoso, por brindarme, salud, vida y bienestar. Sin lo cual el logro de un sueño no se hubiese hecho realidad. Por ello es de vital importancia expresar mis agradecimientos A mis hijos GABRIELA, GISSEL, JONATHAN Y VALERIA VERA ALCIVAR. Por entender por qué no de mí presencia en todo momento a su lado, Los amo con toda mi vida. A mi esposo GEOVANNY VERA NAVARRETE, por brindarme su apoyo incondicional. Que dios lo bendiga siempre. A mi madre MARIANA RODRIGUEZ por su inmenso cariño y a todos aquellos que de una u otra forma tuvieron que ver con mi formación profesional. A mi directora de tesis, Lcda. OLGA MUÑOZ Msc por su dedicación ha logrado que pueda terminar la tesis con éxito. A la Universidad católica de Santiago de Guayaquil, quien me brindó la oportunidad de profesionalizarme y alcanzar el objetivo propuesto. A los profesores de la Universidad católica de Santiago de Guayaquil que conformaron el equipo docente, para transmitirme sus conocimientos con dedicación y entrega. Alcívar Rodríguez Melina Jovita

DEDICATORIA Dedico este trabajo a DIOS. Señor digno eres de recibir la gloria la honra y el poder; porque tú creaste todas las cosas, y por tu voluntad existen y fueron creadas. Y porque gracias a ti he logrado la victoria. A mi Esposo GEOVANNY VERA mis hijos GABRIELA, GISSEL, JONATHAN Y VALERIA VERA ALCIVAR pilares fundamentales en mi vida por su paciencia y comprensión al no estar a su lado día a día. A mi Madre MARIANA RODRIGUEZ Mis Hermanas (o) quienes en su silencio me mantiene en sus oraciones. A todos aquellos que de una u otra manera me brindaron su apoyo y confiaron en mí. A dos grandes amigas. Quienes han sido mis consejeras, y paños de lágrimas en los momentos difíciles que yo desfallecía por distintos malos momentos con sus consejos me empujaban a seguir hasta alcanzar el éxito. Ellas son LCDA. LUCILA, DELMA Alcívar Rodríguez Melina Jovita AGRADecimiento Agradezco a Dios y a la Virgen por ser quien guía y protege de mí, día a día. A mi Sra. Madre Julia Miranda

por ese apoyo incondicional y sobre todo por haberme sabido guiar en los duros senderos de la vida, en los cuales he podido forjar y cultivar dentro de mi uno de los mejores legados.

A mis hijas Andrea y Valeria quienes

entre sombra y claridad han podido interpretar el verdadero significado del sacrificio sobre todo amor y solidaridad, lo cual ha calado en lo más hondo de mi corazón.

A mi esposo Felipe quien ha sido la persona que en todo momento me ha brindado su apoyo, su confianza y

su comprensión. Su colaboración ha sido primordial para el cumplimiento y culminación de esta meta. De una manera muy especial agradezco a la Tutora y

a

mis lectores de tesis por haberme brindado desinteresadamente sus conocimientos y su tiempo que han sido de mucha utilidad para el desarrollo de este presente trabajo.

Aristega Miranda Pilar Del Carmen

DEDICATORIA Una vez cumplido el objetivo deseado dedico este trabajo a Dios por darme sabiduría, paciencia y fortaleza para poder concluir mis estudios. A mis amadas hijas por estar a mi lado en los momentos más difíciles de mi vida, por brindarme su amor, comprensión y apoyo incondicional para terminar con éxito mi carrera universitaria. Al personal de salud del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz, del cantón Yaguachi; esperando que esta investigación le sirva de utilidad como material de consulta. A los docentes de la Universidad Católica De Santiago De Guayaquil, quienes nos han motivado al brindarnos sus enseñanzas y experiencias, para que más tarde seamos un profesional integro. Aristega Miranda Pilar Del Carmen

INDICE CERTIFICACIÓN

ii DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD iii AUTORIZACIÓN iv AGRADECIMIENTO v DEDICATORIA vi AGRADECIMIENTO vii DEDICATORIA viii INDICE ix INDICE DE GRÁFICOS xi ÍNDICE DE CUADROS xii RESUMEN xiii ABSTRACT xiv INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO I 3 Planteamiento del Problema 3 JUSTIFICACIÓN 5 OBJETIVOS 7 Objetivo General 7 Objetivo Específico 7 CAPÍTULO II 8 MARCO CONCEPTUAL 8 Antecedentes de la Investigación 8 Autocuidados durante la Gestación 10 Cuidados del cuerpo 11 Descanso y relax 11 Buena nutrición: 11 Líquidos: 12 Riesgos 13 Programa de nutrición del Ministerio de Salud Pública 19 Objetivos del Programa de Nutrición a Embarazadas 19 Actividades 19 Identificación de signos y síntomas de peligro 20 VARIABLES 24 Operacionalización de las Variables 24 DISEÑO METODOLÓGICO 26 Población 26 Tipo de Estudio: Descriptivo. 26 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS 27 CONCLUSIONES 38 RECOMENDACIÓN 39 BIBLIOGRAFÍA 40

INDICE DE GRÁFICOS Gráfico N° 1 Edad 27 Gráfico N° 2 Estado civil 28 Gráfico N° 3 Grado de instrucción 29 Gráfico N° 4 Trabaja 30 Gráfico N° 5 Conocimientos sobre cómo afectan el embarazo las prendas ajustadas 31 Gráfico N° 6 Actividad física durante la gestación 32 Gráfico N° 7 Pueden presentarse malformaciones en el embarazo por el consumo de tabaco y alcohol 33 Gráfico N° 8 Importancia del control prenatal 34 Gráfico N° 9 Medios de comunicación por los que recibieron conocimiento de los cuidados durante el embarazo 35 Gráfico N° 10 Importancia del control y vacunas 36 Gráfico N° 11 Conocimiento de la importancia del consumo de proteínas. 37

ÍNDICE DE CUADROS Tema Cuadro N° 1 Operacionalización de las variables 24 Cuadro N° 2 Operacionalización de las variables 25 Cuadro N° 3 Operacionalización de las variables 26

RESUMEN Introducción: Dentro del territorio ecuatoriano se ha podido conocer que aproximadamente 300.000 mujeres se embarazan, pero no todas reciben los cuidados o controles que ameritan su estado. El tema del presente estudio es: Conocimiento de las gestantes en los autocuidados que deben tener durante su periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016. El objetivo general fue Identificar los conocimientos de las gestantes en los autocuidados durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz. La

población estuvo conformada por 123 pacientes gestantes. Se trató de un estudio descriptivo. Los Instrumentos que se utilizaron para el estudio fueron las encuestas. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: Las características demográficas y socioeconómicas son las siguientes: el es 22 años. La edad es factor de conducta con mayor responsabilidad aunque muchas no sean así. Merece mayor atención el grupo menor de 17 años. El 34% es soltera/o, lo cual significa que tiene toda la responsabilidad sobre su estado y su neonato. En cuanto a la actitud sobre los autocuidados, el 76% reconoce que necesita información, a pesar que el 66% indicó no sentirse bien con su embarazo, El 83 % se muestra receptiva ante la información, hacen preguntas sobre el tema demostrando interés en mejorar sus conocimientos. Se concluye que el 50% de las gestantes no tiene los conocimientos apropiados sobre autocuidados lo cual afecta y pone en riesgo la salud del feto o el nacimiento saludable del neonato. Palabras claves: Gestantes, autocuidados, periodo prenatal

