

Rotafolio maternidad, recién nacida y recién nacido saludables



ESTRATEGIA DE ATENCIÓN INTEGRAL DE LA NIÑEZ Y LA MUJER
Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. Guatemala.

GUÍA PARA UNA MATERNIDAD Y RECIÉN NACIDA (O) SALUDABLES

SI LA MUJER ESTÁ:	ACONSEJE SOBRE:	APOYESE EN LA LÁMINA:
EMBARAZADA	Señales de peligro en el primer trimestre *	1
	Señales de peligro en el segundo y tercer trimestre *	2
	Plan de emergencia	3
	<i>* Si encuentra una señal de peligro refierala a un hospital o servicio de salud.</i>	
EMBARAZADA	Cuidados y atención de la embarazada sin señales de peligro	4
	Alimentación de la embarazada	5
	Suplementación en el embarazo y como evitar y tratar la anemia	6
	Preparación para la lactancia materna	7
PUERPERA Y EN PERÍODO DE LACTANCIA	Señales de peligro en la recién nacida/o *	8
	Alimentación de la madre en período de lactancia	9
	Problemas durante la lactancia materna	10
	<i>* Si encuentra una señal de peligro refierala/o a un hospital o servicio de salud.</i>	
EMBARAZADA Y PUERPERA	Promoviendo la planificación familiar	11
	Los métodos de planificación familiar	12

EMBARAZADA (1,2,3)
(SEÑALES DE PELIGRO)

EMBARAZADA
(4,5,6,7)

PUERPERA
(8,9,10)

EMBARAZADA
Y PUERPERA
(11, 12)

Lámina Prenatal 1

Señales de peligro en el primer trimestre del embarazo

1. Mire y pregúntele a la embarazada si tiene una señal de peligro:

- ¿Cómo se siente?
- ¿Tiene sangrado vaginal?
- ¿Tiene flujo vaginal (con mal olor, espeso o de color amarillo, verde o blanco)?
- ¿Tiene molestias al orinar?
- ¿Tiene fiebre?
- ¿Tiene dolor fuerte del estómago?

SI TIENE UNA O MÁS SEÑALES DE PELIGRO, DIGA:

- Usted tiene una señal de peligro. Eso quiere decir que su vida o la de la niña o niño que va a nacer está en peligro. Active Plan de Emergencia Familiar y vaya rápido al servicio de salud u hospital más cercano. LLENE UNA BOLETA DE REFERENCIA.

SI NO TIENE UNA SEÑAL DE PELIGRO DÍGALE CUÁLES SON. ADEMÁS DIGA:

- Es necesario preparar el Plan de Emergencia Familiar (Ver lámina 3. Prenatal) para saber qué hacer si tuviera una de estas señales de peligro para ir al hospital más cercano.

2. Aconseje según la situación

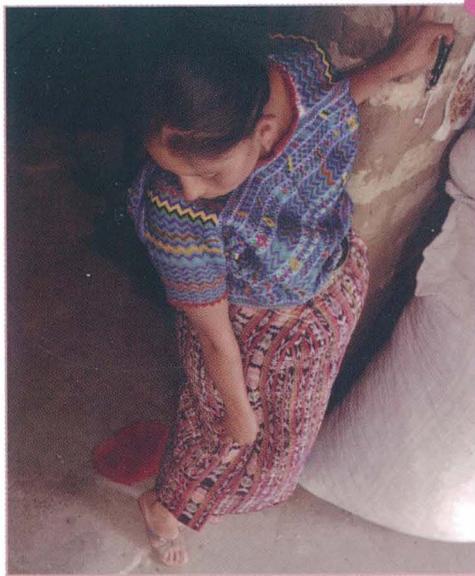
Las señales de peligro en el embarazo son:

- Hemorragia vaginal
- Flujo vaginal (con mal olor, espeso o de color amarillo, verde o blanco)
- Molestias al orinar
- Fiebre
- Dolor fuerte en la boca del estómago

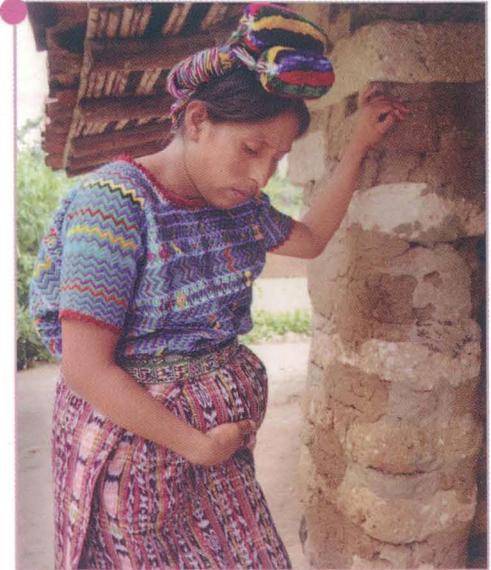
3. Haga un compromiso con la embarazada para que tenga un Plan de Emergencia en caso de peligro. Entregue hoja de Señales de Peligro y Plan de Emergencia Familiar y ayude a responder las preguntas.

4. Dele la hoja de "Consejos para la familia de una embarazada".

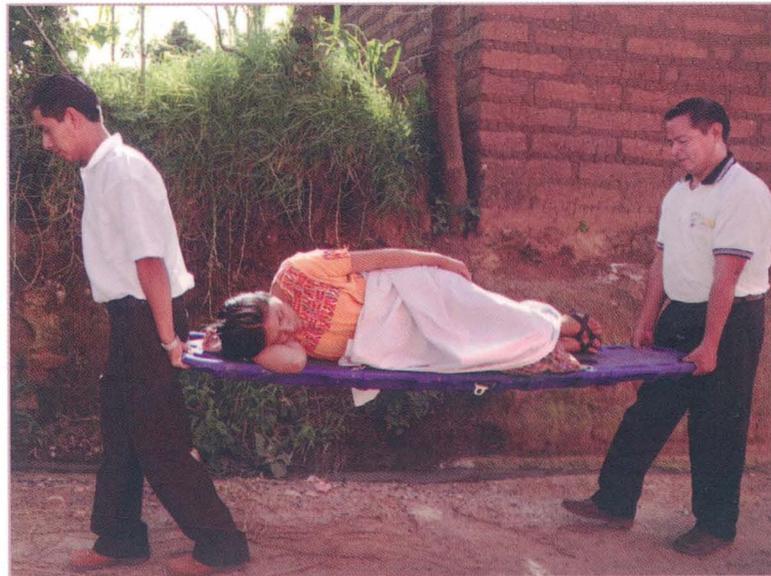
Señales de peligro en el primer trimestre del embarazo



