25

Cuidados de enfermería en la gestante, la puérpera y la lactancia

> *«Valoración y cuidados de enfermería en la mujer gestante: alimentación, higiene y cambios fisiológicos. Educación maternal. Problemas más frecuentes durante la gestación: aborto, placenta previa, desprendimiento prematuro de placenta, diabetes gestacional, incompatibilidad de Rh. Valoración y cuidados de enfermería en la puérpera: cambios fisiológicos y psicológicos. Lactancia natural.» (Anexo de las bases)*

Edición de noviembre de 2026

Material de elaboración propia a partir de las fuentes oficiales que se citan al final del tema. No es un temario oficial ni sustituye a la normativa publicada.

Índice

Presentación

1. La valoración de enfermería en la mujer gestante
    1.1. Qué significa valorar en el embarazo
    1.2. Calendario y contenido de las visitas
    1.3. Signos que obligan a consultar sin esperar
2. Cambios fisiológicos durante la gestación
    2.1. Por qué cambia todo el organismo
    2.2. Cambios hematológicos y cardiovasculares
    2.3. Cambios digestivos, urinarios y del aparato locomotor
    2.4. Cambios en la piel, las mamas y el suelo pélvico
    2.5. Las molestias frecuentes y su manejo
3. Alimentación en la mujer gestante
    3.1. El consejo nutricional como cuidado de enfermería
    3.2. Suplementación: ácido fólico, yodo y hierro
    3.3. Seguridad alimentaria: toxoplasma, listeria y alcohol
4. Higiene y hábitos de vida en la gestante
    4.1. Higiene de los alimentos, del periné y del entorno
    4.2. Higiene postural, ejercicio y suelo pélvico
    4.3. Tabaco, sexualidad, viajes y trabajo
5. Educación maternal
    5.1. Qué es y por qué es un cuidado de enfermería
    5.2. Contenidos de un programa de preparación al nacimiento
    5.3. Qué dice la evidencia sobre su eficacia
    5.4. La educación como herramienta transversal
6. Problemas más frecuentes durante la gestación
    6.1. Aborto
    6.2. Placenta previa
    6.3. Desprendimiento prematuro de placenta normoinserta (DPPNI)
    6.4. Diabetes gestacional
    6.5. Incompatibilidad de Rh e isoinmunización
7. Valoración y cuidados de enfermería en la puérpera: cambios fisiológicos
    7.1. Qué es el puerperio y cómo se organiza la atención
    7.2. Cambios fisiológicos de la madre
    7.3. Valoración y cuidados de enfermería en el puerperio
8. Cambios psicológicos en la puérpera
    8.1. La adaptación emocional
    8.2. Tristeza y depresión posparto
    8.3. Duelo gestacional y neonatal

9. Lactancia natural

- 9.1. Cómo se produce la leche
- 9.2. Tipos de lactancia: las definiciones que hay que manejar
- 9.3. Beneficios y recomendaciones oficiales
- 9.4. Inicio, agarre y valoración del amamantamiento
- 9.5. Problemas frecuentes de la lactancia
- 9.6. Suplementos, extracción y situaciones especiales
- 9.7. Lactancia y anticoncepción: el método MELA

No confundas

Ideas clave

Autoevaluación

Soluciones

Fuentes