

III CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA CIUDAD DE GRANADA

"Innovación y mejora en la calidad de los cuidados integrales al paciente como derecho del ciudadano"

FOMENTO DE LA CALIDAD EN LAS ÁREAS DE MATERNIDAD

Autor principal CRISTINA PEREZ JIMENEZ

CoAutor 1 MIRIAM PEREIRA MARTÍN

CoAutor 2 ANA BELÉN PINO REBOLLO

Área Temática Innovación y mejora en la calidad de los cuidados integrales en el Área Obstétrico-Ginecológica

Palabras clave CALIDAD CUIDADOS LACTANCIA INFANTIL

» Resumen

En el ejercicio enfermero, la calidad en la asistencia y la atención holística a los pacientes que están bajo nuestros cuidados son conceptos vitales. Por esto, creemos esencial que para que el desempeño de nuestra profesión sea completo en las alas de maternidad, se procure a las familias una información que vaya más allá de la que necesitarán en los pocos días de hospitalización tras el parto. De todos es sabido que existen muchos mitos y falsas informaciones acerca de los cuidados que se suministran a los bebés y a las madres en el puerperio. Creemos que como profesionales estamos en disposición de aprovisionar a los padres herramientas eficaces para que ejerciten el nuevo rol que acaban de estrenar al nacer su hijo/a/os/as. Con todo ello, no solo aumentaremos la calidad de los servicios prestados, sino que también aumentaremos la calidad de vida de unos pacientes que comienzan una nueva etapa.

» Contexto de partida. Antecedentes. Experiencias previas. ¿Dónde se realizó el trabajo? ¿En qué tipo de organización o departamento? ¿Cómo surge? ¿Hay experiencias previas en el área desarrollada?

En este trabajo nos hemos querido centrar en la enfermería materno-infantil. Aunque las autoras que firmamos más arriba seamos enfermeras generalistas, hemos estado trabajando un tiempo en plantas de maternidad y durante ese tiempo nos dimos cuenta de que hay un gran número de madres (no solo primíparas sino también múltiparas) que sufren desinformación acerca de sus autocuidados y los enfocados a su bebé o bebés. Aunque las matronas de los centros de salud pueden proporcionar toda la información que deseen cuando son dadas de alta, si que creemos conveniente que no se vayan del hospital sin tener al menos unos conocimientos básicos, pero sobre todo, que se desmitifiquen algunos errores que observamos pasan de generación en generación.

» Descripción del problema. ¿Sobre qué necesidades o problemáticas del contexto pretendía actuar el proyecto? ¿Cómo se analizaron las causas de esos problemas? ¿Qué tipo de intervención se realizó? ¿Cómo se cuantificó el problema?

Queremos partir de un diagnóstico enfermero de base, observado durante la práctica clínica. Es un diagnóstico que se repetía sobre todo en mujeres de nivel sociocultural medio-bajo.

El diagnóstico que proponemos es:

- 00126. Conocimientos deficientes.

Bajo este diagnóstico enfermero, formulamos los siguientes objetivos:

- 0904- comunicación: capacidad receptiva.

- 0907. elaboración de la información.

Para este tipo de diagnósticos, nos planteamos la siguiente intervención sanitaria:

- 5510. educación sanitaria.

Dentro de este tipo de intervención, como es la educación sanitaria, nos proponemos preveer a las madres (y a la pareja u otro familiar) de las herramientas pertinentes para que el cuidado del bebé en sus primeros meses o su propio autocuidado durante el puerperio no sea un camino difícil y lleno de dudas.

Así bien, procuraríamos un lugar en la planta de maternidad que fuese lo suficientemente grande para que las madres que se fueran de alta junto con sus parejas pudieran escuchar juntas nuestro discurso y así compartir anécdotas y comentar juntos las diferentes informaciones que iríamos dando. Podríamos habilitar la zona de estar de los familiares en las plantas durante una hora aproximadamente cada día.

Suministraríamos a las mamás un librito editado por el hospital donde estaría toda la información que les comunicaríamos en la charla de manera oral para que puedan consultarlo si no han entendido alguna parte de ésta.

Para exponer en este trabajo alguna de la información que ocuparía este folleto, detallamos a continuación una breve síntesis de éste:

♣ Cuidados de la madre después del parto

¿Qué es el puerperio o cuarentena?

Definición y observaciones claves → El puerperio o cuarentena es el periodo que sigue al parto. A lo largo de estas semanas se van a producir cambios importantes: físicos en la madre y en la relación con la pareja, con el niño y con toda la familia en general.

Es necesario que todos se adapten a nuevos horarios, recibir muchas visitas y oír muchos consejos.

Durante este periodo, el cuerpo de la mujer volverá a sufrir una serie de modificaciones, como por ejemplo:

- el útero o matriz se irá contrayendo y producirá una serie de contracciones o entuertos dolorosos. Puede tomar algún analgésico prescrito por su médico.

- Periné (desde la vagina al ano) puedes sentirlo tenso debido a la inflamación y puntos de la episiotomía

- Las mamas aumentarán de tamaño.

- El sangrado (loquios) durará 2 o 3 semanas

Todos estos cambios y otros más se expondrían con más extensión y siempre dejando un tiempo para dudas y preguntas.

► Observación clave: Una parte importante de estas premisas básicas de cuidados es dejar constancia de que el padre es un protagonista importante. La presencia del hijo puede hacer que se sienta inseguro y que no sepa como ayudar a la madre o al niño. Habrá que animarlo a que participe en los cuidados y confiar en él.

Cuidados generales:

1.- Temperatura. Se comentaría que la toma de ésta es importante para saber si existe algún tipo de infección.

2.- Higiene: duchas diarias y no baños. (sobre todo si se tienen puntos)

3.- Actividad física: Volver a la actividad normal poco a poco.

