	MUNICIPIO DE IQUIRA	E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira "Íquira se transforma en salud con calidad y humanización" PIC
	DIRECCION LOCAL DE SALUD	

PROGRAMA:	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)**							
NOMBRE FUNCIONARIO	ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA							
PROGRAMA	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					**N. ACT.**	**05**	
OBEJTIVO	Realizar taller sobre Identificación de situaciones de interés en Vigilancia en salud pública de la vigilancia basada en la comunidad a vigías y gestores sobre Signos de alarma de complicación durante la gestación (embarazo) y el posparto (puerperio). entregable sobre la guía didáctica.							
COMPONENTE	Promoción de los derechos sexuales y reproductivos y la equidad de género.							
Ámbito Territorial (Res 3202/16)			**Entornos (Res 3202/16)**					
URBANO	**RURAL**	**RURAL DISPERSO**	**HOGAR**	**EDUCATIVO**	**LABORAL**	**INSTITUCIONAL**	**COMUNITARIO**	
(5)							**X**	
POBLACIÓN SUJETO	Comunidad adulta							
Momentos del Curso de Vida (resolución 3202 de 2016)								
PRIMERA INFANCIA (8 días a 5 años 11 meses 29 días)	**INFANCIA (6 a 11 años 11 meses 29 días)**	**ADOLESCENCIA (12 a 17 años 11 mese 29 días)**	**JUVENTUD (18 a 28 años 11 meses 29 días)**	**ADULTEZ (29 a 59 años 11 meses 29 días)**	**VEJEZ (60 años y más)**			
			6	**8**				
LUGAR	Barrio maría auxiliadora							
FECHA			**HORA DE INICIO**	**HORA FINAL**	**DURACIÓN**			
22/04/2026			02:00 a.m.	03:00 p.m.	1 hora.			

I. ACTIVIDAD/OBJETO:

Realizar taller sobre Identificación de situaciones de interés en Vigilancia en salud pública de la vigilancia basada en la comunidad a vigías y gestores sobre Signos de alarma de complicación durante la gestación (embarazo) y el posparto (puerperio). entregable sobre la guía didáctica.

II. POBLACIÓN OBJETO: Adultos del barrio loma de la cruz.

III. METOGOLOGÍA:

El taller se desarrollará bajo un enfoque participativo y teórico-práctico, orientado a fortalecer las capacidades de vigías y gestores comunitarios en la identificación oportuna de situaciones de interés en vigilancia en salud pública, especialmente relacionadas con los signos de alarma durante la gestación y el posparto.

En un primer momento, se realizará la apertura del taller con la presentación de los objetivos, la agenda y una breve exploración de saberes previos, mediante preguntas orientadoras que permitan reconocer los conocimientos y experiencias de los participantes.

Posteriormente, se llevará a cabo la socialización de contenidos a partir de la guía didáctica, abordando de manera clara y contextualizada los principales signos de alarma en el embarazo y el puerperio. Para ello, se utilizarán recursos pedagógicos como carteleras, ejemplos prácticos y situaciones cotidianas que faciliten la comprensión.
En un tercer momento, se desarrollarán actividades prácticas como el análisis de casos y ejercicios grupales, donde los participantes podrán identificar signos de riesgo y plantear acciones de respuesta oportuna desde su rol en la comunidad. Este espacio fomentará el trabajo colaborativo, el diálogo y el aprendizaje significativo.
Finalmente, se realizará una retroalimentación colectiva para aclarar dudas, reforzar conceptos clave y evaluar la comprensión de los temas abordados. El taller cerrará con conclusiones y compromisos por parte de los participantes, orientados a la aplicación de los conocimientos adquiridos en sus comunidades.

IV. DESARROLLO:

Siendo las 02:00 p. m. del día miercoles 22 de abril, el equipo se desplazó al barrio Maria Auxiliadora grupo modalidad familiar previa solicitud de espacio a coordinadora GERCA con el objetivo de brindar educación a la comunidad. De esta manera nos presentamos como equipo y PIC enfermera jefe, al grupo asistente con quienes se logró proporcionar orientación sobre el cuidado durante la gestación y el posparto, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

Importancia del reconocimiento de signos de alarma
Durante el embarazo y el posparto, tanto la madre como su familia deben estar atentos a señales que pueden indicar complicaciones graves. Aunque la mayoría de los embarazos transcurren con normalidad, todas las mujeres tienen riesgo potencial de presentar emergencias obstétricas que requieren atención rápida en un establecimiento de salud.
Reconocer estos signos a tiempo puede salvar vidas, ya que permite actuar de forma temprana en situaciones que comprometen la salud de la madre y el bebé.