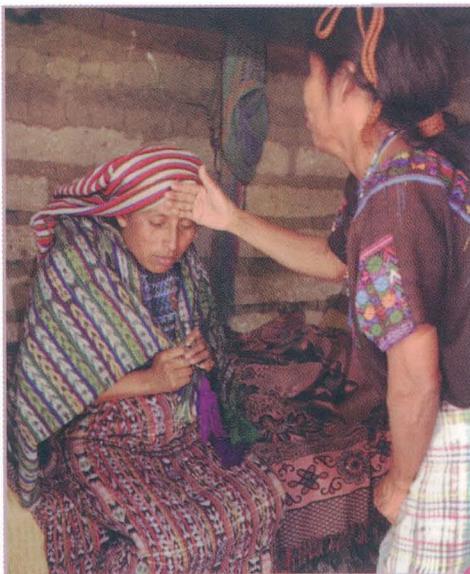
Sangrado o hemorragia vaginal



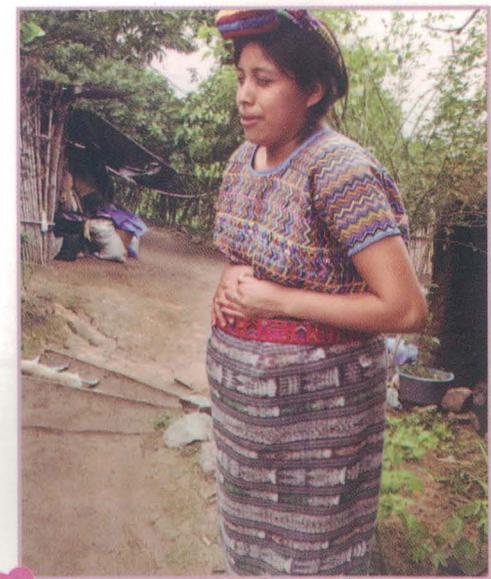
Molestias al orinar



Llévenla rápido al servicio de salud más cercano



Fiebre



Dolor fuerte en la boca del estómago

Lámina Prenatal 2

Señales de peligro en el segundo y tercer trimestre del embarazo

1. Mire y pregúntele a la embarazada si tiene una señal de peligro:

- ¿Cómo se siente?
- ¿Tiene sangrado vaginal?
- ¿Tiene dolor muy fuerte?
- ¿Tiene molestias al orinar?
- ¿Tiene salida de líquido por la vagina?
- ¿Tiene fiebre?
- ¿Tiene disminución o ausencia de movimientos del bebé en el vientre?
- ¿Está hinchada?
- ¿Se le nubla la vista, ve puntos negros?

SI TIENE UNA O MÁS SEÑALES DE PELIGRO, DIGA:	SI NO TIENE UNA SEÑAL DE PELIGRO DÍGALE CUÁLES SON. ADEMÁS DIGA:
<ul style="list-style-type: none">● Usted tiene una señal de peligro. Eso quiere decir que su vida o la del niño o niña que va a nacer está en peligro. Active Plan de Emergencia Familiar y vaya rápido al servicio de salud u hospital más cercano. LLENE Y DELE UNA BOLETA DE REFERENCIA.	<ul style="list-style-type: none">● Es necesario preparar el Plan de Emergencia Familiar (Ver lámina 3. Prenatal) para saber qué hacer si tuviera una de estas señales de peligro porque debe avisarle a su comadrona e ir al servicio de salud u hospital más cercano.

2. Aconseje según la situación:

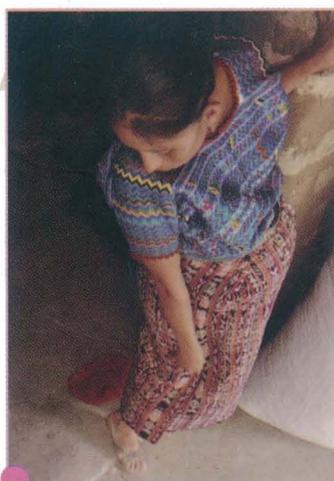
Las señales de peligro en el embarazo son:

- ▶ Sangrado vaginal o salida de líquido por la vagina.
- ▶ Dolor de cabeza frecuente y fuerte.
- ▶ Se le nubla la vista, ve puntos negros o puntos de luz.
- ▶ Manos, cara y cuerpo hinchados.
- ▶ Fiebre.
- ▶ Disminución o ausencia de movimientos del bebé en el vientre.

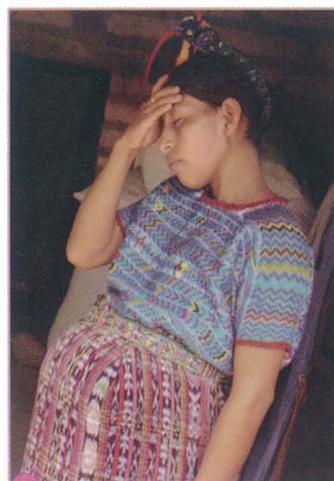
3. Haga un compromiso con la embarazada para que tenga un Plan de Emergencia en caso de peligro. Entregue hoja de Señales de Peligro y Plan de Emergencia Familiar y ayude a responder las preguntas.

4. Dele la hoja de "Consejos para la familia de una embarazada".

Señales de peligro en el segundo y tercer trimestre del embarazo



Sangrado o hemorragia vaginal



Dolor de cabeza



Visión nublada, ve puntos negros o puntos de luz



Tiene manos, cara y cuerpo hinchado



Fiebre



Llévenla rápido al servicio de salud más cercano

EMBARAZADA (1,2,3)
(SEÑALES DE PELIGRO)

EMBARAZADA
(4,5,6,7)

PUERPERA
(8,9,10)

EMBARAZADA
Y PUERPERA
(11,12)

Lámina Prenatal 3

Cómo hacer el plan de emergencia familiar

1. Pregunte:

- ¿Sabe a dónde ir?
- ¿Cómo va ir?
- ¿Cuánto dinero tiene listo?
- ¿En qué le puede ayudar el Comité de Salud?
- ¿Quién le va a acompañar?
- ¿Quién va a cuidar su casa y sus otros hijos/os?
- ¿Qué debe llevar? (carné e identificación)
- ¿Quién es el responsable?

2. Aconseje:

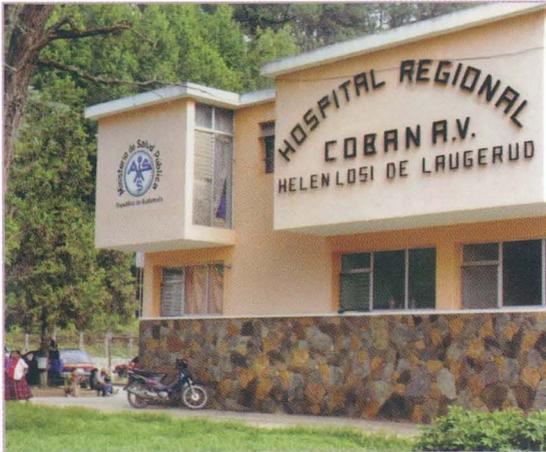
Si tiene una o más de las señales de peligro, usted puede morir y es necesario que la lleven rápido al Centro de Salud u Hospital más cercano para que se recupere.

3. Haga un compromiso con la embarazada para que tenga un Plan de Emergencia en caso de peligro.

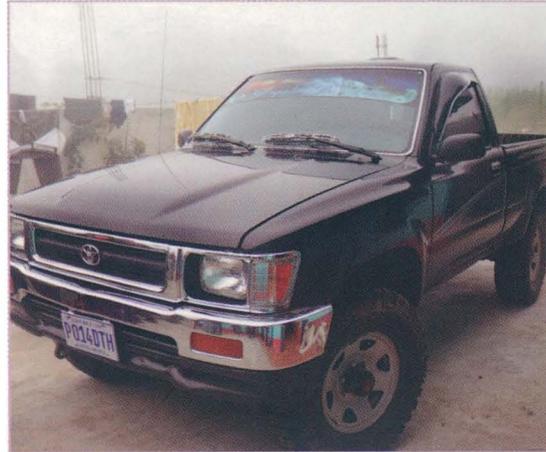
4. Entregue hoja de Señales de Peligro y Plan de Emergencia Familiar y ayude a responder las preguntas.

