



PERÚ

Ministerio de
Salud

Dirección Regional
de Salud Ucayali



PERÚ PROGRESO
PARA TODOS



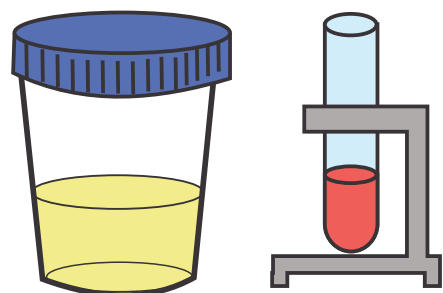
LA GESTANTE Y EL RECIÉN NACIDO

MATERIAL ADAPTADO EN EL MARCO DE LA EJECUCIÓN DE LA INICIATIVA: "RECONOCIMIENTO
DE SIGNOS DE ALARMA EN EL EMBARAZO, PARTO, PUERPERIO Y RECIÉN NACIDO" - FONDO CONCURSABLE - PARSALUD II.

Material adaptado en el marco de la ejecución de la iniciativa: “Reconocimiento de Signos de Alarma en el Embarazo, Parto, Puerperio y Recién Nacido” - Fondo Concursable.

Fuente original: Rotafolio diseñado por la ONG “Futuras Generaciones” en convenio con UNICEF, validado y producido por el MINSA y el Colectivo de Salud Neonatal. Lima, Noviembre del 2010.

ANÁLISIS



1

1

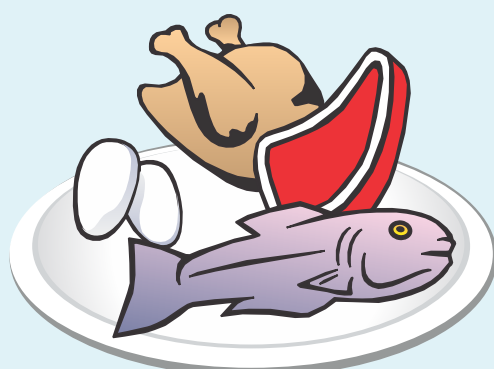
Si está embarazada debe acudir a sus atenciones prenatales para saber si usted está bien y si su bebé está sano y creciendo bien

¿Por qué debe controlarse el embarazo?

- Porque la madre debe recibir la información necesaria para tener un buen embarazo y saber que cuando se presenta algún problema, debe acudir de inmediato al Establecimiento de Salud.
- Porque la madre y el bebé necesitan vigilancia para darnos cuenta si aparece algún problema y recibir la atención conveniente en el Establecimiento de Salud.
- Porque es importante saber si el bebé está creciendo bien y está en buena posición.
- Porque es necesario que la madre se haga su análisis de sangre y de orina para ver si tiene anemia, infección de la orina o algún otro problema que deba ser tratado a tiempo.