- Realización de actividades para favorecer circulación.

- Realización de ejercicios para fortalecer el suelo pélvico.

4.- Dieta y suplementos: Tomar dieta rica y variada. Abstenerse de tomar mucha cafeína sobre todo si se está lactando.

5.- Relaciones sexuales

Planificación familiar: métodos anticonceptivos. Consejos antes de ser madre de nuevo.

Cuidados específicos: Problemas con la temperatura (> 38°), dolor intenso o mal olor en los genitales, sangrado abundante, enrojecimiento y dolor en las mamas, problemas con los puntos.

Visita puerperal: comunicar al centro de salud que ya se ha dado a luz y llevar al bebé al 5º o 6º día después del nacimiento para realizarle la prueba del talón.

♣ Cuidados del recién nacido

Relación padre-madre-hijo: las decisiones que se deben tomar con respecto al niño competen a los padres. Evitar sentimiento de inseguridad con respecto al bebé, consultar la guía que proporcionamos, a su médico y/o matrona.

Crecimiento del recién nacido: se produce a gran velocidad durante las primeras semanas. Pueden aparecer irregulares en el cuerpo del bebé antes las cuales los padres pueden sobresaltarse, pero muchas de ellas son fisiológicas, como por ejemplo:

- abultamiento en las mamas (ingurgitación mamaria)

- Pequeñas manchas rojizas/amarillentas: exantema tóxico alérgico.

- Puntitos blancos: millium sebáceo.

- Tinte icterico (amarillo)

- Mancha mongólica (azulada) en la región lumbar/

- Edemas en los párpados o hemorragia conjuntival

- orina de color rojiza/anaranjada en las niñas.

Existen otras anomalías que pueden aparecer y que citaríamos en nuestra charla para disminuir la ansiedad de los padres ante la posibilidad de que sus hijos poseyeran algo de lo anteriormente citado.

Cuidados del cordón umbilical: explicaríamos como lo hacemos en el hospital (gasas estériles, alcohol de 70°C, técnica,)

Higiene y aseo: duración de los baños, temperatura de éstos, tipo de jabones, lavado de su ropita, etc.

Sueño y llanto: atenderlo siempre, es la única manera que tiene de comunicarse.

Habitación y juguetes: manera más adecuada de calentar la habitación, manera en la que tiene que estar el bebé en ella, etc.

Controles de salud. La prueba del talón. Vacunas.

♣ La alimentación del bebé

- principal preocupación de la madre: ¿ dar biberón, dar el pecho o las dos cosas a la vez?

- Dar el pecho es decisión de la madre. La ansiedad en primíparas al principio del amamantamiento es normal.

- Las ventajas de la leche materna las podemos clasificar en: nutritiva, psicológica, inmunitaria y práctica.

- Técnica para amamantar satisfactoriamente.

- Los problemas más comunes durante la lactancia: ingurgitación mamaria, mastitis, infección por hongos y pezón plano o invertido.

- La leche artificial también es un buen recurso hoy día.

- Las frecuencias de las tomas se individualizan según el bebé. Dar alimentación mixta es una alternativa.

- Las papillas y otros suplementos comienzan a darse en torno a los tres meses. Siempre se debe consultar al médico pediatra.

- Información también en caso de: cesáreas, gemelos, prematuros, presencia de dientes.

- Crisis de la lactancia

- Mitos e informaciones falsas.

Este sería el esbozo a grandes rasgos de la que sería una pequeña guía con los aspectos más importantes que preocupan a las madres durante los primeros meses del bebé.

» **Soluciones aportadas / Viabilidad / Aplicabilidad. Coste-Beneficio. ¿Cuáles fueron los efectos y cómo se midieron? ¿Hasta qué punto las soluciones aportadas resolvieron el problema?**

Entre las barreras detectadas durante el desarrollo destacamos:

- durante la charla explicativa, algunas madres, sobre todo de nivel sociocultural medio - bajo no entendían palabras técnicas, tales como loquios, suelo pélvico o pezones planos.

- Algunos acompañantes (sobre todo las abuelas) interrumpían constantemente la conversación desautorizando nuestra información y aportando informaciones encuadradas dentro de nuestra guía como mitos e informaciones falsas.

» **Barreras detectadas durante el desarrollo.**

Para solucionar este tipo de problemas, hablaremos de una forma clara y sencilla de manera que todos nuestros oyentes entiendan el discurso,

aclarando también que en cualquier momento pueden interrumpirnos para hacer cualquier tipo de pregunta. Con respecto a la aportación durante de charla de información errónea, intentaremos desmitificar esas afirmaciones de manera asertiva y clara.

» **Oportunidad de participación del paciente y familia.**

Está claro que nuestro coloquio es una oportunidad perfecta para que las mamás y sus parejas u otro familiar expresen todas sus dudas y preocupaciones. Así, no solo desde enfermería se le respondería, si no que también tendrían la oportunidad de que otras madres u otros padres contaran sus experiencias y así ayudarse mutuamente.

Sería una excelente situación para conversar sobre temas importantes que les afecten de lleno a ellos o a su bebé.

» **Propuestas de líneas de investigación.**

El embarazo es considerado como una crisis única y específica en la vida de la mujer, que debe ser negociada a nivel emocional, interpersonal y social, de ahí la necesidad de cuidados íntegros tanto a la mujer como a su familia. La vida les va a cambiar mucho, y el incremento de emociones y desconocimiento pueden desbordarnos y alterar el equilibrio psíquico. De ahí que propongamos dar apoyo continuo a la familia en su conjunto (utilizando las herramientas que nos ofrece la tecnología) con la creación una web, regentada por matronas y ginecólogos, para estar en contacto directo y continuo con las personas que necesiten ayuda y apoyo.