ABSTRACT Introduction: Within the Ecuadorian territory has been known that approximately 300,000 women get pregnant, but not all receive care or controls that deserve their status. The subject of this study is: Knowledge of pregnant women in self-care that should have during prenatal period in Area Outpatient Hospital Dr. Jose Cevallos Ruiz Canton Yaguachi during the months of October 2015 to February 2016. The overall objective it was. Identify the knowledge of pregnant women in self-care. prenataly in Area Outpatient Hospital Dr. Jose Cevallos Ruiz. The population consisted of 123 patients were treated pregnant a descriptive study. The. Instruments used for the study were surveys. The results obtained were as follows: The demographic and socioeconomic characteristics are: he is 22 years. Age is factor most responsible behavior but many are not. Deserves more attention the smaller group of 17 years. 34% is single / o, which means you have full responsibility for their state and their newborn. As for the attitude of self-care, 76% recognizes that it needs information, although 66% said not feel good about their pregnancy, 83% is receptive to the information, ask questions about showing interest in improving their knowledge. It is concluded that 50% of pregnant women have no appropriate knowledge about self-care which affects and endangers the health of the fetus or newborn healthy birth. Keywords: Pregnant women, self-care, prenatal period **INTRODUCCIÓN** Fuentes estadísticas de la Organización Mundial de la Salud revelan que diariamente y a nivel mundial mueren 800 mujeres por problemas relacionados al embarazo, y señala además que el 99% de las muertes corresponde a países en desarrollo. Otro punto sobresaliente que revela la OMS es que las mujeres jóvenes son las que más complicaciones tienen durante el embarazo y desenlazan en muerte de la gestante y de su producto.

Cada día mueren unas 800 mujeres por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y el parto. Un 99% de la mortalidad materna corresponde a los países en desarrollo

CITATION OMS141 \ 3082 (OMS, 2014). Estas cifras indican que una mujer en estado de gestación muere en cada minuto por causas relacionadas a su estado. En cuanto a los países latinoamericanos las cifras que se se tienen son del 29% entre 20 y 24 años y 14% entre 15 y 19%. América Latina, es de 29% para mujeres de 20 a 24 años y de 14% para damas de entre 15 y 19 años. Es también notable que las altas cifras solo comprende a los países en despegue, ya que los países desarrollados apenas las tasas alcanzan al 1%. En el Ecuador la situación es también preocupante, la UNFPA indica que el el 2010 la tasa de mortalidad fue de 110 mujeres por 100 mil nacimientos de niños. La INEC, indicó que en el 2011, de 7.698000 de mujeres en el país 27.036 mujeres murieron por complicaciones durante el estado de gestación, de la tasa de fallecimiento ocupó el decimo segundo lugar. En el 2013 las cifras de fallecimientos de mujeres en estado de gestación llegó a 289.000 que representa el 2.72%. (INEC, 2012). Dentro del analisis de las cifras se pudo evidenciar que las tasas más altas son de las regiones rurales, lo cual indica que es problema de comunicación o dificultades para la atención profesional. Las tasas de fallecimientos pueden ser disminuidas siempre y cuando se tomen medidas, las cuales deben estar relacionadas con los conocimientos sobre los autocuidados que las gestantes deben de tener durante su periodo de gestación, para que cuiden su salud, manteniendo un estilo de vida que contribuya a brindarles seguridad en su estado y a la salud de su bebé. Para una mejor comprensión de este estudio ha sido dividido en los siguientes capítulos: Capítulo I: Planteamiento del problema, los objetivos y la

justificación del mismo. Capítulo II: Referencias conceptuales sobre el tema. Capítulo III: Comprende el análisis de los resultados obtenidos, las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I Planteamiento del Problema El presente tema de investigación está caracterizado dentro de la problemática de atención primaria de salud. El Programa de las Naciones Unidas informa que la muerte materna ha sido reducida pero en ciertos países ya que en otros la tasa de mortalidad sigue alta. Dentro del territorio ecuatoriano se ha podido conocer que aproximadamente 300.000 mujeres se embarazan, pero lamentablemente no todas reciben los cuidados o controles que ameritan su estado, y no se debe a la falta de disponibilidad de las Unidades médicas, sino más bien por descuido de las embarazadas, quienes consideran que con las recomendaciones de las amigas o conocidas es suficiente. Lo expuesto tiene su fundamento en unos datos obtenidos de MSP que señala que entre 1999-2004 solamente el 57.5% de las embarazadas cumplieron con las normas que indican que durante el periodo de gestación debe realizarse mínimo 5 controles prenatales El Hospital Básico Dr. José Cevallos Ruiz, pertenece al Área de Salud N°32 y brinda servicios relacionados con la salud a la población del cantón Yaguachi y sectores aledaños. Al lugar asisten un promedio de 200 pacientes mensuales, pero no lo hacen con la secuencia exigida en su caso, sino más bien cuando desean o porque sienten una gran molestia, demostrando una despreocupación por su estado y por la de la vida que están gestando. Muchas de ellas continúan con su ritmo de vida previo al embarazo, trasnochando, fuman y beben, es decir, que su estado de embarazo no tiene ninguna importancia para ellas. Los conocimientos sobre autocuidados son fundamentales y estos deben enfocarse en la calidad de vida que deben tener durante este periodo, los alimentos que deben ingerir y lo que no deben hacer porque afectaría la salud del bebé y la de ellas mismas. El desconocimiento del autocuidado en la mujer embarazada, da como consecuencia patologías graves como hipertensión en el embarazo (%) en América Latina (%) y Ecuador (%) anemia, diabetes gestacional, parto pre término. La Unidad de salud a través de profesionales en este caso enfermería debemos tener programa de educación continuo al usuario, y otros para brindarles a las futuras madres los conocimientos básicos sobre el autocuidado. Por tanto necesitan se la promoción de charlas que tengan el propósito de dar toda esta información. Pero es el caso que en la Unidad Hospitalaria no se encuentra ningún afiche sobre la importancia de los cuidados en el embarazo o algo parecido. Los alimentos básicos que deben ingerir y las conductas que afectan a la salud propia y a la del producto en gestación. Ante tales situaciones, cabe plantearse la siguiente interrogante: La falta de conocimiento sobre los autocuidados que tienen las gestantes durante el periodo prenatal es una de las causas de muerte dentro del periodo de gestación y afecta más a las mujeres jóvenes, porque este desconocimiento no les permite llevar medidas de control de la salud, no cumplen con dietas, ni con el nivel proteico que durante su estado requieren. Este es un problema que puede ser atendido, por tanto compete al personal de la salud y al personal de enfermería proporcionar los conocimientos para disminuir y controlar los índices de fallecimientos de mujeres durante el estado de gestación. Preguntas de Investigación ¿Cuáles son los conocimientos de las gestantes en los autocuidados durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi. Durante los meses de Octubre del 2015 a Febrero del 2016. ¿Cuál es la información que debe proporcionar el personal de enfermería de la Unidad? ¿Cuáles son las consecuencias de la falta de autocuidados para la gestante y el producto en gestación? JUSTIFICACIÓN Posiblemente el 80% de las muertes de mujeres por falta de conocimientos en los autocuidados durante el periodo prenatal, pueden evitarse, si se difundieran medidas de prevención en todas las unidades de salud a través de sus funcionarios y personal que labora en la Unidad asistencial. Así mismo se evitaría el 50% de las muertes del feto. El 70% de las muertes del feto o del neonato se las puede evitar proporcionando a la madre conocimientos de los cuidados prenatales. Por tanto esta situación se convierte en un problema de salud pública en el cual deben de participar todas las unidades de salud del Estado CITATION Nat08 \l 3082 (Sciences, 2008) La atención de esta problemática a más de la responsabilidad de las Unidades e Salud, tienen competencia todos los que laboran en el área de salud, son las personas que en forma directa y de diferentes formas pueden ayudar a que la situación sea controlada y disminuir los índices evidenciados; se justifica así, la elaboración de este trabajo investigativo, con el fin de poner en conocimiento un problema que posiblemente no se le ha