MENESTRAS

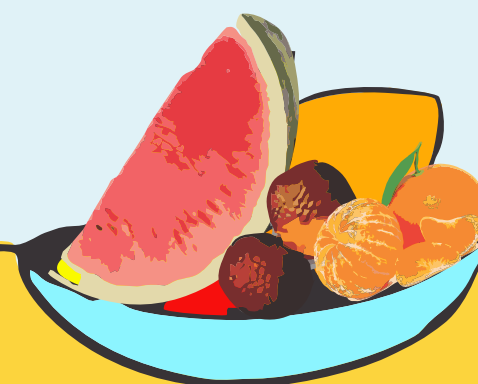
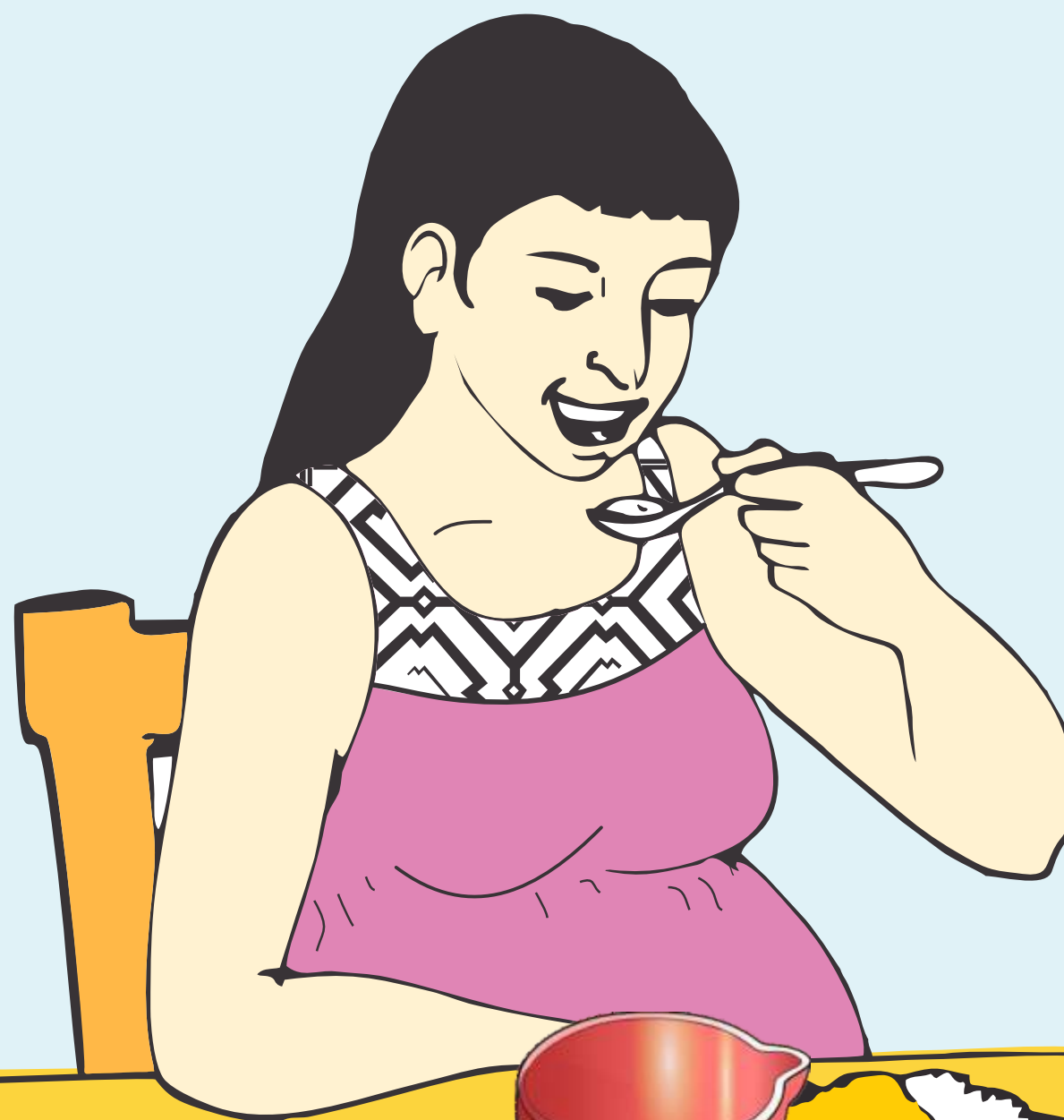
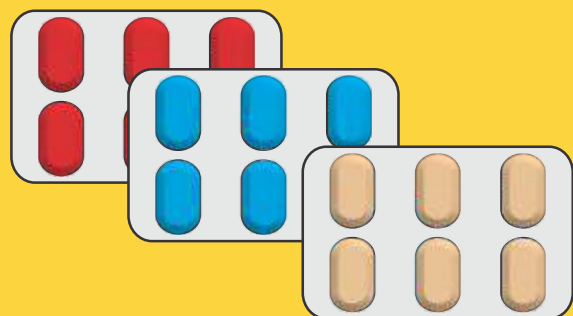