3.

Prenatal 3 Cómo hacer el plan de emergencia familiar



¿A dónde ir?



¿Cómo ir?



¿Cuánto dinero tenemos listo?



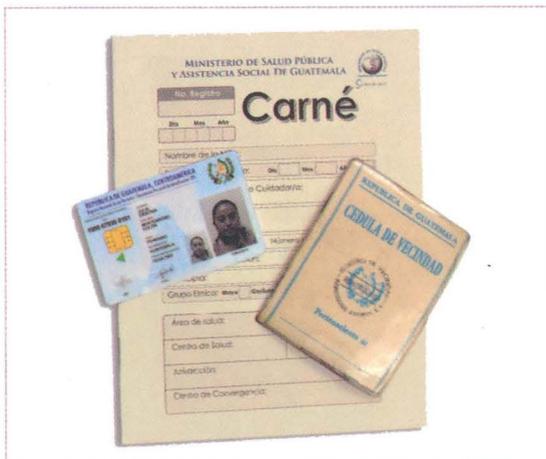
¿En qué puede ayudar el Comité de Salud?



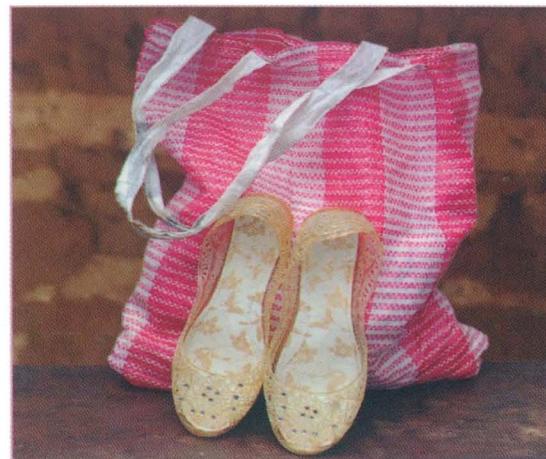
¿Quién me acompaña?



¿Quién cuida mi casa y a mis otros hijos?



¿Qué debo llevar?



¿Qué debo llevar?



¿Quién es el responsable?

EMBARAZADA (1,2,3)
(SEÑALES DE PELIGRO)

EMBARAZADA
(4,5,6,7)

PUERPERA
(8,9,10)

EMBARAZADA
Y PUERPERA
(11, 12)

Lámina Prenatal 4

Atención de la embarazada sin señales de peligro

1. Felicite a la embarazada.
2. Pregúntele:

- ¿Ha ido a un servicio de salud para la atención de su embarazo?
- ¿Le han puesto sus vacunas?
- ¿Está tomando hierro y ácido fólico?

3. Aconseje según la situación:

- Vaya a recibir atención para su embarazo por lo menos 4 veces (Semana: 12, 26, 32 y 36 ó 38). Recuerde ir al inicio y un mes antes de la fecha de su parto para que le digan en qué posición está su niña o niño.
 - Además de las visitas que le hace la comadrona, debe ir a un servicio de salud, porque ahí le dicen si su embarazo va bien o si tiene alguna señal de peligro. Vaya al servicio de salud que le quede más cerca.
- En el servicio de salud le van a poner todas las vacunas, las cuales evitan que le de tétanos a la niña o el niño que va a nacer.
 - En el servicio de salud le dan pastillas de hierro y ácido fólico, que le ayudan a evitar que le de anemia a usted y que su niña o niño nazca con problemas o enfermedades.
 - En el servicio de salud la van a pesar para saber si ha ganado el peso esperado para que su niña o niño nazca sana/o.
- Es bueno dejar pasar 3 años antes del siguiente embarazo.
 - Yo le puedo aconsejar sobre todos los métodos de planificación familiar que existen para espaciar su próximo embarazo o para ya no tener más hijas/os, después del parto. (VER LÁMINAS 11 Y 12, O TRIFOLIAR DE MÉTODOS DESPUÉS DEL PARTO)
 - Hable con su pareja para decidir qué método de planificación familiar les conviene usar.

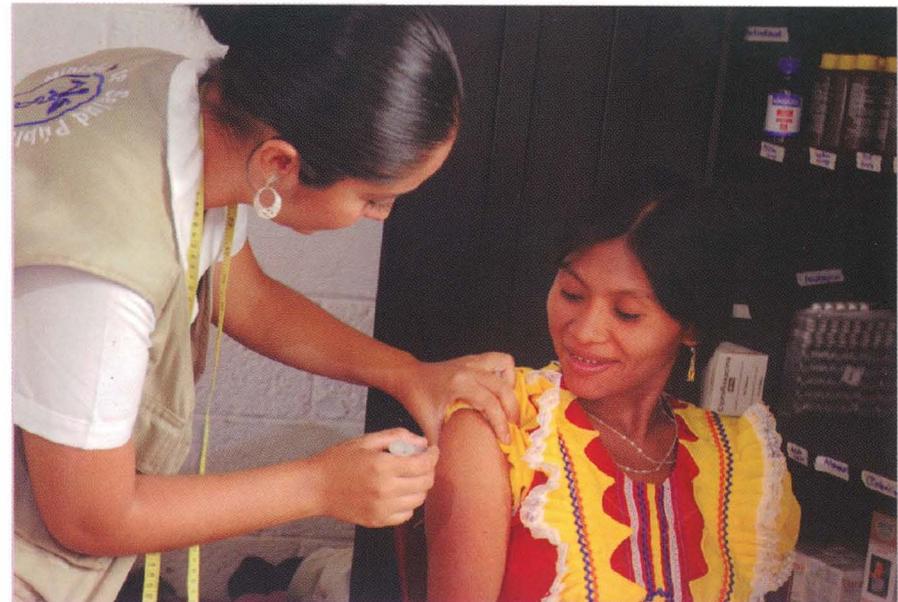
4. Haga un compromiso con la embarazada para que vaya al servicio de salud a la atención de su embarazo.

5. Dele la Hoja de "Consejos para la familia de una embarazada".

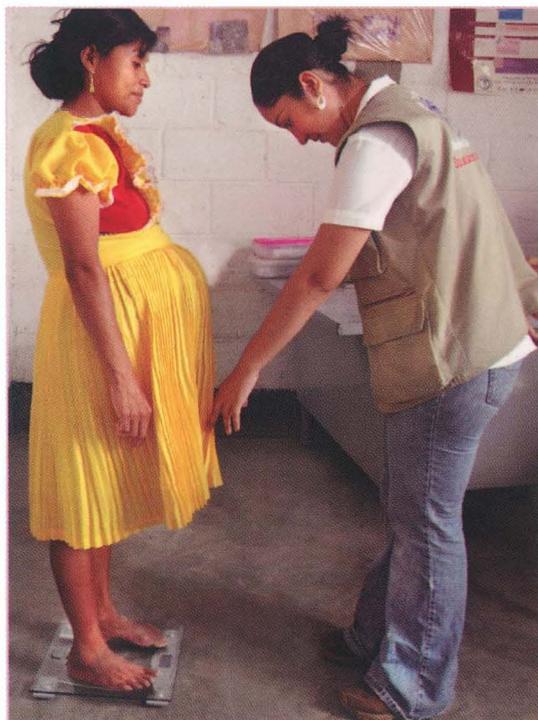
Atención de la embarazada sin señales de peligro



Recibo atención en mi embarazo por lo menos 4 veces.