dado la importancia que requiere, pero siempre hay tiempo para atender un problema que relacionado con la salud CITATION Car08 \ 3082 (García, 2008) Se considera que los resultados serán trascendentales no solo para el personal de enfermería sino para todos los que cumplen funciones dentro del área de la salud, por las aristas que desde aquí se lo expone. Además que se hace un llamado a quienes cumplen sus funciones en el área de enfermería para que se descubran como educadoras, y contribuyan en este problema que no es económico sino, una situación cultural y de falta de interés y cuidados a su propia persona CITATION Eli07 \ 3082 (Warner, 2007) No se predicen limitaciones al respecto, porque se ha evidenciado un interés por la investigación, no solo de parte de las Autoridades de la Unidad Hospitalaria, sino de todo el personal relacionado con la salud, y ofrecen toda la ayuda necesaria para la realización de este trabajo investigativo. Los resultados serán relevantes porque pondrán en claro que los conocimientos relacionados con la salud son importantes y por ello obligatorios porque redundan satisfactoriamente en la salud de los pacientes y a la Institución que cumple con su función de "servicios de salud" CITATION Car09 \ 3082 (Carol Cooper, 2009) Por tanto queda plenamente justificado el desarrollo de este trabajo investigativo cuyo propósito es atender una problemática que tiene mucha relación con la salud pública y con los conocimientos que deben de tener la gestantes en el periodo prenatal, siendo en ello necesario la participación del conglomerado de enfermería como parte de su adoctrinamiento, que es el educativo. La investigación es desde todo punto viable por contar con los recursos financieros necesarios para el desarrollo de la investigación en la medida en que está diseñado.

OBJETIVOS Objetivo General • Identificar los conocimientos de las gestantes en el autocuidado durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del catón Yaguachi. Durante los meses de Octubre del 2015 a Febrero del 2016.

Objetivo Específico • Describir el conocimiento de las embarazadas en consumo de alcohol y tabaco.

- Identificar a través de que medios la embarazada adquirió conocimientos sobre el autocuidado.
- Determinar el conocimiento de las gestantes en la alimentación durante el periodo de gestación.
- Determinar el conocimiento de las gestantes con respecto a la ropa que debe utilizar.
- Describir el nivel de instrucción de las gestantes

CAPÍTULO II MARCO CONCEPTUAL Antecedentes de la Investigación Muchos problemas de salud pueden evitarse o controlarse si se tiene conocimientos sobre autocuidados y se los practica, esto ha inquietado a estudiosos como: Quevedo (2013), realiza un estudio sobre el tema conocimientos y Cuidados, refiere sobre la importancia del cuidado que debe tener la mujer en estado de gestación, cuyo objetivo es que el producto tenga una evolución exitosa y la gestante tenga el suficiente conocimiento sobre su estado en su periodo de gestación. CITATION Mir131 \ 3082 (Miriam Poma; Liliana Quevedo, 2013) Existen consecuencias que aseguran que hay una falta de observancia del rol del personal de la salud en cuanto a la enseñanza que debe darse a la mujer sobre el autocuidado que debería tener en el estado de gestación ya que es un tema que debería darse continuamente, es necesario programar charlas educativas, porque una gestante debe tener los conocimientos provistos por el personal competente ya que se trata de vidas humanas, y la salud y la calidad de vida de un bebe depende de los conocimientos del autocuidado de la gestante. González L, y Muñoz R. (2006) en estudios realizados detallan y notifican sobre el tema de un programa de educación para la salud dirigidas exclusivamente a las gestantes de bajo nivel cultural y por consiguiente a las gestantes que presentan muchas necesidades económicas. Todo programa planteado tiene como objetivo ayudar a estas mujeres en el autocuidado en el periodo de gestación con el fin de cuidar al producto para evitar riesgos en su alumbramiento. El autocuidado en la mujer gestante es importante ya que eso depende la vida del niño que está por venir, por esa razón la mujer gestante debe tener conocimientos claros para el desarrollo de su producto, y si no lo tuviere debería asistir a periodos determinados asistiendo a consultas externas

para un control prenatal y a la vez a una asesoría sobre el autocuidado de la misma. CITATION Gon06 \ 3082 (González L., Báez J., Muñoz R., 2006). Loreto C (2008) En un estudio detallado sobre el tema "Educación para una buena salud". El objetivo de esta investigación era saber qué tanto de los conocimientos que proporciona el personal de enfermería sobre el autocuidado que deberían tener las gestantes que llegan a las consultas se dieron a notar que las medidas higiénicas y la alimentación en su estado de gestación no tenían la mayor orientación sobre la higiene personal y sobre su nutrición materna, notándose que las enfermeras no cumplían con su rol de trabajo respectivamente CITATION Jen14 \ 3082 (Jennifer, 2014). Esto hace que el autocuidado de las mujeres gestantes se vea desfavorable por falta de conocimientos y por consiguiente el producto que viene en camino corra riesgos de salir con múltiples complicaciones de salud. CITATION Yép08 \ 3082 (Yépez L, Chacón N y Loreto C, 2008). La gestación es el estado en que la mujer se encuentra embarazada, otro nombre que se le da a este estado es el de gravidez, y se lo define como el momento en que el óvulo es fecundado por el espermatozoide CITATION GPa10 \ 3082 (G. Palomero; J.A. Vega, 2010). Comprende el tiempo entre implantación del cigoto en el útero, es decir la fecundación del óvulo por el espermatozoide hasta el momento de que la gestante tenga su producto es donde finaliza en el momento del nacimiento del nuevo ser, en el momento en que la mujer está en estado de gestación esperara es 40 semanas, tiempo del proceso del desarrollo del embrión, inicialmente y feto después, en el útero de la gestante CITATION DrU10 \ 3082 (Farnot, 2010).

Toda mujer gestante debe conservar autocuidados para que, en el momento del alumbramiento no hayan riesgos tanto a la gestante como a bebe. Esta compromiso es de la gestante pero, es acompañada por parte del personal de enfermería y de salud ya que debe proporcionarle los conocimientos sobre autocuidados durante este etapa CITATION Ele09 \ 3082 (Lamm, 2009). Autocuidados durante la Gestación El estado de salud de la mujer en la etapa de gestación debe ser una armonía entre ella, el entorno en que vive y en el que se desenvuelve, para alcanzar un óptimo bienestar integral durante su estado de gestación CITATION Sau111 \ 3082 (Saunders Elsevier, 2011). Una mujer gestante durante el tiempo determinado que corresponde a un embarazo a término debe tener responsabilidades en todos los aspectos como es la salud, tranquilidad emocional, subsistencia económica, ya que de esto dependerá que su bebe no corra el riesgo de tener complicaciones, y a la vez la gestante de en el momento de parto o alumbramiento no corra riesgo de sufrir inconvenientes de salud. El autocuidado de la mujer gestante quiere decir que debe acudir a consultas médicas, cuidados personales, para esto existe información en centros de salud, donde existen programas por parte del personal de enfermería que se encarga de dictar, a través de charlas, talleres, y trípticos donde se encuentra la información necesaria como nutrirse, como llevar el periodo de control la gestante, y muchas recomendaciones ya que de esto dependerá que la vida de ambos este en óptimas condiciones de salud CITATION Ann12 \ 3082 (Brown, 2012). El autocuidado es necesario durante el periodo de la gestación, en el momento del nacimiento del bebe y durante el los días que corresponden al puerperio, para lo cual requiere de una información o conocimientos programados la cual será proporcionada gradualmente por el médico que la atiende, La mujer en estado de gravidez aprenderá a realizar las siguientes acciones: Consultas médicas: Se deberá realizar un debido control del periodo del embarazo, si se presentara algún inconveniente sería inmediatamente observada y corregida por el médico que la atiende y así se realizara un alumbramiento sin problemas. Es así como se organizara las siguientes citas médicas durante 4 semanas, de ahí a las 28 semanas luego acudirá al médico cada 2 semanas. Cuidados del cuerpo El cuerpo en la gestante necesita su debido cuidado sus hormonas trabajan mucho más que lo normal es por eso que afectan el cabello, los dientes, y la piel, por lo tanto se recomienda no exponerse al sol, y aplicar cremas para las estrías Descanso y relax En el descanso y relax las gestantes deben ejercitar por lo menos de 15 a 20 minutos día a día para que así disminuya el estrés y ejercite los músculos para que en el momento del parto esto ayude al control de los dolores durante el evento de la parida. Se recomienda dejar hábitos que no estén correctos por la salud del bebe y por lo tanto se evitara los riesgos que se pueden suscitar en el momento del parto. Los alimentos perjudiciales pueden ser el tabaco, café, drogas, o medicinas que no hayan sido escritos por el médico.es necesario pensar que todo lo que ingiera se transmite