PESCADOS Y CARNES



VERDURAS

VITAMINAS: CALCIO, HIERRO Y
ÁCIDO FÓLICO



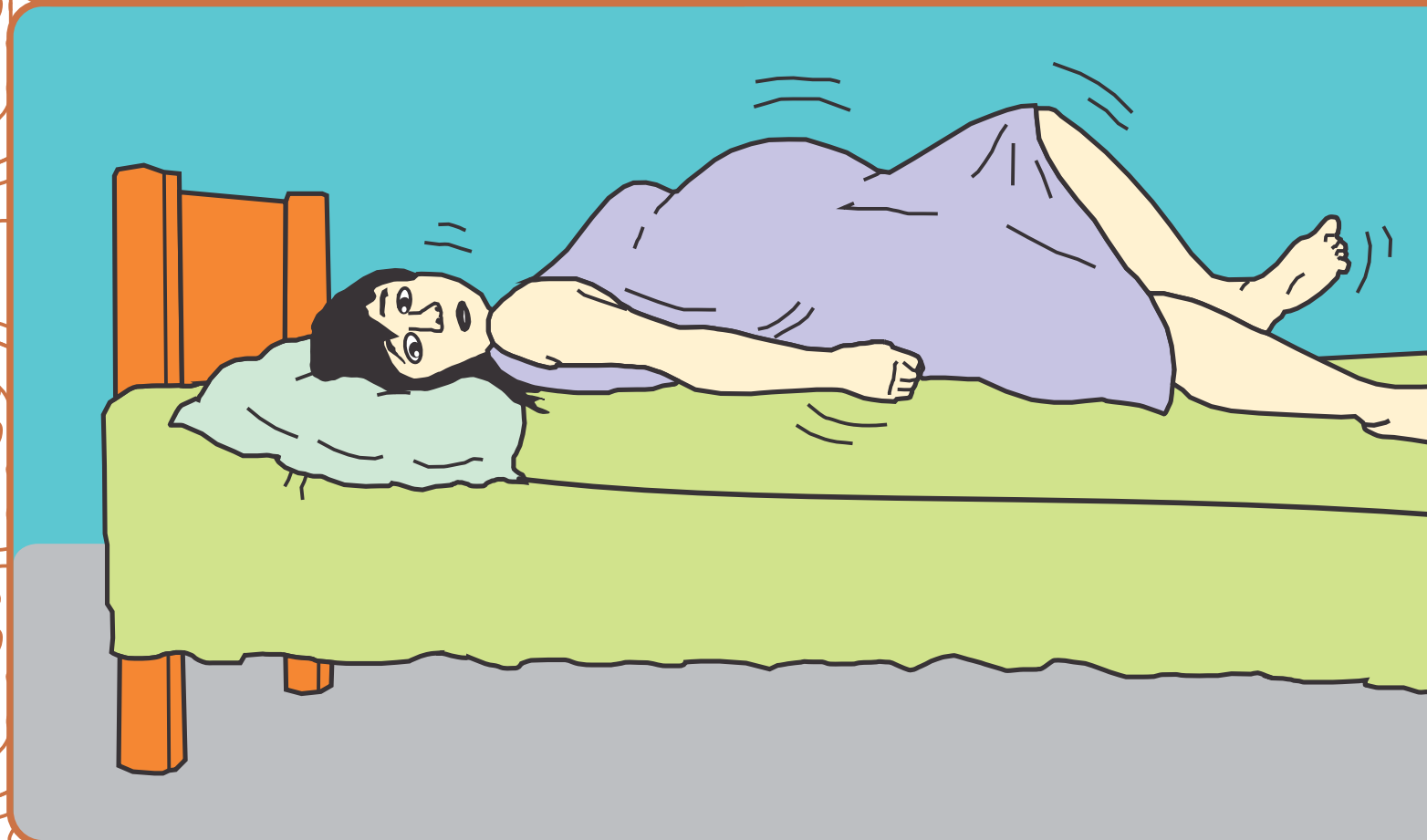
La mujer embarazada debe comer bien y en más cantidad

¿Por qué debe comer bien la gestante?

Ella necesita comer bien para que el bebé esté sano y crezca bien en el vientre y para tener bastante leche materna después del parto.