Signos de alarma durante la gestación (embarazo)
Se recomienda que la gestante acuda de inmediato a un servicio de salud si presenta uno o varios de los siguientes:

Principales signos de alerta:

- ✓ Sangrado vaginal que no sea leve o similar a un manchado ligero.
- ✓ Salida de líquido por la vagina antes de tiempo (posible ruptura de membranas).
- ✓ Fiebre persistente, superior a lo normal.
- ✓ Dolores de cabeza intensos o que no desaparecen incluso con descanso o medicación.
- ✓ Cambios en la visión: visión doble, borrosa o destellos.
- ✓ Hinchazón marcada en cara, manos o pies (especialmente si es súbita).
- ✓ Dificultad respiratoria o dolor en el pecho.

- ✓ Pérdida o disminución significativa de movimientos fetales.
- ✓ Contracciones dolorosas antes del tiempo esperado o dolor abdominal persistente.
- ✓ Vómitos severos que impiden ingerir líquidos o alimentos y causan deshidratación.

Estos síntomas pueden indicar complicaciones serias como preeclampsia, desprendimiento prematuro de placenta, infección, trabajo de parto prematuro o sufrimiento fetal.

SIGNOS DE ALARMA EN EL EMBARAZO POR TRIMESTRE	
Primer trimestre:	✓ Sangrado vaginal y/o cólicos fuertes. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen y pelvis ✓ Ardor para orinar, orina maloliente.
Segundo trimestre:	✓ Sangrado vaginal y/o cólicos fuertes. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen y pelvis ✓ Ardor para orinar, orina maloliente. ✓ Dolor de cabeza, ver "cocuyos" o luces brillantes, sentir "pitos" o "zumbidos" en los oídos o presentar dolor en la "boca del estómago" que no mejora con las comidas. ✓ Cara, manos y/o pies hinchados al levantarse. ✓ Ausencia o disminución de los movimientos fetales, a partir de los cinco meses
Tercer trimestre:	✓ Sangrado vaginal y/o cólicos fuertes. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen y pelvis ✓ Ardor para orinar, orina maloliente. ✓ Dolor de cabeza, ver "cocuyos" o luces brillantes, sentir "pitos" o "zumbidos" en los oídos o presentar dolor en la "boca del estómago" que no mejora con las comidas. ✓ Cara, manos y/o pies hinchados al levantarse. ✓ Ausencia o disminución de los movimientos fetales, a partir de los cinco meses.

	✓ Contracciones uterinas o salida de líquido por la vagina. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen, ardor para orinar. ✓ Dolor de cabeza, ver "cocuyos" o luces brillantes, sentir "pitos" o "zumbidos" en los oídos o presentar dolor en la "boca del estómago" que no mejora con las comidas. ✓ Cara, manos y/o pies hinchados al levantarse. ✓ Disminución o ausencia de los movimientos de su bebé. ✓ Presencia de más de cuatro contracciones en una hora. ✓ Retraso del inicio del trabajo de parto después de la semana 40 de gestación

Signos de alarma durante el puerperio (posparto)
El puerperio comprende las primeras semanas después del parto, y también es un periodo en que puede ocurrir complicaciones.
Inmediato: las 2 primeras horas tras el parto (las mujeres suelen permanecer en salas de parto).

Cesárea

La cesárea es la intervención obstétrica más frecuente. La OMS establece como buena práctica clínica una tasa de cesáreas menor al 15%. En la CAPV se cumple el objetivo con tasas inferiores a esta recomendación en todos los hospitales públicos. En números absolutos significa que algo más de 2.000 mujeres al año son sometidas a esta intervención quirúrgica en nuestros hospitales. Esto justifica que en este protocolo hagamos un apartado específico para el cuidado clínico individualizado en el puerperio tras la cesárea, sin olvidar que las recomendaciones generales de respeto a la fisiología no cambian respecto al puerperio del parto vaginal.