a través de la placenta, y por consiguiente pueden causar que el producto tenga dificultades como nacer prematuro y con carencias como es el bajo peso CITATION MSP14 \l 3082 (MSP, 2014) Es necesario considerar que la gestante no realice ejercicios fuertes a menos que el medico se lo recomiende el médico, los hidromasajes y bañarse en aguas calientes no es recomendable. Buena nutrición: La nutrición es necesaria en una mujer gestante ya que la alimentación tanto para ella y el niño son necesarios y de gran importancia para tener un buen desarrollo el nuevo ser, por esta razón una mujer en estado de gestación tiene que alimentarse debidamente. En el autocuidado de la mujer la alimentación es uno de los requisitos para un buen desarrollo del bebe. Una mujer no puede descuidar su alimentación en su estado de gestación, porque las consecuencias serían graves, él bebe tendría riesgos de nacer prematuro, y de bajo peso CITATION MSP14 \l 3082 (MSP, 2014). Una de las recomendaciones es olvidarse de las dietas de adelgazamiento si las estuviera realizando, no comer excesivamente para no subir de peso, ya que subir de peso tendría consecuencias como el no tener un parto normal y derivarla a una cesárea, por lo tanto debe tener una dieta equilibrada . Las mujeres embarazadas en su mayoría deben y necesitan aumentar las proteínas como es el huevos, pescados, pollos, carne, y productos lácteos, vitaminas como el ácido fólico para aumentar los glóbulos rojos y la formación del musculo esquelético del bebe, minerales como es el hierro también muchas calorías para la energía aumentar a la madre en estado de gestación .la alimentación debe ser bastante nutritiva y equilibrada. Es necesario saber que la comida chatarra no es aconsejable ya que al bebe no lo va a beneficiar por lo tanto la madre deberá pensar que tiene que alimentarse correctamente por tener una vida en su vientre, que deberá traerlo al mundo sano sin complicaciones de salud. Líquidos: En el estado de gestación el agua es uno de los elementos de gran importancia ya que el beber este líquido vital aumenta el volumen sanguíneo y su organismo se sentirá hemodinamicamente en óptimas condiciones, sin dejar de mencionar que el agua ayuda a la mujer en estado de gestación a evitar el estreñimiento y también a mantener la piel hidratada por lo tanto se bebe de beber mucha agua para evitar contratiempos. Riesgos Toda mujer en estado de gestación debe tener bien claro la importancia del autocuidado y se informe de los múltiples riesgos que se expone, los riesgos de aborto serán menores después del primer trimestre para esto el médico debe indicar los signos y síntomas que pueden presentarse y acudir inmediatamente a una casa de salud. A continuación signos y síntomas de los riesgos que puede tener una mujer en estado de gestación: • Cefalea persistente • Mareo, vómitos • Visión borrosa o alterada • Temperatura elevada • Escalofríos • Dolor al orinar Si hubiere de la misma forma signos y síntomas antes del parto y de la fecha programada la mujer en estado de gestación recibirá atención urgente en situaciones como: • Contracciones uterinas • Dolor en la parte inferior posterior de la espalda. • Presión en la ingle o en los muslos • Flujo vaginal • Secreción sanguínea vaginal. Los riesgos en las mujeres en estado de gestación implica otros factores que ponen en peligro la vida del nuevo ser , como es el alcohol ni poca ni en exceso ya que el alcohol provoca anomalías congénitas como es dañar su cerebro o salir con alguna deformación, por lo tanto se recomienda no beber alcohol. Si toma café debe de eliminar este producto también perjudica al niño ya que el incremento induce al aborto, por lo tanto si lo toma debe dejarlo por lo menos hasta que él bebe nazca. Otros de los riesgos es evitar tener contacto con el excremento del gato ya que esto perjudicaría con tener un parto prematuro, retraso en el crecimiento, la visión es deficiente, y problemas cerebrales. Por lo tanto se debe evitar tener contacto o simplemente no tener gatos en la casa. No auto medicarse es otro riesgo ya que no sabe si el medicamento puede tener efectos colaterales tanto para la madre como para el niño , si estuviera tomando medicamentos suspender y acudir al médico para un buen asesoramiento así evitara consecuencias graves que perjudicaría tanto a la madre como ala feto. Control prenatal En el autocuidado de la mujer gestante está en el control prenatal esto incluye lo que es las vacunas cuando se está seguro del estado de gravidez se vacunaran para proteger a su bebe de enfermedades infecciosas, para vacunarse debe de estar segura de que vacuna deben colocarse para evitar complicaciones, durante el tiempo suficiente que el nazca y se coloque sus vacunas correspondientes. Se recomienda vacunarse contra la influenza para evitar gripes esta vacuna la protegerá 1 año luego en campañas buscara vacunarse nuevamente incluido el niño ya que para esos entonces él bebe nacerá. La vacuna de VPH se recomienda colocarse hasta los 26 años ya que esta inmunización ayudara a prevenir un cáncer uterino. Las mujeres que llegaran a contraer el