- Debe comer alimentos como: frejoles, lentejas, habas, pusco poroto, pescado, pollo, hígado, huevos, leche y queso, uno de ellos por lo menos una vez al día.
- Debe comer verduras y frutas, sobre todo tomate, lechuga, zapallo, caigua, pepino, mandarina, papaya, humarí, aguaje, taperiba, mango, zapote, sandia.
- Debe comer 5 veces al día.
- Debe tomar bastantes líquidos.
- Debe tomar las pastillas de hierro y de ácido fólico antes del desayuno.
- Debe evitar comer dulces y gaseosas. Debe reemplazar el azúcar por miel de abeja, chancaca, dale dale, macambo, sachapapa, pan de árbol y fariña.
- Debe realizar trabajos ligeros y no levantar pesos fuertes para tener más energía para el buen crecimiento del bebé durante el embarazo.
- Debe evitar consumir cañazo, ron, cigarros.

LA BUENA NUTRICIÓN FAVORECE EL CRECIMIENTO DEL BEBÉ Y NO DIFICULTA EL PARTO.



3

¿Cómo sabrá la gestante si ella o su bebé están en peligro?

Si usted tiene uno de estos signos, está en peligro:

- Si pierde sangre por sus partes.
- Si se le hincha la cara, las manos o los pies.
- Si tiene fuertes dolores de cabeza.
- Si tiene ataques, convulsiones o desmayos.

¿Qué debe hacer si tiene alguno de estos signos de peligro?

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MAS CERCANO!



4

¿Cómo sabrá la gestante si ella o su bebé están en peligro?

Si usted tiene uno de estos signos, está en peligro:

- Si tiene fiebre.
- Si pierde líquido por sus partes.
- Si el bebé se mueve poco o no se mueve dentro de su vientre.
- Si le duele el vientre o se le pone duro antes de los 8 meses.
- Si tiene demasiados vómitos.

¿Qué debe hacer si tiene alguno de estos problemas?

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MAS CERCANO!