Cuidados durante el puerperio inmediato

Cuidados durante el posparto inmediato Las dos horas posteriores a la cesárea, la mujer permanecerá en el área de partos para el cuidado del posparto inmediato.
Se facilitará que el RN permanezca en contacto piel con piel con la madre teniendo en cuenta que se precisa acomodar el vínculo a la situación del postoperatorio.
Se informará a la madre sobre movilización y posturas antiálgicas, teniendo en cuenta la herida quirúrgica, así como sobre las mejores posturas para iniciar la lactancia materna si es la opción deseada.
Hay que tener en cuenta que las mujeres a las que se les ha realizado una cesárea, generalmente necesitan más apoyo para iniciar la alimentación al pecho por los condicionantes intrínsecos a una intervención quirúrgica.

Si una mujer tiene que ser trasladada a la URPA por criterio clínico, se facilitará el contacto piel con piel con la pareja.
En todo caso, se garantizará la estimulación precoz de la lactancia materna apoyada por el profesional sanitario, si es la opción elegida por la madre.
Tras el periodo de dos horas y antes del traslado se valorará:

- ✓ Tensión arterial
- ✓ Permeabilidad del sondaje vesical, drenajes y venoclisis.
- ✓ Valoración apósito quirúrgico.

Mediato u hospitalario tardío: desde las 2 horas posparto hasta las 48 horas (momento en el suele darse el alta hospitalaria).
Tardío o vuelta a casa: después de las 48 horas posparto.
Ante los siguientes signos, la mujer debe buscar atención médica sin demora:
Indicadores de alerta

- ✓ Signos inflamatorios en mamas.
- ✓ Problemas respiratorios.
- ✓ Fiebre superior a 38oC.
- ✓ Loquios con mal olor.
- ✓ Aparición de dolor abdominal, que no cede con reposo y calmantes.
- ✓ Hemorragia vaginal severa o con presencia de coágulos o expulsión de tejido.
- ✓ Molestias al orinar (ardor, dolor).
- ✓ Signos inflamatorios en miembros inferiores: dolor, calor, enrojecimiento, hinchazón.
- ✓ Signos inflamatorios en episiotomía.

Autocuidados de la madre y el recién nacido al Alta hospitalaria.
En los primeros cuidados del bebé, la temperatura es un punto clave. Aunque las manos y los pies fríos son habituales en los recién nacidos sanos, esto no significa que sientan frío.
La cercanía permanente de la mamá facilita el contacto piel a piel, que ayuda a mantener la temperatura del bebé estable. Es recomendable retrasar el primer baño luego del nacimiento, en lo posible 24 horas, y evitar las corrientes de aire en el ambiente en que se encuentra el recién nacido. Para el abrigo se usan prendas adecuadas a la temperatura ambiente sumando una o dos más que lo que usaría el adulto, además de un gorro.
Manos o pies fríos son habituales en recién nacidos y no significa que sientan frío. Cuidados como el contacto piel a piel con la madre o retrasar el primer baño por 24 horas ayudan a mantener la temperatura estable.

Higiene del cordón umbilical

El cordón umbilical de los bebés debe mantenerse limpio y seco. No se coloca ninguna sustancia u objeto en esa área. Si en el cambio de pañal se nota que hay humedad, olor o enrojecimiento en la piel del ombligo, se debe realizar una consulta.
La piel de los bebés recién nacidos, el líquido amniótico y el vérnix o unto sebáceo que los cubre contienen sustancias que los protegen contra infecciones. Es recomendable no bañarlos hasta por lo menos un día después del nacimiento y no colocar ningún producto ni perfume sobre la piel.

Finalmente la actividad sobre cuidados en el puerperio permitió fortalecer los conocimientos de las participantes acerca de la importancia del autocuidado después del parto, tanto en el aspecto físico como emocional. Se evidenció que, aunque existe información básica sobre este periodo, aún es necesario reforzar temas clave como la higiene, la alimentación, los signos de alarma y la salud mental.
Asimismo, se destacó la importancia del acompañamiento familiar y del acceso oportuno a los servicios de salud, lo cual contribuye a una recuperación segura y a la prevención de complicaciones. La participación activa y el interés mostrado reflejan la necesidad de continuar desarrollando espacios educativos que promuevan prácticas saludables durante el puerperio.