Recibo todas las vacunas que evitan que le de tétanos a la niña o niño que va a nacer



Me pesan para ver si he ganado el peso esperado



Es bueno dejar pasar 3 años antes del siguiente embarazo

Lámina Prenatal 5

Alimentación de la embarazada

1. Felicite a la embarazada.

2. Pregúntele:

- ¿Cuántas veces come al día?
- ¿Qué come?
- ¿Come entre tiempos de comida?

3. Aconseje según la situación:

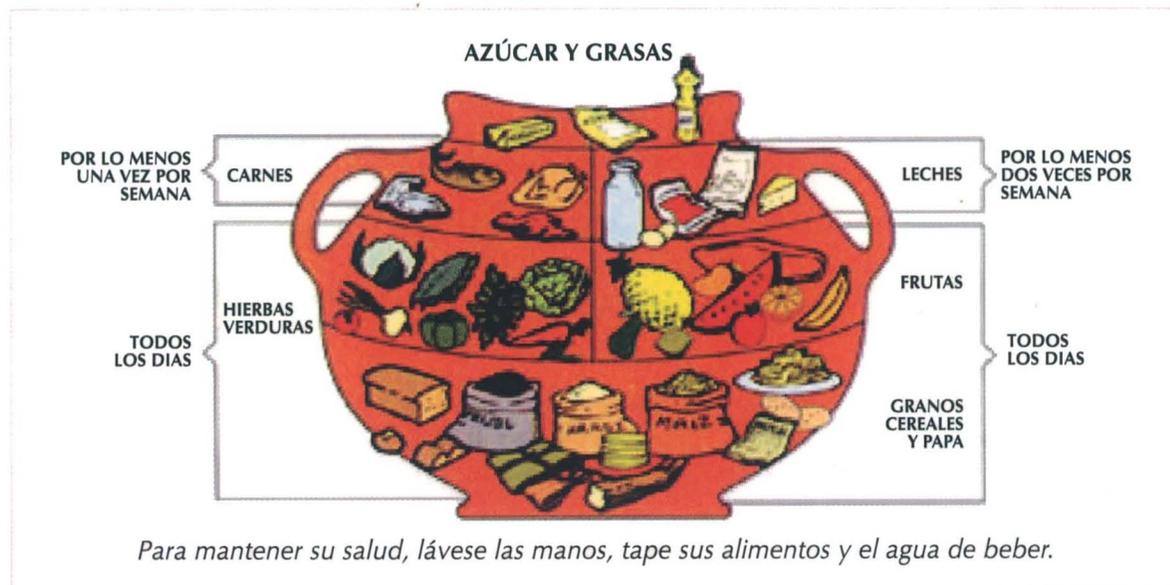
- Coma de todo lo que tenga en la casa, recomiende los pasos para una alimentación sana en base a la olla de alimentos de Guatemala. (Enseñe el dibujo de la olla)
 - ▶ Incluya en todos los tiempos de comida granos, cereales o papas, porque alimentan, son económicos y sabrosos.
 - ▶ Coma todos los días hierbas o verduras para beneficiar su organismo.
 - ▶ Todos los días coma fruta, cualquiera que sea, porque son sanas, ayudan a la digestión y alimentan.
 - ▶ Si come todos los días tortillas y frijoles, por cada tortilla coma una cucharada de frijol para que ésta sea más sustanciosa.
 - ▶ Al menos dos veces por semana coma un huevo o un pedazo de queso o tome un vaso de leche o atol espeso de Incaparina.
 - ▶ Al menos una vez por semana coma un pedazo de hígado de res o hígado de pollo o carne de res o carne de pollo o carne de pescado, para fortalecer su organismo.
 - ▶ Agregue una comida más por día, aparte de lo que comía cuando no estaba embarazada, puede ser una tortilla con frijoles volteados o fritos o una taza de atol espeso o una fruta.
- Los alimentos que no debe comer son: aguas gaseosas, bolsitas de las tiendas, café, chile y masticar chicle.
- No debe fumar, ya que su niña o niño puede nacer con bajo peso.

4. Recuerde que las vitaminas de los alimentos que coma pasarán a su niña o niño y ayudará a la formación de huesos, dientes y todos los órganos del cuerpo de su niña o niño.

5. Haga un compromiso con la embarazada para que vaya al servicio de salud a la atención de su embarazo.

6. Dele la Hoja de Consejos para la familia de la embarazada.

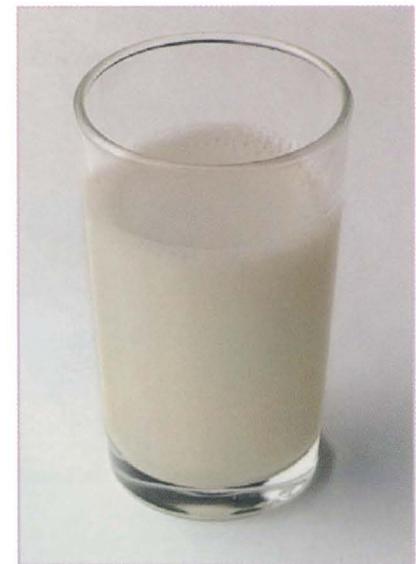
Alimentación de la embarazada



Siga los pasos para una alimentación sana



Coma de todo lo que tenga en su casa, y una comida más por día



La refacción que aumente puede ser un vaso de atol espeso

Lámina Prenatal 6

Suplementación en el embarazo y cómo evitar y tratar la anemia

1. Felicite a la embarazada.
2. Observe si la mujer tiene signos de anemia (palidez, cansancio, dolor de cabeza, mucho sueño, mareo).
3. Para la prevención aconseje:
 - En el servicio de salud le recomendarán tomar 2 tabletas (300 mg) de hierro y 1 tableta (5mg) de ácido fólico cada semana durante su embarazo.
 - Coma alimentos ricos en hierro como: hígado, carnes rojas, Incaparina, hojas de color verde oscuro, frijoles; todo esto acompañado con limón, naranja, lima, piña, etc, para favorecer la absorción del hierro en el organismo.
4. Para el tratamiento aconseje:
 - En el servicio de salud le recomendarán tomar 1 tableta (de 300 mg) de hierro, 2 veces al día, 1 tableta (5 mg) de ácido fólico cada semana por 3 meses.
 - Coma hígado y otras vísceras, morcilla o moronga, carne roja, pollo, hojas verde oscuro, frijol; acompañado de limón, naranja, lima, piña, etc, para favorecer la absorción del hierro en el organismo.
 - Pregunte al doctor sobre la posibilidad de tener parásitos u otra enfermedad que son causa de anemia.

Suplementación en el embarazo y cómo evitar y tratar la anemia

PREVENCIÓN



Tomo 2 tabletas de Hierro y una de ácido fólico cada semana durante todo el embarazo



Como hígado, carne roja, hojas de color verde oscuro, frijoles, alimentos ricos en hierro

TRATAMIENTO PARA LA ANEMIA



En el Servicio de Salud me indican que tome dos tabletas de hierro al día y una de ácido fólico cada semana por 3 meses.