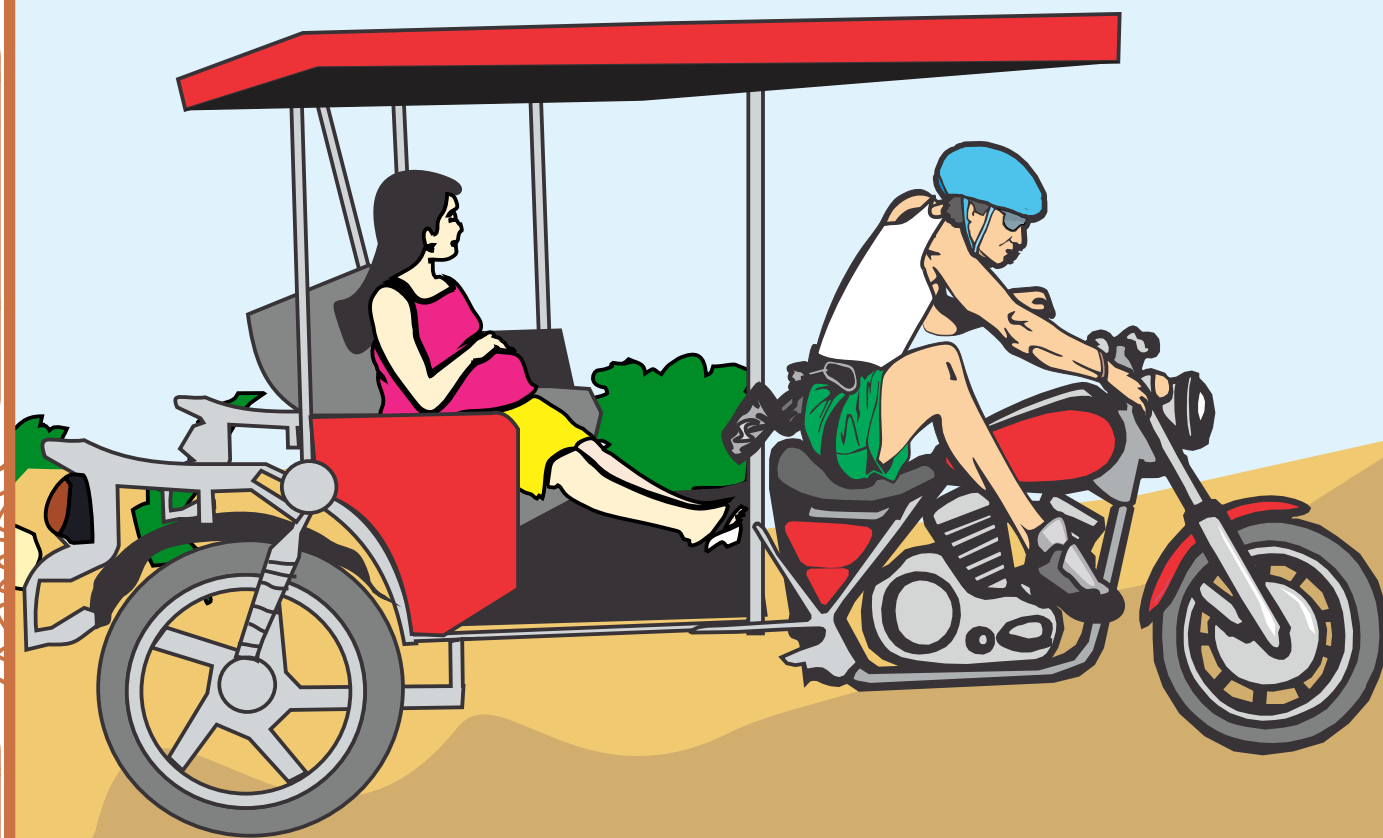


El Plan de Parto es para usted y su familia

El Plan de Parto es ponerse de acuerdo la gestante, la familia y el personal de salud, sobre las cosas que se deberán hacer en la casa y en la comunidad para que el parto sea atendido en el Establecimiento de Salud.

¿Qué debe incluir el Plan de Parto?

- Lo que se hará si se presenta algún signo de peligro en la gestante o en el bebé dentro del vientre.
- A quién encargará la gestante a sus niños y su casa al presentar signos de parto?
- Quién la acompañará al Establecimiento de Salud durante el parto?
- En qué posición será atendido su parto, por decisión propia de la gestante?
- Lo que llevará al Establecimiento de Salud para la madre y para el recién nacido, como ropitas y pañales. También es importante llevar los documentos de la madre como su DNI, su plan de parto y su tarjeta del embarazo.



**CENTRO
DE SALUD**



6

Cuando empiezan las señales del parto, la gestante acude al Establecimiento de Salud

¿Cuáles son las señales del trabajo de parto?

- El vientre le duele o se le pone duro con más frecuencia.
- Pierde moco con sangre por sus partes.

¿Por qué es necesario que acuda al Establecimiento de Salud para que se atienda el parto?

- Porque le pueden ayudar a solucionar cualquier complicación que se presente durante o después del parto en la madre o en el bebé.

ACUDA AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD ACOMPAÑADA DE SU PAREJA O ALGÚN FAMILIAR.



7

Apenas nace su bebé, se le seca, se le abriga y se le pone al pecho en contacto directo con la piel de la madre

¿Por qué es necesario mantener al bebé seco y abrigado inmediatamente después de que nace?

- Al nacer el bebé está mojado y se enfría rápidamente y eso es peligroso.
- Mantener la habitación abrigada es bueno porque ayuda a que el bebé no se enfríe.

¿Cómo se mantiene abrigado al bebé?

- Al nacer, se usan dos pañales: el primero para secar al bebé y el segundo para envolverlo y abrigarlo.
- Se pone al bebé en contacto con la piel de la madre por lo menos durante una hora para que succione el pecho de la madre.
- El bebé se mantiene vestido y abrigado.

EL BEBÉ DEBE NACER EN EL ESTABLECIMIENTO DE SALUD.



8

Apenas nace el bebé debe llorar y respirar inmediatamente

¿Qué sucede si su bebé no llora o no respira inmediatamente después de nacer?

- El bebé está en peligro. En el Establecimiento de Salud lo atenderán con cuidado ayudándole a que respire.
- En el Establecimiento de Salud hay personas que saben qué hacer cuando el bebé está en peligro.
- Si el bebé no llora o no respira, se le seca con energía para estimularlo.
- Si todavía no respira, el personal de salud lo ayudará a que respire bien.
- El nacer en casa tiene riesgos para el bebé. Pueden ocurrir problemas muy serios que a veces ocasionan daños y muerte del bebé.

EL BEBÉ DEBE NACER EN EL ESTABLECIMIENTO DE SALUD.



