

NUEVE MESES DE AMOR Y EDUCACIÓN



AREANDINA

Fundación Universitaria del Área Andina

- Angela María Álvarez López (aalvarez19@areandina.edu.co),
- Gleydiz Arboleda Amortegui (glarboleda@areandina.edu.co),
- Sandra Yineth Chacón Bambagüe (schacon3@areandina.edu.co),



INTRODUCCIÓN

La educación a la gestantes como estrategia en la atención integral, tiene un gran impacto en la salud de la madre y el bebé; consisten en la preparación física y mental de la mujer durante la gestación, el momento del parto y el cuidado general del recién nacido; donde los estilos de vida son fundamentales para el adecuado desarrollo del feto, generando protección a la madre y el recién nacido.

Palabras claves: Embarazo, Gestantes, Hábitos saludables, Educación en salud



METODOLOGÍA

- **Diseño: observacional** descriptivo de corte transversal
- **Población estimada:** 100 gestantes que asistan a la institución hospitalaria
- **Fases del proyecto:**
 - Fase 1: Acercamiento y caracterización sociodemográfica de la población
 - Fase 2: Desarrollar estrategias de intervención educativa en el cuidado prenatal y del recién nacido
 - Fase 3: Seguimiento de la gestante y cuidados del recién nacido.
 - Fase 4: Evaluación de impacto y desarrollo de los productos.
- **Componente Bioético:** Riesgo Mínimo



RESULTADOS

- El 53,8% de las gestantes reporta que a veces toma medidas para prevenir el cansancio.
- El 40% de las gestantes afirma que duerme lo suficiente de manera rutinaria.
- El 25% realiza ejercicios vigorosos regularmente, mientras que el 61,5% no sigue un programa estructurado de actividad física.
- Fomento de hábitos saludables y Cuidado prenatal. experiencia.

ESCANEA EL QR
ÚNETE A LA EXPERIENCIA



OBJETIVO GENERAL

Incrementar el conocimiento en estilos de vida y cuidados prenatales en gestantes en una institución hospitalaria de mediana complejidad del Departamento de Risaralda, 2023.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar estilos de vida saludable en la población gestante.
- Fomentar estilos de vida saludable en mujeres en periodo de gestación.
- Promover el cuidado prenatal y del recién nacido en mujeres gestantes.



Referencias Bibliográficas:

- 1.Role of Physical Therapists in Obstetric Care: A Systematic Review" de J. Q. Uy et al. (2020)
- 2.Pregnancy-Related Pelvic Girdle Pain: An Integrative Review" de L. J. Vermani y J. W. Loughnan (2017)
- 3.Sharma, N., & Singh, N. (2019). Interdisciplinary approach in antenatal care. Journal of Education and Health Promotion, 8, 226. doi: 10.4103/jehp.jehp_77_19
- 4.Pregnancy-Related Pelvic Girdle Pain: An Integrative Review" de L. J. Vermani y J. W. Loughnan (2017)
- 5.Guía clínica de atención respiratoria durante el embarazo (Méndez y Luch, 2017)