Como alimentos con hierro y ácido fólico durante todo el embarazo

Lámina Prenatal 7

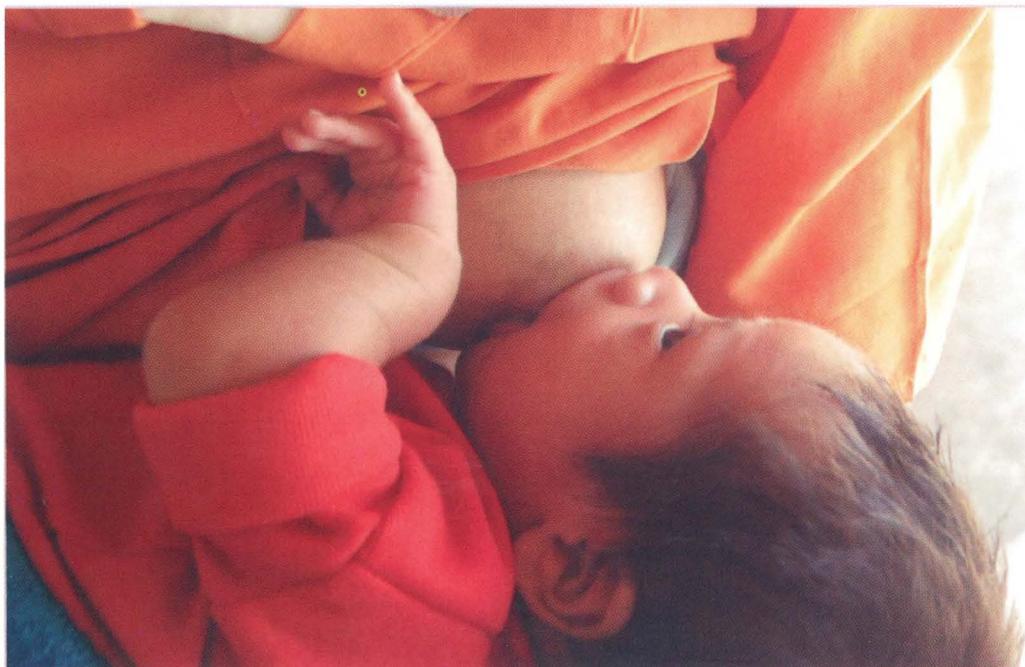
Preparación para la lactancia materna

1. Felicite a la embarazada.
2. Aconseje si la embarazada está en sus últimos tres meses de embarazo o si es puérpera.
 - Comente sobre los beneficios de la lactancia materna para la niña o niño, para la madre y para la familia.
 - Explique el significado de una lactancia materna exclusiva (sólo pecho, sin agüitas caceras), y sobre las razones por las cuales se recomienda dar únicamente leche materna como alimento para la niña o niño hasta los seis meses de vida.
 - Explique o ejemplifique la adecuada posición del lactante, para lograr una lactancia materna exitosa:
 - La cabeza y el cuerpo de la niña(o) están alineados y frente a la madre.
 - El cuerpo de la niña(o) está cerca de la madre (panza con panza).
 - La madre sostiene todo el cuerpo de la niña o niño, de manera que ella este recta y no se incline hacia la niña o niño.
 - La niña(o) está frente al pezón de la madre.
 - Explique o ejemplifique el adecuado agarre del lactante al pecho, para lograr una lactancia materna exitosa:
 - La barbilla de la niña o del niño toca el pecho o está próxima a tocarlo.
 - La boca de la niña o niño está bien abierta.
 - El labio inferior esta hacia afuera.
 - La parte oscura alrededor del pezón (areola) es más visible por arriba de la boca de la niña o niño que por debajo.
 - Otras recomendaciones para la madre:
 - Pida que le den a su niña o niño para que esté con usted en su pecho piel con piel.
 - Pida que le den a su niño o niña para que mame desde que nace (en la próxima media hora de su nacimiento), para facilitar la producción de leche y ayudar a que la matriz vuelva a su tamaño normal.
 - Dele la primera leche materna o calostro que limpia el estómago de la niña o niño y le protege de enfermedades.
 - Dele de los dos pechos en cada mamada para tener bastante leche. Es indispensable la succión frecuente y el vaciamiento de cada pecho para una producción adecuada de leche.
 - Permita que la niña o niño mame suficiente del primer pecho antes de cambiar al segundo.

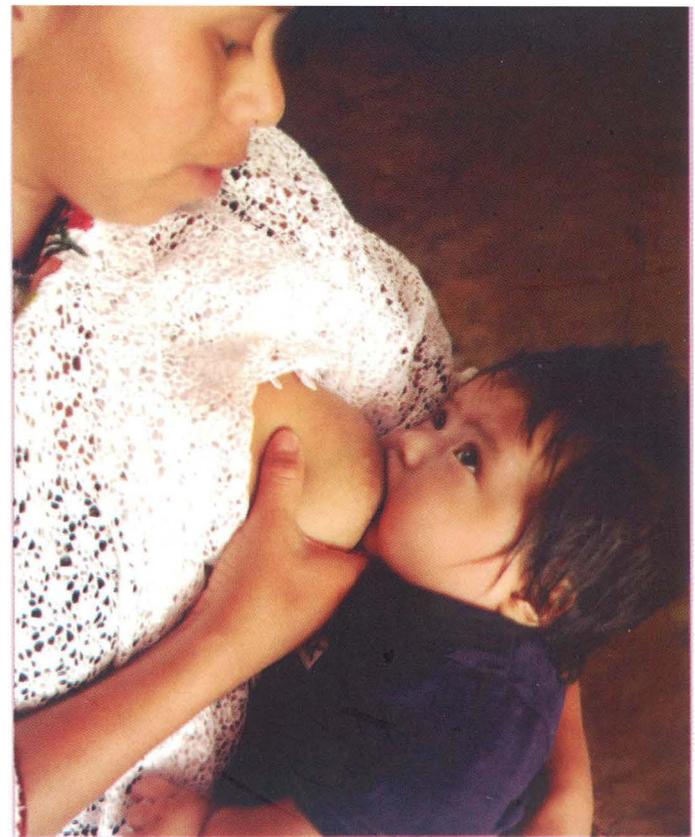
Preparación para la lactancia materna



Pida que le den a su hija o hijo desde que nace



Adecuado agarre del lactante



La cabeza y el cuerpo de la niña(o) están alineados y frente a la madre. La barbilla toca el pecho o está próxima a tocarlo

EMBARAZADA
(4,5,6,7)

PUERPERA
(8,9,10)

EMBARAZADA
Y PUERPERA
(11, 12)

Lámina 8

Señales de peligro en la recién nacida/o

1. Pregúntele a la madre, padre o encargada (o) y observe si la/el recién nacida/o:

- ¿No puede mamar?
- ¿Tiene ojos rojos o con secreciones?
- ¿Está caliente, tiene fiebre?
- ¿Tiene rojo alrededor del ombligo?

- ¿Está chiquita/o?
- ¿Está morada/o?
- ¿Está muy fría/o?
- ¿Le cuesta respirar?
- ¿Tiene ataques o convulsiones?

SI TIENE UNA O MÁS SEÑALES DE PELIGRO, DIGA:

- Su niña o niño recién nacida/o tiene una señal de peligro. Puede morir. Active Plan de Emergencia Familiar y vaya rápido al hospital o servicio de salud más cercano. LLENE Y DELE UNA BOLETA DE REFERENCIA. En el servicio de salud solicite nota de contrareferencia.

SI NO TIENE UNA SEÑAL DE PELIGRO DÍGALE CUÁLES SON Y DIGA TAMBIÉN:

- Es necesario preparar el Plan de Emergencia Familiar (Ver lámina 3. Prenatal) para saber qué hacer si tuviera una de estas señales de peligro porque debe ir al hospital más cercano.

