

APORTES DE LA EXTENSIÓN A LA DOCENCIA DE GRADO Y POSGRADO
"Ponencia"

RESUMEN: Como cuidarnos mejor antes, durante y después del embarazo.

CARRIERI,M¹; CARRIÓN A²; VIDAL,D³; CARRASCO,M; CARRASCO,N; CHILIGUAY Y.
Ministerio de Salud. Gob. de Mendoza; Facultad de Ciencias Médicas U.N.Cuyo; Secretaria de Extensión UNCuyo,; ³;Facultad de Ciencias Médicas UNCuyo; Facultad de Ciencias Políticas y Sociales UNCuyo, Mendoza, Argentina. carrasco@fcm.uncu.edu.ar.

Nos proponemos el Abordaje Integral de las mujeres en edad fértil. Para ello tratamos de identificar problemas y necesidades de la embarazada y de su familia, en base a ello generar el autocuidado oportuno, que conserve el bienestar de las madres y de sus hijos. Nos basamos en el relevamiento de la población de la zona de influencia del Centro de Salud 150 Barrio La Gloria, los barrios Huarpes I y II, Tres Estrellas, Pablo VI, y posteriormente intervenimos en conjunto con otras asociaciones intermedias como el Polideportivo "Padre Jorge Contreras" y los Jardines Maternales de la zona. En dicha población hemos observado un aumento en la frecuencia de consultas de embarazo adolescente, mal nutrición de las mujeres previo, durante y luego del embarazo. Nuestro objetivo consiste en ver la posibilidad de mejorar los hábitos saludables con los recursos económicos existentes, realizar una mejor alimentación, practicar ejercicio físico adecuado, eliminar hábitos tóxicos como el alcohol y consumo de drogas; analizar las estrategias de salud reproductiva, como prevención de enfermedades, planificación del embarazo cuidados del recién nacido. Trataremos que del 75% a 80 % de ese grupo realice cambios en su alimentación y modo de vida. La meta de este programa es lograr que estos cambios de conducta se incorporen y perduren en la vida cotidiana de los integrantes del grupo, aun después de finalizado el proyecto y que el grupo se convierta en promotor de la vida saludable en este sector poblacional importante, como es el de las mujeres en edad fértil. Además esperamos afianzar aún más el vínculo entre el equipo de salud y las organizaciones sociales del barrio que trabajan en red con el Centro de Salud y la comunidad de los barrios. Las Actividades elegidas son: el trabajo grupal interactivo, el diálogo y conclusiones en talleres periódicos con fechas fijas y reuniones de formación del grupo. La elección de los temas de los talleres y el orden de los mismos, se realiza entre el equipo extensionista y la comunidad, según los intereses y necesidades de esta última. Dentro de los fundamentos teóricos en los que se basa el proyecto están: Factores de riesgo cardiovascular, según parámetros internacionales; Prevención de la aparición de Diabetes Gestacional (ADA 2011-2012). Prevención de la aparición de la hipertensión inducida por el embarazo. Planificación alimentaria de acuerdo a guías alimentaria argentinas 2010. Prevención de factores de riesgo de obesidad durante el embarazo con la consecuente prevención de obesidad infantil.