virus del VPH y estén en estado de gestación deberán tener un control estricto realizándose un Papanicolaou antes de su alumbramiento y el médico le indicara que no podrá tener su bebe con parto normal si no por cesárea para que el niño no contraiga infecciones severas. Otras de las vacunas es la antitetánica se colocara la primera dosis en el momento de informarse de su estado de gestación la vacuna, luego la segunda dosis a los 6 meses, en caso de tener hijos anteriormente se colocara una sola dosis a los 6 meses ya que están protegidas durante 10 años la dosis de los 6 meses es un refuerzo. Bienestar Emocional El estado o bienestar emocional en una mujer gestante es de vital importancia ya que de esto dependerá su progreso de tranquilidad en el momento del parto, durante el periodo de gestación y después del parto se presentaran situaciones emocionales que no son provechosas para ella y el niño por lo tanto deben evitar toda evento negativo. Las emociones negativas afectan al bebé al igual que los sentimientos, lo cual es compartido a través de las endorfinas. "Las endorfinas son neurotransmisores opiáceos" CITATION Dav12 \l 3082 (Bañon, 2012), se asocian al estado anímico de las personas, cuando es alto, la persona es alegre, y demuestra mucha energía, pero cuando es bajo todo lo contrario demuestra depresión o tristeza. La mujer embarazada debe estar de buen humor, optimista, alegre de un estado de ánimo óptimo. De no ser así se debe mejorar y cuestionarse para poder cambiar su estado de humor porque así no afectara al bebe. Es necesario que la mujer gestante sepa que debe descansar porque una mujer en estado de gravidez se irrita, su carácter se altera y lo contrario a esto puede que manifieste depresión. Se recomienda dormir suficiente, el organismo ha hecho un cambio en el momento que un nuevo ser está implantado en vientre de una mujer y por lo tanto el cuerpo está trabajando, a medida que pasa el tiempo el vientre crecerá y habrá inconvenientes de postura para descansar. Para que una mujer en estado de gestación descansa su cuerpo correctamente una buena la postura aconsejable es, acostarse de lado flexionando las rodillas, esto le ayuda a que la función cardiaca este trabajando a un ritmo normal, si no hubiera un ritmo cardiaco en los parámetros normales el peso del bebé le comprimiría las venas y arterias dificultando la circulación sanguínea hacia las extremidades. Esta postura aconsejada ejerce beneficio en la prevención de várices, la aparición de hemorroides o la hinchazón en las extremidades inferiores. La mujer embarazada debe rodearse de personas que respeten sus decisiones y la respalden. Hay momentos en que la mujer embarazada se vuelve susceptible y siente deseos de llorar, se aconseja que debe hacerlo, el estado de gravidez hace que la mujer se sienta frágil, en ocasiones desean estar solas se debe respetar sus decisión, debe disfrutar ese espacio ya que es su deseo. Las sustancias tóxicas que afecten su propia salud y la del bebe debe evitarse, debe alejarse de lugares donde exista gente fumando tabaco, contaminación en general. El estado emocional en una mujer embarazada debe ser cuidado porque de ella depende que él bebe no sufra consecuencias como el sale deprimido. En el trabajo, en el hogar en el lugar que se encuentre su espacio es importante para sentirse independientemente para una mejor condición emocional. Por lo tanto hay que tomar muy en cuenta que la mujer en estado de gestación necesita mucha comprensión. Los cambios en su cuerpo de la mujer embarazada es extraordinario ella se verá realizada como madre en el momento que la mujer comience a sentir que y ser vivo en su vientre es parte de ella y por lo tanto se sentirá feliz, y únicamente demostrará la ilusión del momento de tener a su bebé en sus brazos. No se preocupará por las estrías, ni sobrepeso, ni por su figura, aceptará los cambios físicos y emocionales con mucho agrado en el periodo posterior al alumbramiento. Se recomienda si ya tiene hijos no cargarlos para asegurar la salud de la espalda, la cual podría lesionarse por el peso que levante sin la técnica apropiada. Situación económica: La situación económica en una mujer embarazada es importante porque de ella depende una buena alimentación, un buen control de salud, y es más dejar a un lado las preocupaciones de como solventar sus gastos durante y después del parto. El sustento económico en una mujer en estado de gestación resulta significativo porque cuando no hay dinero, no podrá estar tranquila ya que tiene que estar en chequeos prenatales, alimentación correcta, y un estado emocional cognitivo óptimo. Vivir en viviendas con reajuste de ingresos, inclusive en la más completa pobreza hace que la gestante no tenga un buen bienestar durante su embarazo y corra el riesgo que pierda su bebe. Es necesario programar o más bien planificar un embarazo. Instrucción educativa La instrucción académica tiene que ver con mujeres gestantes que tienen conflictos emocionales, económicos ya que se generalmente se presentan los embarazos en adolescentes que todavía no alcanzan la madurez dejan sus estudios

para ser madres en temprana edad, ellas carecen de información para tener un buen desarrollo embrionario, no acuden a los controles prenatales, no tienen una alimentación asesorada por un médico que las ayude a llevar un estricto control por lo menos en sus primeros tres meses de embarazo. La instrucción educativa es de gran importancia porque de esto depende que la mujer esté completamente informada sobre los cambios que existen durante el periodo de embarazo, cambios que serán favorables tanto para la madre como para el producto. Toda mujer embarazada debe estar consciente de que un ser que lleva en su vientre necesita alimentarse correctamente, dormir, asistir a Controles prenatales, esto incluye charlas educativas, talleres que en centros de salud se programan para ayudar a las mujeres gestantes de niveles económicos bajos. La prontitud sexual prematura junto con varios aspectos educacionales suelen ocasionar, que los adolescentes salgan embarazadas; debido a los problemas que presentan los hogares disfuncionales, y estas mujeres dejan sus estudios para convertirse en madres a temprana edad. Vale recalcar que las mujeres gestantes tanto adolescentes o mujeres con mucha mayor edad no tienen la suficiente educación por no haber tenido la oportunidad de estudiar y no tener suficientes conocimientos para estar preparada para tener un buen autocuidado en su proceso de gestación. Por lo tanto ese nuevo ser tendrá un desarrollo con dificultades de salud.

Programa de nutrición del Ministerio de Salud Pública En el año 2000 pensando en los grupos vulnerables y más aún en la mujer embarazada y en su producto se diseñó estrategias contenidas dentro del PANN.- Programa de Atención a la Mujer Embarazada con desnutrición, y desde allí se viene realizando actividades de atención y garantizar el desarrollo del embarazo y del neonato. Una mujer con que no recibe la atención adecuada sufre ella y su niño que al ser afectado por la desnutrición puede nacer antes de término, con bajo y sufrir problemas por el resto de su vida. A través del Programa se cumple con su derecho a ser atendido desde su concepción. PANN 2000. Objetivos del Programa de Nutrición a Embarazadas Garantizar una adecuada nutrición en el período del embarazo:

- Se atiende a la mujer hasta que salga del problema crítico de desnutrición.
- Atender las deficiencias nutricionales
- Disminuir riesgos congénitos
- Atender el desarrollo sin complicaciones del feto. Estrategias del Programa A través de la valoración a la embarazada se determina sus necesidades nutricionales o si está dentro de los parámetros normales y que no hayan riesgos en su momento del parto. Se hace comparaciones de los controles Si se identifica necesidad nutricional todas las acciones serán dirigidas hacia lograr los niveles adecuados nutricionales. CITATION MSP14 \l 3082 (MSP, 2014) Actividades Para lograr un bebe sano se realizarán las actividades anotadas: 1. Nutrición de la madre gestante 2. Atención durante el amamantamiento. 3. Necesidades en tiempo de gestación 4. Se provee micronutrientes 5. Asesoría Normas y Protocolos En el proceso de atención se cumple el protocolo siguiente: Identificación de signos y síntomas de peligro • Se identifican signos de peligro • Estabilización de la paciente • Registro de datos • Se le informa el estado. • Atención a la embarazada • Acciones: • Atención integral sin discriminación y con respeto a su cultura • Historia clínica MARCO LEGAL CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR Cap. II

Sección 7.

Salud

Art. 32.

La salud

es un derecho que garantiza el Estado,

cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos,

entre ellos el

derecho al

agua,

la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la

seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir.

El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales;

y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva.

La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional".

Capítulo tercero Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria

Art. 35,

Define las personas

y grupos de atención prioritaria y establece que la responsabilidad del ámbito público y privado de garantizar una atención prioritaria y especializada. El Estado prestará especial protección a las personas en doble condición de vulnerabilidad. Con respecto a estos grupos en varios articulados menciona sus derechos en salud. Incorpora artículos importantes en cuanto a los Derechos Sexuales y Reproductivos (Capítulo Sexto "Derechos de Libertad")

Sección cuarta Mujeres embarazadas Art. 43.-

El Estado garantizará a las mujeres embarazadas y en periodo de lactancia los derechos a: 1. No ser discriminadas por su embarazo en los ámbitos educativo, social y laboral. 2. La gratuidad de los servicios de salud materna. 3. La protección prioritaria y cuidado de su salud integral y de su vida durante el embarazo, parto y posparto. 4. Disponer de las facilidades necesarias para su recuperación después del embarazo y durante el periodo de lactancia.

Art. 46.- El Estado adoptará, entre otras, las siguientes medidas que aseguren a las niñas, niños y adolescentes: 1.

Atención

a menores de seis años,

que garantice su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral

de sus

derechos.