9

No hay que bañar al bebé el primer día de su nacimiento, tiene que mantenerse abrigado y junto a la madre

¿Por qué no se debe bañar al bebé después que nace?

- Porque el bebé se enfría y eso es peligroso.
- Debe esperarse hasta el segundo día para que su cuerpo se acostumbre a la temperatura del ambiente y estar fuera del vientre materno.

¿Por qué tiene que mantener a su bebé junto a usted?

- Porque el calor de su cuerpo lo mantendrá calentito.
- Para que esté abrigado y para que le dé de lactar en cualquier momento y frecuentemente.

¿Por qué usted debe empezar a dar el pecho a su bebé inmediatamente después de nacer?

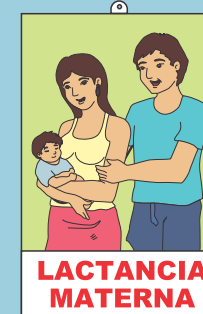
- Porque la primera leche protege a su bebé de las enfermedades.
- Porque la succión inmediata a su pecho le ayudará a tener más leche.
- Porque con la leche materna su bebé va crecer más sano y más inteligente.
- Porque la succión al pecho favorece la salud de la madre. Le ayuda a que el útero vuelva a su tamaño normal y que tenga menos sangrado.

¿Cómo debe poner al pecho a su bebé?

- Frote el labio inferior del bebé con la punta de su pezón.
- Cuando el bebé abra bien la boca, acérquelo al pecho para que la parte oscura entre bien en la boca; así evitará heridas en su pezón.
- La barriga del bebé debe estar contra la barriga de la madre, y la madre sentada con la espalda apoyada.

NO OLVIDE LAVARSE LAS MANOS ANTES DE DAR DE LACTAR.

CRED



10

Hay que examinar y pesar a su bebé periódicamente para ver si está creciendo y desarrollándose como se espera

¿Cuándo debe ser revisado el bebé por el personal de salud?

- Al primer día, a los 7 días, a los 15 días y después cada mes hasta cumplir 1 año.
- Si naciera en casa, lo deben llevar de inmediato, para ver si está bien.

¿Cómo es el niño sano?

- Respira bien, tiene color rosado, su piel está tibia y puede llorar con fuerza.
- Mantiene los bracitos y las piernas flexionados.
- Busca la teta y succiona bien la leche .
- Debe hacer pichi por lo menos 6 veces al día para saber que está tomando la cantidad adecuada de leche .
- La caca es primero ne gra y ligosa, luego verdosa o amarilla grumosa como zapallo. Luego, puede no hacer caca por varios días y no es problema.

SU BEBÉ NECESITA VARIOS CONTROLES EN EL PRIMER MES.



Si su bebé no quiere mamar o vomita 3 veces seguidas después de mamar, está en peligro

¿Por qué su bebé no quiere mamar?

- Los bebés dejan de mamar cuando están enfermos.
- Si su bebé no desea mamar, está en peligro.

¿Por qué su bebé vomita frecuentemente?

- Los bebés vomitan a cada rato cuando están enfermos.
- Si su bebé vomita 3 veces seguidas, está en peligro.

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MÁS CERCANO!



**Si su bebé está decaído o no despierta,
está en peligro**

¿Por qué está en peligro si su bebé está decaído o no despierta?

- Porque su bebé puede tener una enfermedad grave.

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MÁS CERCANO!