Siendo las 03:00 pm se finaliza la actividad previa compartir de refrigerio con los asistentes.
Se anexa evidencia fotográfica, listado de asistencia.

V. COMPROMISOS:

- Apoyar a la madre en las tareas del hogar y el cuidado del bebé.
- Respetar el tiempo de recuperación de la mujer.
- Estar atentos a cambios en su estado físico o emocional y facilitar la búsqueda de ayuda.

VII. CONCLUSIONES:

La actividad desarrollada por el PIC permite orientar la comunidad sobre cuidados en el puerperio los cuales son fundamentales para garantizar la recuperación integral de la mujer y el bienestar del recién nacido. La actividad permitió reforzar conocimientos clave sobre autocuidado, signos de alarma y la importancia del apoyo familiar y la atención oportuna en salud. En conclusión, promover prácticas adecuadas durante este periodo contribuye a prevenir complicaciones y favorece una maternidad segura, saludable y acompañada.

VII. BIBLIOGRAFIA:

- https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/119c8397-3730-4d6b-97a6-bd33f4ca72f5/content
- https://www.paho.org/es/campanas/campana-28-dias-salud-recien-nacido

	MUNICIPIO DE IQUIRA	E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira "íquira se transforma en salud con calidad y humanización" PIC
	DIRECCION LOCAL DE SALUD	

REGISTRO FOTOGRAFICO:





Andrea Leguizamo Pastrana

ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA
ENFERMERA JEFE

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS - PIC IQUIRA

REGISTRO DE ASISTENCIA

E.S.E. Hospital María Auxiliadora de Iquira "Iquira se transforma en salud con calidad y humanización" — PIC

Fecha: 22/04/2026 | Lugar: Barrio María auxiliadora - Modalidad Familiar. | Dimensión: Salud Sexual y reproductiva.

Responsable: Andrea Leguizamo Patrana | Cargo: Enfermera Jefe | Tema: Signos de alarma durante la gestación.

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE DOCUMENTO	EDAD	GENERO			POBLACION CON ENFOQUE DIFERENCIAL						ZONA		TELEFONO	EPS	FIRMA
				M	F	LGTBIQ+	POBREZA	VÍCTIMA	DISCAPACIDAD	REINTEGRACIÓ	ETNIA	AFRODESCEND	R	U			
1	Eliana Velasquez	36311310	46		X										3202761174	sanitas	Eliana Velasquez.
2	Jennifer D vargas T	1193245007	26		X										3228772088	capitasalo	
3	Nela Jaleth B G	1077875668	25		X										3115963171	Sanitas	Nela Jaleth B G
4	Deisy M. Velasquez L.	26593982	39		X										3124189941	Nueva EPS.	Deisy M. Velasquez.
5	Doris Adriana Caviedes	1004497575	26		X										3162776329	Nueva EPS	Doris Adriana Caviedes
6	Isnelda Motta Rojas	1075270913	33		X									X	3123484330	Sanitas	Isnelda Motta R.
7	Camila Castro Lugo	1004491612	27		X										3238842877	Sanitas	Camila Castro
8	Yira Paola Romero	1004492076	25		X										3133697140	NUEVA EPS	Yira Romero
9	Sandra patricia cordoba	1084866581	39		X										3132721645	sanitas	Sandra Patricia cord
10	Martha Lucia Rubiano	1075211626	40		X			X							3144889742	Sanitas	Martha Lucia Rubiano
11	Erika Pérez Gonzalez	1084869465	29		X									X	3174648324	Nueva EPS	Erika Pérez G.
12	leila Margoth Meneses.	1084867698	35		X									X	3138594718	Sanitas	Leila Margoth Meneses.
13	Maryury Martinez M.	1004492226	24		X									X	3108008502	sanitas	Maryury Martinez M.
14	Judith Trujillo O	26515556	54		X										3202339169	Encosalud	Judith Trujillo O.
15	Karam Lorana Vasquez	1083844411	24		X			X							3125312413	sanitas	Karam Lorana V.