Art. 66. Se reconoce y garantizará a las personas:

El derecho a

tomar decisiones libres, informadas, voluntarias y responsables sobre su sexualidad, y su vida y orientación sexual. El Estado promoverá el acceso a los medios necesarios para que estas decisiones se den en condiciones seguras

Art. 361. Señala

que

el

Estado ejercerá la rectoría del sistema a través de la autoridad sanitaria nacional, será responsable de formular la política nacional

de salud, y normará, regulará y controlará todas

las actividades relacionadas con la salud, así como el funcionamiento de las entidades del

sector

y en el

Art. 363 las responsabilidades del Estado para garantizar el ejercicio del derecho a la salud. La actual Constitución también promueve la participación de la comunidad en todos ámbitos y se constituye como el Quinto Poder del Estado (Art. 95, 208) TÍTULO VII Régimen del Buen Vivir / Sección Segunda /

Salud

Art. 363.- El Estado será responsable de: Formular políticas públicas que garanticen la promoción, prevención,

curación, rehabilitación

y atención integral en salud y fomentar prácticas saludables en los ámbitos familiar, laboral y comunitario.

Universalizar la

atención en salud, mejorar permanentemente la calidad y ampliar la cobertura.

Fortalecer los servicios estatales de salud, incorporar el talento humano y proporcionar la infraestructura física y el equipamiento a las instituciones públicas de salud. Garantizar las prácticas de salud ancestral y alternativa mediante el reconocimiento, respeto y promoción del uso de sus conocimientos, medicinas e instrumentos.

Brindar cuidado especializado a los grupos de atención prioritaria establecidos en la Constitución. Asegurar acciones y servicios de salud sexual y de salud reproductiva, y garantizar la salud integral y la vida de las mujeres, en especial durante el embarazo, parto y postparto.

Garantizar la disponibilidad y acceso a medicamentos de calidad, seguros y eficaces, regular su comercialización y promover la producción nacional y la utilización de medicamentos genéricos que respondan a las necesidades epidemiológicas de la población. En el acceso a medicamentos, los intereses de la salud pública prevalecerán sobre los económicos y comerciales.

Promover el

desarrollo integral del personal de salud.

VARIABLES Operacionalización de las Variables Variable Definición Dimensión Indicadores Escala

Conocimiento de las gestantes en el autocuidado Autocuidados: Proporcionarse cuidados a sí mismo, cuidar su estado de salud y condiciones óptimas a su desarrollo. Conocimientos Sobre la alimentación Conocimientos de prendas y actividades Conocimientos sobre control Desayuno: Huevos, leche, pan queso, bolón jugos Agua aromática o café y pan No desayuna Otros Es importante consumir No es importante Desconozco

Carne, verduras, mariscos, arroz, legumbres, frutas Sopa y arroz Comida chatarra: salchipapa, hamburguesas, otros A veces no almuerza Es importante consumir No es importante Desconozco

Carnes, verduras, mariscos, arroz, legumbres, frutas Arroz y menestra Comida chatarra: salchipapas, hamburguesas y otros No merienda Es importante consumir No es importante Desconozco

Complicaciones por prendas ajustadas Recomendable No recomendable Desconozco

Caminar Gimnasia Tareas en el hogar Mínimo esfuerzo Es necesario No es necesario desconozco

Malformaciones por efectos del tabaco y consumo de alcohol Si causan daño en la formación del bebé No causan daño al bebe Desconozco Si No Desconozco

El control prenatal es necesario Si No Desconozco

Radio – TV Centro de salud Comunidad Unidad educativa Familiares Prenatal Vacunas :toxoide tetánico Si no Si no Si no Si no Si 1 a 2 3 a 4 5 - más de 5 no Es necesaria No es necesaria Desconozco

Gestantes Mujeres que se encuentra en estado de gestación, y que requiere cuidados especiales reconocidos por la constitución por tener en su ser una vida a quien el Estado le garantiza su derecho a la vida. Edad Menos de 17 18 a 22 23 a 27 28 a 32 Más de 33

Estado civil Soltera Casada Unión de hecho Unión libre

Grado de Instrucción Analfabeta Elemental Primaria Secundaria incompleta Secundaria completa Universitaria Otros

DISEÑO METODOLÓGICO Población El universo de este estudio estará integrado por las 123 pacientes gestantes que son atendidas en el Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi – Provincia del Guayas Tipo de Estudio: Descriptivo. La presente investigación es un estudio descriptivo, transversal cuantitativo, nuestro interés fue conocer el nivel de conocimientos de las gestantes sobre los autocuidados durante el periodo prenatal. Procedimiento para la recolección de datos. El procedimiento que seguimos en el desarrollo del presente trabajo investigativo fue: • Presentación y aprobación del tema de investigación. • Con la autorización de las Autorización de la institución iniciamos el desarrollo de nuestro trabajo de investigación • El trabajo investigativo realizado fue de de campo. Plan de tabulación y análisis de datos. Los datos fueron procesados en el programa de Microsoft Excel, Elaboración de gráficos estadísticos y análisis de los mismos. Selección de Instrumentos Instrumentos de recolección de dato fueron: Encuesta con preguntas con alternativa de respuestas tres opciones.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A LAS PACIENTES EMBARAZADAS DEL HOSPITAL DR. JOSE CEVALLOS RUIZ-YAGUACHI

IDENTIFICACIÓN: 1.- EDAD DE LA GESTANTE: Gráfico N°1 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: Ante las respuestas de los resultados sobre la edad se conoció que: el 26% está en la edad de 18 a 22 años, el 23% tiene menos de 17 años, el 20% tiene entre 28 a 32 años y el 20% entre 23 a 27 años; el 11% tiene más de 33 años. Estos datos reflejan que la población en estudio se encuentra agrupada por rango de edades en forma proporcional, de igual forma se observa el grupo de adolescentes que enfrentan embarazo y que de no ser apropiados los conocimientos afectaría el desarrollo del feto. 2.- **ESTADO CIVIL:** Gráfico N°2 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: De los resultados se pudo conocer que el 34% es soltera, el 33% unión de hecho y el 23% casado; en tanto que el 10% corresponde al estado civil viuda / o. Es alarmante el grupo de solteras que enfrentan el estado de embarazo, lo cual afecta el aspecto psicológico-emocional, al no tener con quien compartir la evolución y desarrollo del ser que está por nacer.

3.- **GRADO DE INSTRUCCIÓN:** Gráfico N°3 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: Al analizar el grado de instrucción de los encuestadas es: 35% primaria; 26% secundaria incompleta; 23% secundaria completa; 12% universitaria; el 4% elemental. Se puede observar que hay un alto porcentaje con un nivel de educación bajo, lo cual podría ser un problema en cuanto al desarrollo económico social.

SITUACIÓN ECONÓMICA 4.- TRABAJA: Gráfico N°4 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: Al consultar a las encuestadas respondieron: el 40% si trabaja; frente al 60% que indicó No trabaja. De estos resultados se establece que la población en estudio, que la mayoría no tiene responsabilidades económicas, por tanto los ingresos van a ser bajos, y esto influye para el control del embarazo.

CONOCIMIENTOS: SOBRE CUIDADOS EN EL EMBARAZO 5.- AFECTAN AL EMBARAZO LAS PRENDAS AJUSTADAS Gráfico N°5 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: Se les consultó si afectaba al embarazo las prendas ajustadas, obteniéndose las siguientes respuestas: El 60% tiene conocimiento que las prendas ajustadas, si afectan., pero es preocupante que un 25% manifiesta que no, y un 15% manifiestan que desconocen.

6.- **ACTIVIDAD FISICA DURANTE LA GESTACIÓN** Gráfico N°6 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: Se les consultó a las encuestadas si los ejercicios durante la gestación son favorables. El 55% indicó No, el 25% desconozco y el 20% SI. La actividad física disminuye los riesgos en el momento del parto por tanto es necesario realizar ejercicios apropiados y sobre todo las caminatas.