Si su bebé respira rápido o está frío, está en peligro

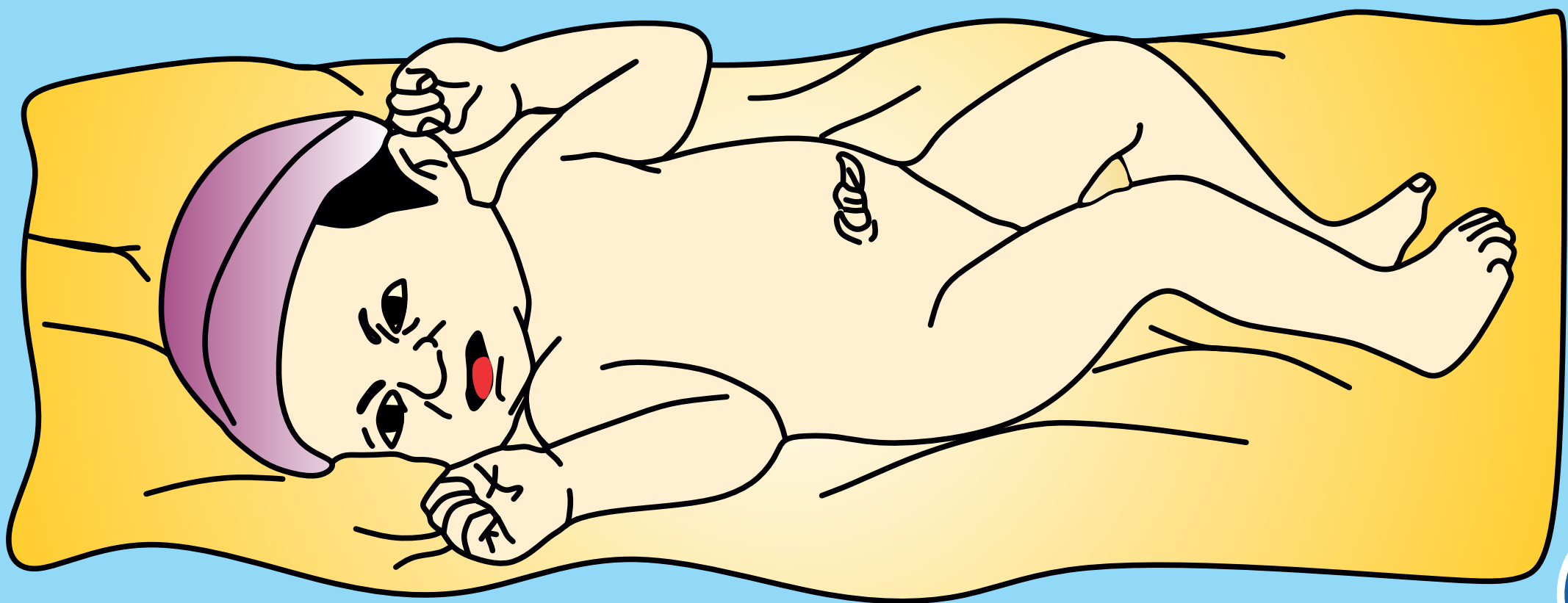
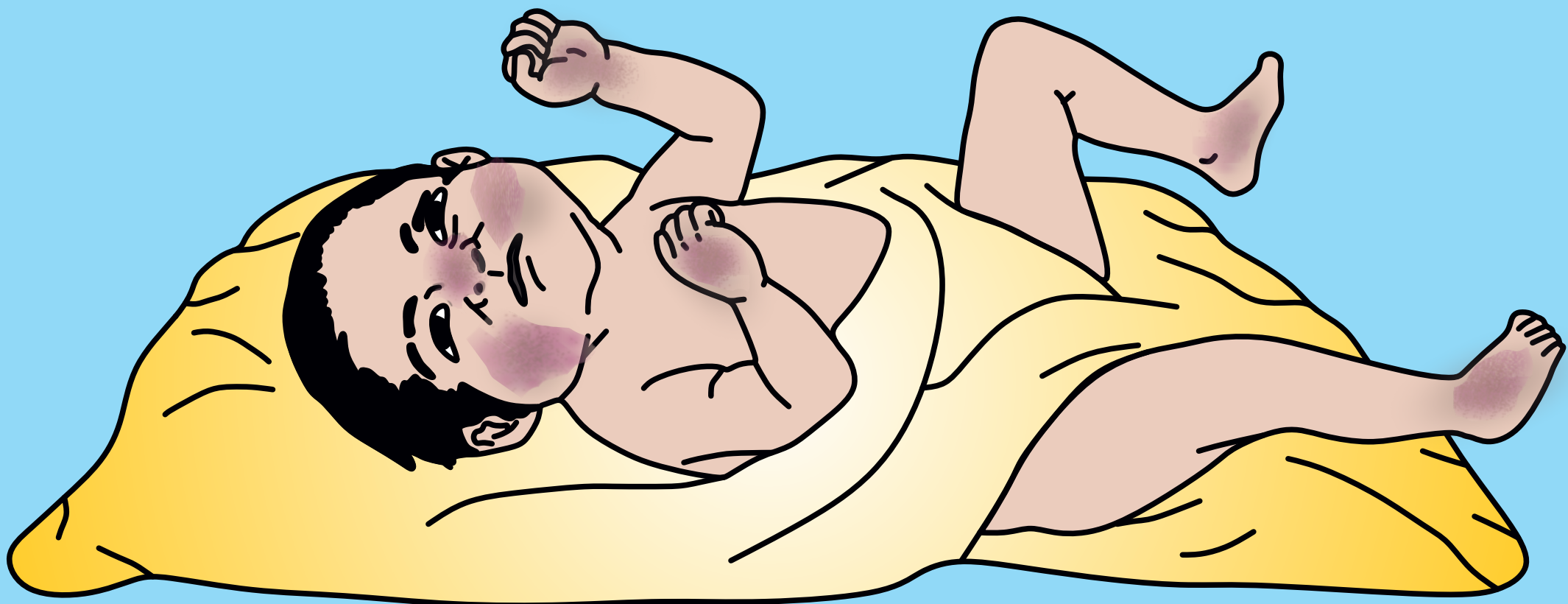
¿Por qué su bebé respira rápido o está frío?