Actividad 2	Signos de alarma de complicación durante la gestación (embarazo) y el posparto (puerperio).
Municipio	Íquira
Enfermero Responsable	Andrea Del Pilar Leguizamo Pastrana
Lugar	Barrio María Auxiliadora
Tiempo total de la actividad:	60 minutos
Objetivo:	Realizar taller sobre Identificación de situaciones de interés en Vigilancia en salud pública de la vigilancia basada en la comunidad a vigías y gestores sobre Signos de alarma de complicación durante la gestación (embarazo) y el posparto (puerperio).
Saludo en cada una de las viviendas.	**Tiempo: 5** minutos. **Descripción de la actividad:** Siendo las 2:00 p.m del día miércoles 22 de abril, el equipo PIC se dirigió a la modalidad familiar ubicada en el barrio María Auxiliadora con el propósito de desarrollar la actividad programada. Durante la jornada, se realizó saludo y dinámica a los participantes, para posteriormente educar a la comunidad sobre los signos y síntomas de alarma durante la gestación y el puerperio.
Actividad central:	**Tiempo: 45** minutos **Materiales:** Folleto. A través de la entrega de folletos a cada uno de los habitantes del barrio loma de la cruz se logró proporcionar orientación sobre el cuidado durante la gestación y el posparto, teniendo en cuenta los siguientes aspectos: Importancia del reconocimiento de signos de alarma Durante el embarazo y el posparto, tanto la madre como su familia deben estar atentos a señales que pueden indicar complicaciones graves. Aunque la mayoría de los embarazos transcurren con normalidad, todas las mujeres tienen riesgo potencial de presentar emergencias obstétricas que requieren atención rápida en un establecimiento de salud.

Reconocer estos signos a tiempo puede salvar vidas, ya que permite actuar de forma temprana en situaciones que comprometen la salud de la madre y el bebé.

Signos de alarma durante la gestación (embarazo)
Se recomienda que la gestante acuda de inmediato a un servicio de salud si presenta uno o varios de los siguientes:

Principales signos de alerta:

- ✓ Sangrado vaginal que no sea leve o similar a un manchado ligero.
- ✓ Salida de líquido por la vagina antes de tiempo (posible ruptura de membranas).
- ✓ Fiebre persistente, superior a lo normal.
- ✓ Dolores de cabeza intensos o que no desaparecen incluso con descanso o medicación.
- ✓ Cambios en la visión: visión doble, borrosa o destellos.
- ✓ Hinchazón marcada en cara, manos o pies (especialmente si es súbita).
- ✓ Dificultad respiratoria o dolor en el pecho.
- ✓ Pérdida o disminución significativa de movimientos fetales.
- ✓ Contracciones dolorosas antes del tiempo esperado o dolor abdominal persistente.
- ✓ Vómitos severos que impiden ingerir líquidos o alimentos y causan deshidratación.

Estos síntomas pueden indicar complicaciones serias como preeclampsia, desprendimiento prematuro de placenta, infección, trabajo de parto prematuro o sufrimiento fetal.

SIGNOS DE ALARMA EN EL EMBARAZO POR TRIMESTRE	
Primer trimestre:	✓ Sangrado vaginal y/o cólicos fuertes. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen y pelvis ✓ Ardor para orinar, orina maloliente.
Segundo trimestre:	✓ Sangrado vaginal y/o cólicos fuertes. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen y pelvis

		✓ Ardor para orinar, orina maloliente. ✓ Dolor de cabeza, ver "cocuyos" o luces brillantes, sentir "pitos" o "zumbidos" en los oídos o presentar dolor en la "boca del estómago" que no mejora con las comidas. ✓ Cara, manos y/o pies hinchados al levantarse. ✓ Ausencia o disminución de los movimientos fetales, a partir de los cinco meses
	Tercer trimestre:	✓ Sangrado vaginal y/o cólicos fuertes. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen y pelvis ✓ Ardor para orinar, orina maloliente. ✓ Dolor de cabeza, ver "cocuyos" o luces brillantes, sentir "pitos" o "zumbidos" en los oídos o presentar dolor en la "boca del estómago" que no mejora con las comidas. ✓ Cara, manos y/o pies hinchados al levantarse. ✓ Ausencia o disminución de los movimientos fetales, a partir de los cinco meses. ✓ Contracciones uterinas o salida de líquido por la vagina. ✓ Fiebre. ✓ Dolor en la parte baja del abdomen, ardor para orinar. ✓ Dolor de cabeza, ver "cocuyos" o luces brillantes, sentir "pitos" o