7.- **CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE EFECTOS NOCIVOS DEL ALCOHOL Y TABACO DURANTE EL EMBARAZO** Gráfico N°7 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: El 56% señaló que puede manifestar malformaciones en el embarazo como consecuencia del consumo de tabaco y alcohol. El 24% desconozco y el 20% NO. Las gestantes conocen los riesgos que causan este tipo de prácticas, las cuales son totalmente prohibidas por el daño que causan al feto

8.- **IMPORTANCIA DEL CONTROL PRENATAL** Gráfico N°8 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda
Análisis: Las encuestadas señalaron en el 79% que era útil el control prenatal; 15% indicó desconozco y el 6% NO. El control prenatal permite llevar un conocimiento del desarrollo de la gestación, y si se dieran problemas en el desarrollo esto ayudaría a tomar acciones inmediatas para evitar consecuencias mayores y llegar a un feliz término de parto.

9.- MEDIOS DE COMUNICACIÓN POR LOS QUE RECIBIERON CONOCIMIENTO DE LOS CUIDADOS DURANTE EL EMBARAZO Gráfico N°9 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda Análisis: Al consultar sobre por qué medio o personas conocían los cuidados que se deben tener durante el embarazo, señalaron: 30% Unidades Educativas, 30% Centro de Salud, 25% familiares, el 12% comunidad y el 3% radio-TV. Los resultados evidencian que la importancia del trabajo de la Unidades de Salud, y que se debe de mejorar la información a fin de incrementar ese porcentaje.

10.- CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONTROL Y VACUNAS Gráfico N°10 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda Análisis: Al consultarles si se realizaban los controles periódicamente señalaron: 71% si, 29% no. Las vacunas protegen tanto a la gestante como al feto en su salud. Hay muchas infecciones que de adquirir la madre podrían causar grandes daños en la salud del feto por tanto las vacines debend e cumplirse en los periodos que prescriben los profesionales de la salud.

11.-CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CONSUMO DE PROTEINAS DURANTE EL EMBARAZO Gráfico N°11 Fuente: Hospital Dr. José Cevallos Ruiz.- Yaguachi Autoras: Melina Jovita Alcívar Rodríguez Pilar Del Carmen Aristega Miranda Análisis: Se les consultó sobre la importancia d ela proteína, en el almuerzo o desayuno ingerían: huevos, leche, carnes, mariscos, verduras, frutas, otros, las respuestas fueron: 71% si, 29% no. Las gestantes en un alto porcentaje conocen la importancia de la proteína durante el periodo de gestación lo cual benéfica al desarrollo del producto en gestación.

CONCLUSIONES Luego de haber realizado nuestro trabajo concluimos que las adolescentes que acuden al Hospital de Yaguachi Si tienen conocimiento en su mayoría del autocuidado en el periodo de embarazo: Las edades de embarazo fluctúan en solteras, en su mayoría no cuentan con un trabajo. Con respecto a la alimentación durante el embarazo si conocen cual es la alimentación adecuada Consumo de alcohol y tabaco conocen que es dañino para la salud y afecta al feto. Actividades y ejercicios, la mayoría prefiere no realizar ejercicios físicos, lo que resulta preocupante ya que si una mujer en su periodo de embarazo no tiene actividad física, corre el riesgo de acumular grasa, lo que es nocivo para su salud y la del futuro bebé. Control prenatal lo consideran importante durante el proceso del embarazo aunque un porcentaje manifestó que no le importaba, lo cual es preocupante para el sector de salud ya que una madre que no tiene atención médica controlada no se podría detectar problemas a tiempo a diferencia que al identificarlos a tiempo se les podría darle un tratamiento oportuno. Consideraron que la vestimenta debe ser apropiada durante el embarazo.

RECOMENDACIÓN Aunque los resultados fueron satisfactorios, quedo que un 20% de embarazadas desconocían los criterios necesarios para un embarazo saludable, por tanto se recomienda. A la comunidad, Carrera de la salud, y las Instituciones de salud: La educación permanente de las embarazadas La prensa y la televisión también podrían ayudar a través de propagandas Las Instituciones de salud a través del equipo deben gestionar programas de educación continua a las embarazadas. Organizar talleres en las instituciones de salud, que incentiven a las madres a tener una mejor alimentación. Retomar el programa que tuvo éxito en décadas pasadas el "El club de madres embarazadas". Donde las madres aprenden hasta el cuidado del niño y se emiten experiencias positivas y negativas que ayudan a las embarazadas. BIBLIOGRAFÍA es.scribd. (2013). Obtenido de es.scribd.com/doc/184968112/Los-Mcs-en-Ecuador Aguilar, D. (2012). Obtenido de <http://instituciones.msp.gob.ec/somossalud/index.php/renovando-el-ministerio/126-que-es-el-modelo-de-atencion-integral-de-salud> Asamblea. (2008). Constitución Política de Ecuador. Obtenido de http://www.derecho-ambiental.org/Derecho/Legislacion/Constitucion_Asamblea_Ecuador_1.html Brown, A. (2012). Obtenido de http://www.ehowenespanol.com/signos-desnutricion-info_201333/ Carol Cooper, G. (2009). Embarazo guía útil . México. embarazadas/nutricion-embarazadas2.shtml#ixzz3O9NMUhcA Elisa Cando, Janeth Calle. (2014). Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20905/1/> Tesis.pdf Elsevier, S. (2011). www.nlm.nih.gov. Obtenido de

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007196.htm>

Enfermería, A. d. (2012). Obtenido de <http://ambitoenfermeria.galeon.com/dorothea.html> Esimer. (2012). Esimer.com. Obtenido de <http://www.esimer.com/blog/tag/gestacion/> G. Palomero; J.A. Vega. (2010). Lecciones de Embriología; Ma. Vasquez; J. Rodriguez. Universidad de Oviedo. García, C. (2008). La verdad de lo que se dice del embarazo y el cuidado del bebé'. Madrid: Larousse. González L., Báez J., Muñoz R. (2006). Programa de educación para la salud . Carabobo. Jennifer. (2014). Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos82/el-embarazo/el-embarazo.shtml#ixzz3O8uis86z> Johannes Vera; Mercedes Romero. (2012). Universidad Salesiana. Obtenido de <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/3633/1/UPS-GT000348.pdf> Miriam Poma; Liliana Quevedo. (2013). Obtenido de [file:///C:/Users/Lcda.%20Diana%20Zambrano/Downloads/ENF177%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Lcda.%20Diana%20Zambrano/Downloads/ENF177%20(2).pdf) MSP. (2012). Obtenido de <http://www.minsa.gob.pe/portal/Servicios/SuSaludEsPrimero/MAIS/mais.asp> MSP. (2014). Obtenido de www.msp.gob.ec MSP. (2014). Ministerio de Salud Pública. Obtenido de <http://www.inclusion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/11/GUIA-1-MADRE-EMBARAZADA-Y-LACTANCIA.pdf> Navarro Peña Y; Castro Salas M. (2010). Scielo.com. Obtenido de

http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412010000200004&script=sci_arttext

Olmos, L. (2015). Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/9490/1/LAURA%20BEATRIZ%20OLMOS%20ESCOBAR.pdf> OMS. (2012). Obtenido de <http://www.who.int/topics/depression/es/> OMS. (2014). Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/es/> ONU. (2012). Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/es/> Orem, D. (2013). Prezi.com. Obtenido de <https://prezi.com/hgoente2sugx/dorothea-elizabeth-orem/> Rada, G. (2007). Salud Pública y Epidemiología. Obtenido de <http://escuela.med.puc.cl/recursos/recepidem/introductorios2.htm> Ruiz, P. (2010). Escuela Politécnica del Chimborazo. Obtenido de <http://dspace.esoch.edu.ec/bitstream/123456789/1077/1/34T00207.pdf> Saunders Elsevier. (2011). MedlinePlus. Obtenido de

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007196.htm>

Sciences, N. A. (2008). Nutrición de la futura madre y evolución del embarazo. . Don Bosco. Silvia Calle; Blanca Morocho. (2013). Obtenido de dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4907/1/ENF186.pdf UEB. (2007). Universidad Estatal de Bolívar. Obtenido de www.biblioteca.ueb.edu.ec/bitstream/15001/1513/3/TESIS%20MARCO%20TEORICO.pdf Warner, E. (2007). Su embarazo semana a semana. . Copyrhigted. Yépez L, Chacón N y Loreto C. (2008). Educación para la salud. Anzoátegui.