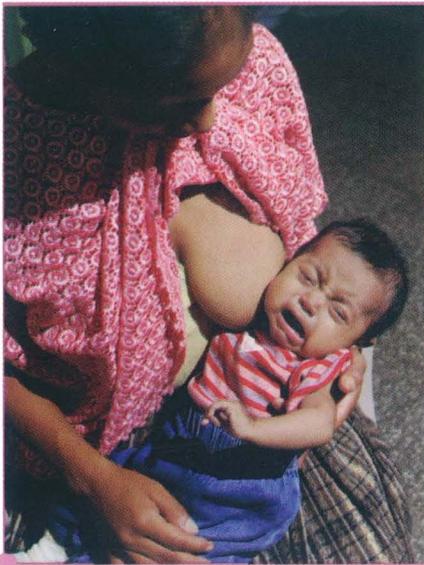
2. Si tiene alguna señal de peligro, estabilice y refiera

- Además aconseje sobre los métodos de planificación familiar que puede usar la mujer después del parto. (Ver láminas 11 y 12)
- SI TIENE PROBLEMAS DE LACTANCIA, VER LÁMINA 10.

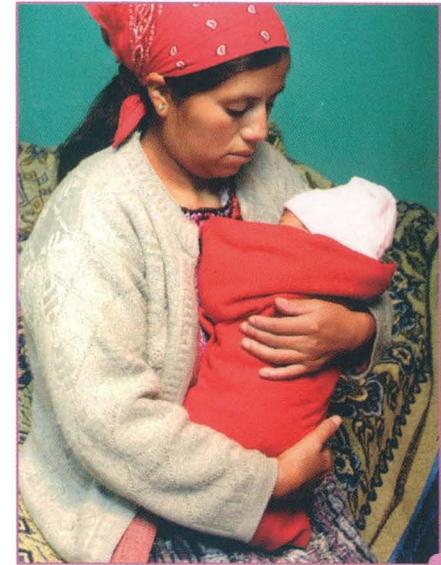
3. Haga un compromiso con la madre para que tenga un Plan de Emergencia en caso de peligro. Entregue hoja de Señales de Peligro y Plan de Emergencia Familiar y ayude a responder las preguntas.

4. Dele la hoja de "Consejos para la familia de una niña o niño de 0 a 6 meses".

Señales de peligro en la recién nacida/o



No puede mamar

Está muy caliente,
tiene fiebreTiene el ombligo rojo,
que se extiende a la piel,
con mal olor y pus

Está muy fría/o



Le cuesta respirar



Llevenlo/a rápido al hospital

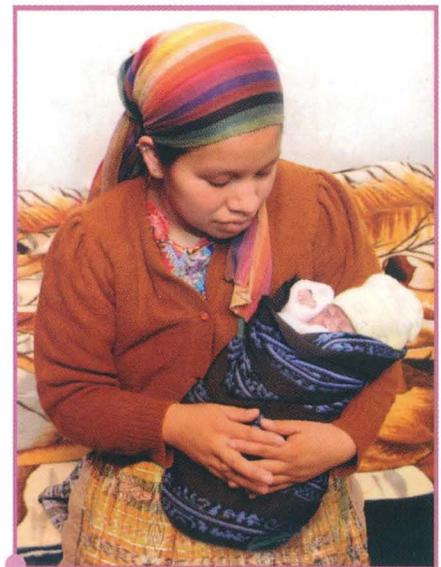
Es muy chiquita(o)
(prematura(o) / bajo peso)

Lámina 9

Alimentación de la madre en período de lactancia

1. Felicite a la madre.

2. Pregúntele:

- ¿Cómo está comiendo?
- ¿Está comiendo de todo?
- ¿Come con hambre?
- ¿Está tomando hierro y ácido fólico?

3. Aconseje según la situación:

- Tome más líquidos para tener suficiente leche.
- Coma de todo lo que tenga en su casa y en mayor cantidad para estar saludable.
- Incluya en todos los tiempos de comida granos, cereales o papas, porque estos alimentos son económicos y sabrosos.
- Coma una a dos tortillas más en cada tiempo de comida y un vaso de atol como Incaparina.
- Incluya alimentos ricos en proteínas como carnes, pescado y huevos, al menos dos veces por semana.
- Coma alimentos ricos en calcio, como la leche y el queso.
- Alimentos con vitaminas y fibra como las frutas y verduras frescas.
- Compre sal fortificada con yodo y/o flúor.
- Azúcar fortificada con vitamina "A".

- Los alimentos que no debe comer ni tomar son: aguas gaseosas, bolsitas de las tiendas, café.

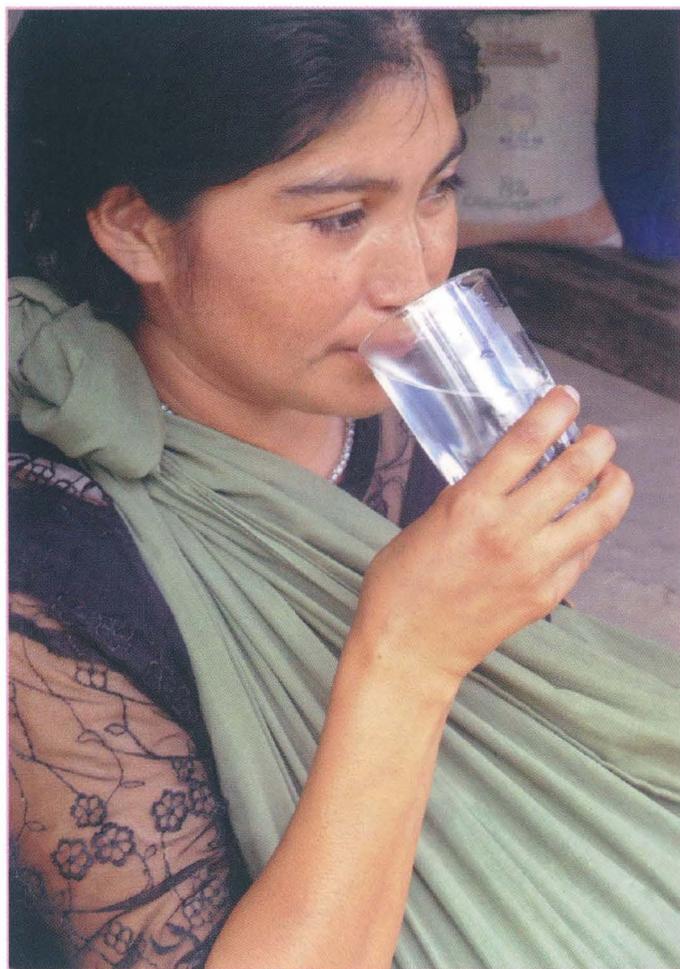
4. Haga un compromiso con la madre para que se alimente bien.

5. Dele la Hoja de "Consejos para la familia durante y después del embarazo".

9.

Alimentación de la Madre

Alimentación de la madre en período de lactancia



Tome más líquidos para tener suficiente leche



Coma carnes y frijoles. Incluya pescado y huevos al menos 2 veces a la semana

Lámina 10

Problemas durante la lactancia materna

1. Felicite a la madre.

2. Pregúntele:

- ¿Le está dando algo más que el pecho?
- ¿Tiene algún problema con la lactancia?
- ¿Tiene dolor en los pezones?
- ¿Tiene los pezones agrietados?
- ¿Tiene los pechos muy llenos y duros o trabaja fuera de casa?
- ¿Tiene o poca leche?