		"zumbidos" en los oídos o presentar dolor en la "boca del estómago" que no mejora con las comidas. ✓ Cara, manos y/o pies hinchados al levantarse. ✓ Disminución o ausencia de los movimientos de su bebé. ✓ Presencia de más de cuatro contracciones en una hora. ✓ Retraso del inicio del trabajo de parto después de la semana 40 de gestación

Signos de alarma durante el puerperio (posparto)
El puerperio comprende las primeras semanas después del parto, y también es un periodo en que puede ocurrir complicaciones.
Inmediato: las 2 primeras horas tras el parto (las mujeres suelen permanecer en salas de parto).

Cesárea

La cesárea es la intervención obstétrica más frecuente. La OMS establece como buena práctica clínica una tasa de cesáreas menor al 15%. En la CAPV se cumple el objetivo con tasas inferiores a esta recomendación en todos los hospitales públicos. En números absolutos significa que algo más de 2.000 mujeres al año son sometidas a esta intervención quirúrgica en nuestros hospitales. Esto justifica que en este protocolo hagamos un apartado específico para el cuidado clínico individualizado en el puerperio tras la cesárea, sin olvidar que las recomendaciones generales de respeto a la fisiología no cambian respecto al puerperio del parto vaginal.

Cuidados durante el puerperio inmediato

Cuidados durante el posparto inmediato Las dos horas posteriores a la cesárea, la mujer permanecerá en el área de partos para el cuidado del posparto inmediato.
Se facilitará que el RN permanezca en contacto piel con piel con la madre teniendo en cuenta que se precisa acomodar el vínculo a la situación del postoperatorio.

Se informará a la madre sobre movilización y posturas antiálgicas, teniendo en cuenta la herida quirúrgica, así como sobre las mejores posturas para iniciar la lactancia materna si es la opción deseada.
Hay que tener en cuenta que las mujeres a las que se les ha realizado una cesárea, generalmente necesitan más apoyo para iniciar la alimentación al pecho por los condicionantes intrínsecos a una intervención quirúrgica. Si una mujer tiene que ser trasladada a la URPA por criterio clínico, se facilitará el contacto piel con piel con la pareja.
En todo caso, se garantizará la estimulación precoz de la lactancia materna apoyada por el profesional sanitario, si es la opción elegida por la madre.
Tras el periodo de dos horas y antes del traslado se valorará:

- ✓ Tensión arterial
- ✓ Permeabilidad del sondaje vesical, drenajes y venoclisis.
- ✓ Valoración apósito quirúrgico.

Mediato u hospitalario tardío: desde las 2 horas posparto hasta las 48 horas (momento en el suele darse el alta hospitalaria).
Tardío o vuelta a casa: después de las 48 horas posparto.
Ante los siguientes signos, la mujer debe buscar atención médica sin demora:
Indicadores de alerta

- ✓ Signos inflamatorios en mamas.
- ✓ Problemas respiratorios.
- ✓ Fiebre superior a 38oC.
- ✓ Loquios con mal olor.
- ✓ Aparición de dolor abdominal, que no cede con reposo y calmantes.
- ✓ Hemorragia vaginal severa o con presencia de coágulos o expulsión de tejido.
- ✓ Molestias al orinar (ardor, dolor).
- ✓ Signos inflamatorios en miembros inferiores: dolor, calor, enrojecimiento, hinchazón.
- ✓ Signos inflamatorios en episiotomía.