- Si su bebé tiene respiración rápida o está frío, está en peligro: puede tener neumonía o algún otro problema muy serio.

¿En cualquiera de estos casos qué debe hacer?

- Abríguelo y...

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MÁS CERCANO!



**Si su bebé está morado o amarillo,
está en peligro**

¿Qué debe hacer si su bebé está morado o amarillo?

- Si tiene la cara, los pies y las manos moradas o
- Si tiene los ojos y el cuerpo amarillo
- Quiere decir que está muy enfermo. Está en peligro.

En cualquiera de estos casos ¿qué debe hacer?

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MAS CERCANO!



**Si su bebé tiene el ombligo (pupo) rojo o con pus,
está en peligro**

¿Qué debe hacer para evitar que su bebé tenga el ombligo (pupo) rojo o con pus?

- Lávese las manos con agua y jabón antes y cada vez que tenga que atender a su bebé, después de cambiar su pañal y después de usar el baño.
- Mantenga el cordón limpio y seco, así se caerá solito.
- Bañe a su bebé con toallas húmedas tibias y no en una tina con agua, hasta que se caiga el cordón.
- Cambie el pañal a su bebé con frecuencia.

¿Qué debe hacer si el bebé tiene el ombligo (pupo) rojo o con pus?

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MÁS CERCANO!



16

Hay que vacunar a su bebé cuando nace y cada vez que el personal de salud se lo indique

¿Por qué es necesario vacunar a su bebé?

- Para protegerlo de enfermedades graves.

¿Qué debe hacer?

- Vacunarlo cuando nace y cada vez que el personal de salud se lo indique.
- Vacunarlo en los meses que le toca.
- Cuide el carnet de vacunación y llévelo cuando le toque su control en el Establecimiento de Salud cada mes.



Tendrá un bebé que crece más sano e inteligente si lo cuida y se cuida bien

¿Qué debe hacer para que su bebé crezca más sano e inteligente?

- Darle sólo pecho hasta los 6 meses, no necesita otros líquidos o alimentos.
- Cuando cumpla 6 meses, hay que continuar el pecho y además empezar a darle alimentos espesos.
- Debe ser controlado al primer día, a los 7 días y a los 15 días. Luego cada mes hasta que cumpla un año, para su control de crecimiento y desarrollo.
- En los controles lo van a pesar y medir para ver cómo está creciendo, le ponen las vacunas que le tocan y le van a enseñar como lo deben cuidar y alimentar.
- Asista a las sesiones demostrativas organizadas por el personal de salud.
- Inscriba a su bebé para que tenga su documento de identidad.
- Inscriba a su bebé en el Seguro Integral de Salud (SIS).
- Asista al control del puerperio a los 7 días y a los 30 días.
- Espaciar el próximo embarazo utilizando un método anticonceptivo.

Si en cualquier momento su bebé tiene algún signo de peligro:

¡ACUDA DE INMEDIATO AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD MÁS CERCANO!