3. Si la madre responde "sí" a alguna de las preguntas anteriores, aconseje:

- Si tiene dolor en los pezones puede ser por mal agarre, demuestre el agarre correcto:
 - La barbilla de la niña o niño toca su pecho. La boca está bien abierta con el labio de abajo como si estuviera hacia afuera. La parte oscura del pecho (areola) está bien adentro de la boca, se ve un poco por arriba de la boca de la niña/o y casi no se ve por abajo. La niña o niño traga despacio y no le cuesta respirar.
- Si tiene pezones agrietados puede ser por mala posición, demuestre la posición correcta:
 - La cabeza y el cuerpo de la niña o niño deben estar apoyados en su brazo. El cuerpo de la niña o niño debe estar pegado frente a su cuerpo, panza con panza. El brazo del niño o niña parece estar abrazando su cintura. La nariz de la niña o niño está frente al pezón. Cambie de posición a la niña o niño y al terminar de dar el pecho ponga un poco de su leche en las grietas.
- Si tiene pechos muy llenos, duros y adoloridos o trabaja fuera de casa, demuestre cómo sacarse la leche:
 - Lávese las manos. Siéntese cómodamente. Coloque el dedo pulgar por encima de la areola y el índice por debajo, opuesto al pulgar, con los demás dedos sosteniendo el pecho. Presione el pulgar y el índice varias veces (no debe doler). Se presiona primero hacia las costillas y luego hacia adelante. Luego haga el mismo movimiento a los lados del pecho para que salga la leche. Haga esto por 5 minutos en cada pecho y luego repítalo. Eche su leche en un recipiente plástico bien lavado y hervido, con boca ancha y que pueda taparse bien. Para que los pechos no se llenen mucho, de pecho cada vez que la niña/o quiera.
 - Si trabaja fuera de casa, sáquese la leche cada 3 horas. Guárdela en un lugar fresco, donde no le de el sol. Su leche al tiempo (temperatura ambiente) dura 8 horas.
 - Haga una demostración de la buena posición con la madre y la niña o niño.

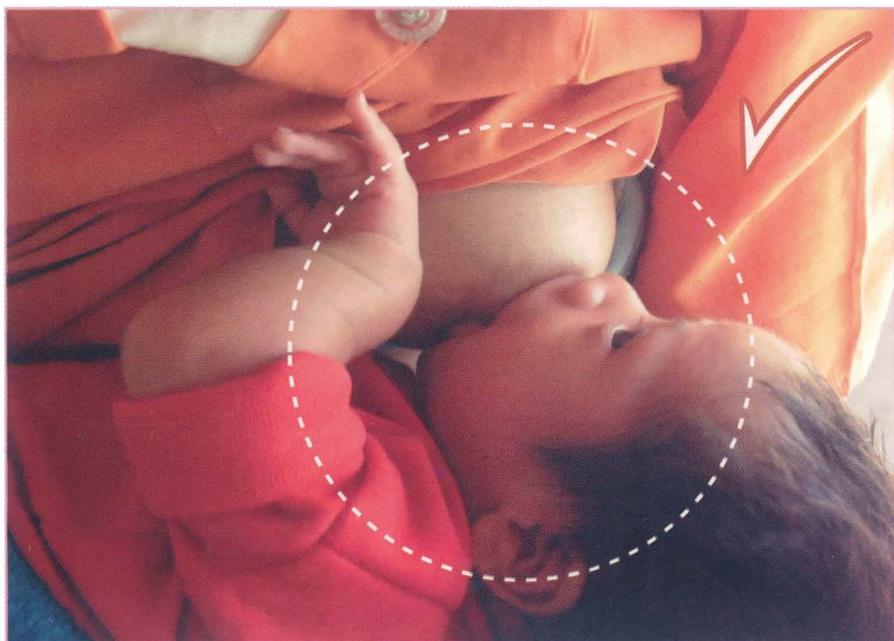
4. Haga un compromiso con la madre para que se alimente bien.

5. Dele la Hoja de "Consejos para la familia durante y después del embarazo".

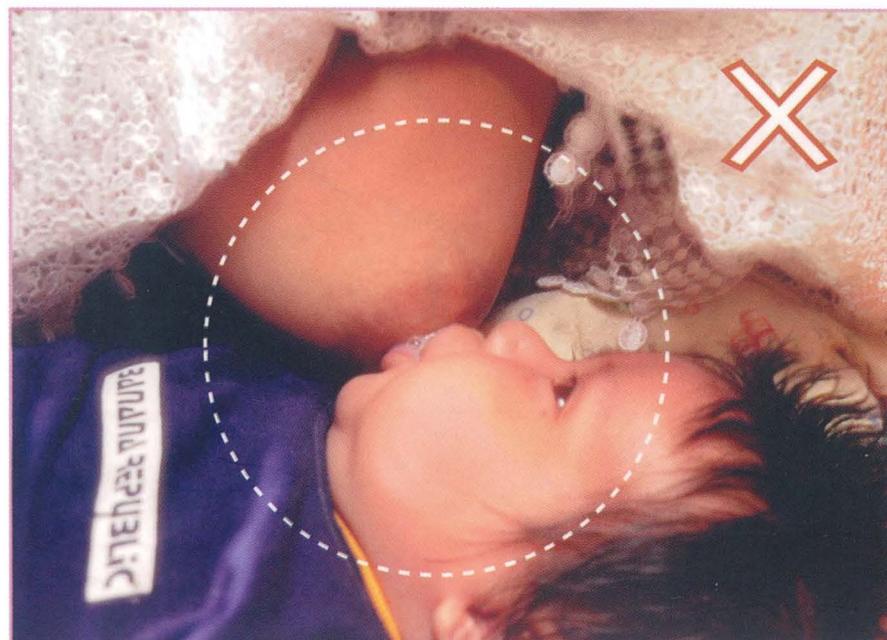
10.

Problemas en la Lactancia

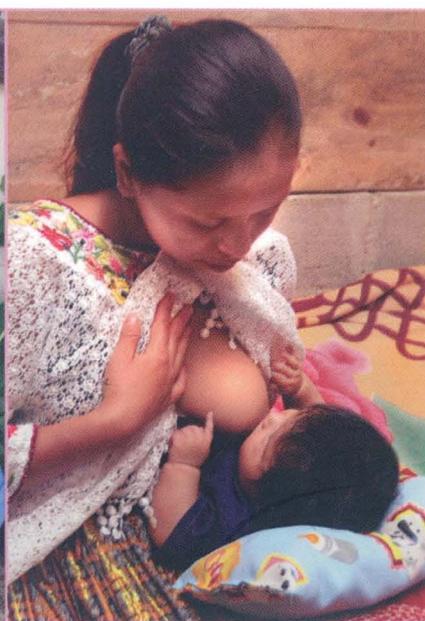
Problemas durante la lactancia materna



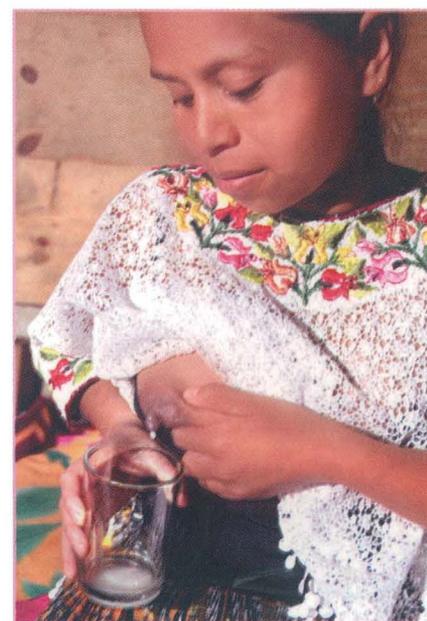
Buen agarre



Mal agarre



Posiciones para dar de mamar



Sacarse la leche

Lámina 11

Promoviendo la planificación familiar en la embarazada

1. Felicite a la madre embarazada.

2. Pregúntele:

- ¿Ha pensado usar un método de planificación familiar después del parto?