Autocuidados de la madre y el recién nacido al Alta hospitalaria.
En los primeros cuidados del bebé, la temperatura es un punto clave. Aunque las manos y los pies fríos son habituales en los recién nacidos sanos, esto no significa que sientan frío.
La cercanía permanente de la mamá facilita el contacto piel a piel, que ayuda a mantener la temperatura del bebé estable. Es recomendable retrasar el primer baño luego del nacimiento, en lo posible 24 horas, y evitar las corrientes de aire en el ambiente en que se encuentra el recién nacido. Para el abrigo se usan prendas

	adecuadas a la temperatura ambiente sumando una o dos más que lo que usaría el adulto, además de un gorro. Manos o pies fríos son habituales en recién nacidos y no significa que sientan frío. Cuidados como el contacto piel a piel con la madre o retrasar el primer baño por 24 horas ayudan a mantener la temperatura estable. **Higiene del cordón umbilical** El cordón umbilical de los bebés debe mantenerse limpio y seco. No se coloca ninguna sustancia u objeto en esa área. Si en el cambio de pañal se nota que hay humedad, olor o enrojecimiento en la piel del ombligo, se debe realizar una consulta. La piel de los bebés recién nacidos, el líquido amniótico y el vérnix o unto sebáceo que los cubre contienen sustancias que los protegen contra infecciones. Es recomendable no bañarlos hasta por lo menos un día después del nacimiento y no colocar ningún producto ni perfume sobre la piel.
Retroalimentación	**Tiempo:** 10 minutos **Descripción de la actividad:** La actividad desarrollada en la modalidad familiar logro evidenciar un adecuado trabajo en equipo por parte del grupo PIC. El acercamiento a la comunidad, permitieó brindar educación de manera personalizada sobre los signos y síntomas de alarma en la gestación y el puerperio. Se destaca la disposición del grupo para escuchar y participar, lo que favoreció el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Despedida	**Tiempo:** 5 minutos **Descripción de la actividad:** Se recomienda a los asistentes de la modalidad familiar barrio maría auxiliadora estar atenta a los signos y síntomas de alarma durante la gestación y el puerperio, tales como sangrado, fiebre, dolor intenso, dolor de cabeza persistente o cambios en el estado general de la madre, y acudir de inmediato al servicio de salud en caso de presentarse alguno de ellos.
Conclusión:	Se logro realizar con éxito la actividad n°2, signos y síntomas de alarma en la gestación y el puerperio. En resumen la actividad realizada permitió fortalecer el conocimiento de la comunidad sobre los signos y síntomas de alarma durante la gestación y el puerperio, promoviendo la importancia del autocuidado y la atención oportuna en salud. La participación de las familias facilitó la apropiación de la información, contribuyendo a la prevención de complicaciones y al bienestar de las madres y sus bebés. En conclusión, estas acciones educativas son fundamentales para fomentar una comunidad más informada, consciente y comprometida con la salud materna.

	MUNICIPIO DE IQUIRA	E.S.E. Hospital María Auxiliadora de íQuira "Íquira se transforma en salud con calidad y humanización" PIC
	DIRECCION LOCAL DE SALUD	

RESGISTRO FOTOGRÁFICO





Fecha	22 de abril 2026
Lugar	Modalidad familiar Barrio maría auxiliadora
Temática	Actividad n°2, signos y síntomas de alarma en la gestación y el puerperio.

Andrea Leguizamo Pastrana

ANDREA DEL PILAR LEGUIZAMO PASTRANA
ENFERMERO JEFE

Signos de alarma durante el embarazo





Sangrado por tus genitales igual o mayor que la mentruacción.

Si no sientes que tú bebé se mueve en más de 2 horas.



Si presentas hinchazón en la cara, manos, piernas O vientre.

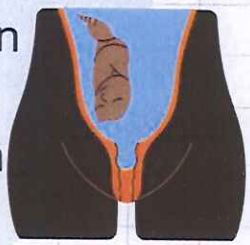




Si no presentas dolores de parto depués de 14 días o más de la fecha probable de parto que te indicarón.



Sálida de líquidos por tus genitales, constante o sin esfuerzo (ruptura de la fuente).



Si sientes dolores dolores de parto (Contracciones uterinas) regulares aprox. 2 a 3 en 10 minutos.



En caso de que Presentes fiebre, dolor abdominal, o dolor de cabeza, Visión borrosa o zumbidos de oídos.



E.S.E. Hospital María Auxiliadora de Íquira

"Íquira se transforma en salud con calidad y humanización"

PIC