ANEXOS ANEXOS

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS, CARRERA DE ENFERMERIA, SAN VICENTE DE PAUL

ENCUESTA REALIZADA A LAS GESTANTES QUE ACUDEN AL AREA DE CONSULTA EXTERNA DEL HOSPITAL DR. JOSE CEVALLOS RUIZ DEL CANTON YAGUACHI
Objetivo: Identificar los conocimientos de las gestantes en los autocuidados que deben tener durante su periodo prenatal.
IDENTIFICACIÓN: 1.- Edad: a) Menos de 17 b) 18 a 22 c) 23 a 27 d) 28 a 32 e) Más de 33 2.- Estado Civil: a) Soltera b) Casada c) Unión de hecho d) Viuda 3.- Grado de Instrucción: a) Analfabeta b) Elemental c) Primaria d) Secundaria incompleta e) Secundaria completa f) Universitaria g) Otros SITUACIÓN ECONÓMICA 4.- Trabaja: a) Si b) No 5.- INGRESOS FAMILIARES a) Menos de 100.00 b) Entre \$100,00 a 200.00 c) Entre 201 a 350 d) Más 350.00 6.- TIENE APOYO FAMILIAR a) Si b) No 7.- PAGA ALQUILER a) Si b) No CONOCIMIENTOS: SOBRE CUIDADOS EN EL EMBARAZO 8.- Afectan al embarazo las prendas ajustadas a) Si b) No 9.- Son favorables los ejercicios durante la gestación a) Si b) No c) Desconozco 10.- Beneficia una buena alimentación a) Si b) No c) Desconozco 11.- Pueden presentarse malformaciones en el embarazo

por el consumo de tabaco y alcohol a) Si b) No c) Desconozco 12.- Es útil el control prenatal a) Si b) No c) Desconozco 13.- Porque medios o persona conoce los cuidados que debe tener durante el embarazo a) Radio tv b) Centro de salud c) Comunidad d) Unidad educativa e) Familiares 15.- Necesita información sobre autocuidados a) Si b) No Actitud 14.- Su embarazo es planificado a) Si b) No 16.- Se siente bien con su embarazo a) Si b) No PRACTICAS: 17.- Ejercicios que favorezcan el embarazo a) Caminar b) Gimnasia c) Respiratorios d) Otros e) Ninguno HÁBITOS 18.- Durante el embarazo le gustan los siguientes alimentos: Comida chatarra Cafeína en exceso, Consumo de alcohol, Consumo de tabaco, a) Si b) No c) Otros d) Ninguno 19.- Alimentos frecuentes en la dieta: a) Legumbres y frutas b) Carnes lácteos c) Pescado / mariscos d) Carbohidratos e) Otros 20.- En el desayuno, almuerzo o merienda ingiere: Huevos, leche, carnes, mariscos, verduras, frutas, otros a) Si b) No c) A veces

21.- Se realiza los controles periódicamente o cuando le indica el médico y con el control de vacunas a) Si b) No c) Incompleta

23 xiv 42 25

[Metadata removed]

Hit and source - focused comparison, Side by Side:

Left side: As student entered the text in the submitted document.

Right side: As the text appears in the source.



Presidencia
de la República
del Ecuador



Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes



SENESCYT

Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TÍTULO Y SUBTÍTULO:	Conocimiento de las gestantes en el autocuidado durante el periodo prenatal en el área de consulta externa del hospital Dr. José Cevallos Ruiz del Cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016.		
AUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Alcivar Rodriguez Melina Jovita. Aristega Miranda Pilar Del Carmen.		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Lcda. Msg Olga Muñoz Lcda. Msg Angela Mendoza		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Ciencias Medicas		
CARRERA:	Licenciatura en Enfermería		
TITULO OBTENIDO:	Licenciado (a) en Enfermería		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	14 de Marzo del 2016	No. DE PÁGINAS:	75
ÁREAS TEMÁTICAS:	Salud Comunitaria		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Gestante, autocuidados, periodo prenatal		
RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras):	<p>Introducción: Dentro del territorio ecuatoriano se ha podido conocer que aproximadamente 300.000 mujeres se embarazan, pero no todas reciben los cuidados o controles que ameritan su estado. El tema del presente estudio es: Conocimiento de las gestantes en el autocuidado que deben tener durante su periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz del cantón Yaguachi durante los meses de octubre 2015 a febrero 2016. El objetivo general fue Identificar los conocimientos de las gestantes en el autocuidados durante el periodo prenatal en el Área de Consulta Externa del Hospital Dr. José Cevallos Ruiz. La población estuvo conformada por 123 pacientes gestantes Se trató de un estudio descriptivo. Los Instrumentos que se utilizaron para el estudio fueron las encuestas. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: Las características demográficas y socioeconómicas son las siguientes: de 22 años. La edad es el factor de conducta con mayor responsabilidad aunque muchas no sean así. Merece mayor atención el grupo menor de 17 años. El 34% es soltera/o, lo cual significa que tiene toda la responsabilidad sobre su estado y su neonato. En cuanto a la actitud sobre los autocuidados, el 76% reconoce que necesita información, a pesar que el 66% indicó no sentirse bien con su embarazo, El 83 % se muestra receptiva ante la información, hacen preguntas sobre el tema demostrando interés en mejorar sus conocimientos. Se concluye que el 50% de las gestantes no tiene los conocimientos apropiados sobre autocuidados lo cual afecta y pone en riesgo la salud del feto o el nacimiento saludable del neonato.</p>		
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: 0979543709- 0988346869	jovialcivar-10@hotmail.com pilarcita24@hotmail.com.ar	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN:	Nombre: lcda. Olga Muñoz Roca Teléfono: 0985436150 E-mail: olamuro144@gmail.com		

SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA

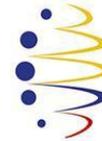
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):	
Nº. DE CLASIFICACIÓN:	
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):	



**Presidencia
de la República
del Ecuador**



**Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes**



SENESCYT

Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **ALCÍVAR RODRÍGUEZ MELINA JOVITA**, con C.C: # 1203400633 autor/a del trabajo de titulación: Intervención de Enfermería en la Educación de pacientes sobre el Autocuidado del Catéter Venoso Central Tunelizado en el Tratamiento de Hemodiálisis a realizarse en el Instituto Ecuatoriano de Diálisis y Trasplante (IEDYT) durante el periodo de octubre del 2015 a marzo del 2016, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERIA** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

- 1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
- 2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 14 de Marzo del 2016.

Nombre: Alcívar Rodríguez Melina Jovita
C.C.: 1203400633



**Presidencia
de la República
del Ecuador**



**Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes**



SENESCYT

Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **ARISTEGA MIRANDA PILAR DEL CARMEN**, con C.C: # 0913853263 autor/a del trabajo de titulación: Intervención de Enfermería en la Educación de pacientes sobre el Autocuidado del Catéter Venoso Central Tunelizado en el Tratamiento de Hemodiálisis a realizarse en el Instituto Ecuatoriano de Diálisis y Trasplante (IEDYT) durante el periodo de octubre del 2015 a marzo del 2016, previo a la obtención del título de **LICENCIADA EN ENFERMERIA** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 14 de Marzo del 2016.

Nombre: Aristega Miranda Pilar del Carmen
C.C.: 0913853263