3. Aconseje según la situación:

- Lo bueno de usar un método de planificación familiar después del parto es que:
 - Ayuda a evitar otro embarazo muy seguido para que la mujer recupere las fuerzas después del parto. Es mejor dejar pasar 3 años entre un embarazo y el siguiente.
 - Ayuda a que la mujer de pecho al menos 2 años para que su hija o hijo crezca sano y bien alimentado.
 - Ayuda a que la pareja de su hija o hijo mucha atención y cariño, especialmente durante los primeros años de vida.
 - Ayuda a que la mujer tenga más tiempo para sí misma y se supere.

EXPLIQUE TODOS LOS MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR QUE PUEDE USAR LA MUJER DESPUÉS DEL PARTO.

- Por su salud y la de su hija o hijo, es bueno planificar rápido después del parto. La decisión de qué método usar es la suya y de su pareja.
- Buscar otro método de planificación familiar en el servicio de salud más cercano. Si la madre desea usar un método de planificación familiar, llene y dele una boleta de referencia (refiera según cuadro de distribución de métodos anticonceptivos, ver lámina 12).

4. Dele la Hoja de "Consejos para la familia durante y después del parto".

Promoviendo la planificación familiar en la embarazada

Buscar estos métodos de planificación familiar en el servicio de salud más cercano

Inmediatamente después del parto:

- MELA
- T DE COBRE
- OPERACIÓN DE LA MUJER



MELA
(Método de sólo dar de mamar)

Si la madre da sólo de mamar día y noche a su hijo o hija menor de 6 meses y todavía no ha visto su regla puede evitar un embarazo durante esos meses.



T DE COBRE
(DIU)

Tiene forma de T y está hecha de plástico y cobre. El personal de salud la puede colocar dentro de la matriz de la mujer después del parto, durante una cesárea, después de un aborto o cualquier día en el hospital o centro de salud. Dura hasta 10 años.



OPERACIÓN DE LA MUJER

Es una operación sencilla y muy segura para la mujer que ya no desea tener más hijos o hijas. La hacen en el hospital después del parto, durante una cesárea, después de un aborto, en cualquier momento antes de salir del hospital o con cita previa. Las relaciones sexuales siguen igual. La mujer sigue viendo su regla.

Para cada vez que hay una relación sexual:

- CONDÓN



CONDÓN
(Preservativo)

Es una bolsa resistente de látex (un material elástico) que se coloca en el pene erecto (parado) del hombre antes de cada relación sexual. Evita el embarazo y algunas Infecciones de Transmisión Sexual y VIH/SIDA.

Un mes y medio después del parto:

- INYECCIÓN
(mensual, bimensual o trimestral)



INYECCIÓN

Se inyecta en la cadera o brazo de la mujer mensual, bimensual o trimestral para evitar un embarazo. La pueden usar las mujeres que están dando de mamar.

- SUBDÉRMICOS

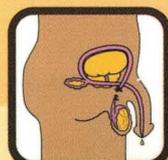


IMPLANTE SUB-DÉRMICOS JADELL

Es un método anticonceptivo hormonal reversible, de larga duración. Es muy efectivo. Evita el embarazo hasta por 3 a 5 años. Son dos tubitos delgados y flexibles hechos de silicón que tienen adentro la hormona que evita la ovulación. Los implantes se colocan debajo de la piel, en la cara interna del brazo que menos use la mujer.

En cualquier momento:

- OPERACIÓN DEL HOMBRE
- OPERACIÓN DE LA MUJER



OPERACIÓN DEL HOMBRE
(Vasectomía)

Es una operación sencilla y muy segura para el hombre que ya no desea tener más hijos o hijas. Tarda menos de 15 minutos. El hombre puede regresar a su casa entre 2 y 4 horas después. Las relaciones sexuales de la pareja siguen igual.



OPERACIÓN DE LA MUJER

Es una operación sencilla y muy segura para la mujer que ya no desea tener más hijos o hijas. La hacen en el hospital después del parto, durante una cesárea, después de un aborto, en cualquier momento antes de salir del hospital o con cita previa. Las relaciones sexuales siguen igual. La mujer sigue viendo su regla.

Lámina 12

Los métodos de la planificación familiar

1. Felicite a la madre.

2. Pregúntele:

- ¿Conoce algún método de Planificación Familiar?

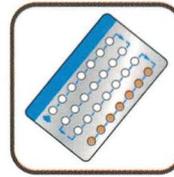
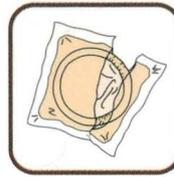
3. Aconseje según la situación sobre los diferentes métodos de planificación familiar que la pareja puede utilizar y refiera según la situación y según la preferencia de la madre o de la pareja.

4. Dele la Hoja de “Consejos para la familia durante y después del parto”.

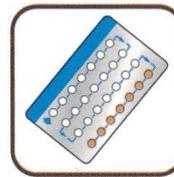
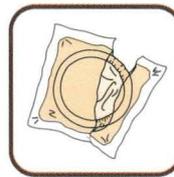
12.

Los métodos de la planificación familiar

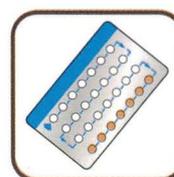
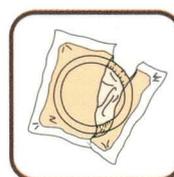
Promotor o Promotora



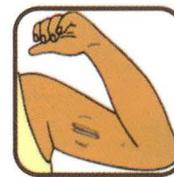
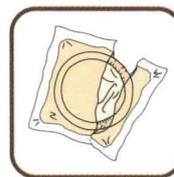
Centro de Convergencia



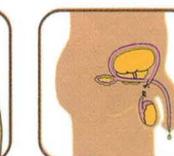
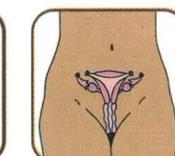
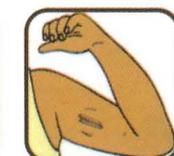
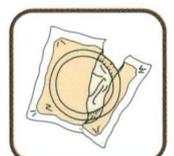
Puesto de Salud



Centro de Salud



Hospital



Utilice la Boleta de Referencia para referir a las personas y parejas a los servicios de salud



Este material fue elaborado por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social a través del Proyecto Salud y Nutrición Materno Infantil -PSyNMI- (BIRF-7357-GU) en coordinación con el Departamento de Regulación de los Programas de Atención a las Personas para la reedición y actualización de los contenidos.

Se agradece a todas las personas de las comunidades y servicios de salud que participaron permitiendo ser fotografiados con fines educativos, opinando sobre los contenidos y validando el uso y comprensión de los rotafolios.
Guatemala, 2011.

Este material puede ser reproducido con autorización explícita del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala.