Un libro para parteras

Atención del embarazo, el parto y la salud de la mujer

Susan Klein, Suellen Miller y Fiona Thomson

hesperian
guías de salud

Oakland, California, EE.UU.

Hesperian y los colaboradores de *Un libro para parteras* no asumen responsabilidad legal por el uso de la información contenida en este libro.

Todos los trabajadores de salud tienen la responsabilidad de ser honestos consigo mismos y con las personas a quienes atienden en cuanto a los límites de sus habilidades. Eso quiere decir que usted no debe hacer ningún procedimiento para el cual no tenga capacitación. Cuando una mujer necesita un tipo de atención en la cual usted no tiene experiencia, pídales ayuda a otros trabajadores de salud más experimentados. Consulte a los trabajadores de salud y autoridades médicas de su región sobre las formas más seguras de ejercer la partería en su zona. Este manual le puede ayudar a desarrollar nuevas habilidades, pero ningún libro puede reemplazar la capacitación práctica guiada por un maestro hábil y experimentado. Aproveche cada oportunidad que se le presente para seguir observando, leyendo, escuchando y aprendiendo más.

Derechos reservados © Hesperian, 2007, 2013

Primera edición en español, febrero de 2007, actualización 2013

Impreso en EE.UU.

ISBN: 978-0-94236429-3

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data

{Pendiente}

Hesperian le invita a copiar, reproducir o adaptar cualquier parte de este libro, incluyendo las ilustraciones, a condición de que usted lo haga sin fines de lucro, dé los créditos a Hesperian y cumpla con los términos de la Licencia de derechos de autor compartidos de Hesperian (ver www.hesperian.org/home-spanish/nuestra-politica-de-derechos-de-autor).

Para ciertos casos de adaptación y/o distribución de nuestros materiales, le pedimos **primero obtener el permiso de Hesperian**. Contactar a: permissions@hesperian.org para usar con fines de lucro cualquier parte de este libro; para distribuir cantidades de más de 100 copias impresas; adaptar en cualquier formato digital; o si su organización tiene un presupuesto de más de US$1 millón.

Además, le pedimos contactar a Hesperian para obtener el permiso correspondiente **antes de comenzar cualquier traducción**, para evitar duplicación de esfuerzos. También contactarnos para darnos sus sugerencias de cómo adaptar la información de este libro. Por favor, envíe una copia a Hesperian de cualquier material en el cual se usen textos o ilustraciones de este libro.

Nosotros podríamos mejorar este manual con su ayuda. Nos gustaría saber de sus experiencias, tradiciones y prácticas. Por favor escríbanos si tiene sugerencias para mejorar el libro o para cambiarlo de modo que satisfaga mejor las necesidades de su comunidad. Sus comentarios nos ayudarán a publicar ediciones más útiles en el futuro. Gracias por su ayuda.

hesperian
guías de salud

2860 Telegraph Avenue
Oakland, California 94609 EE.UU.
www.hesperian.org/home-espanol

EDICIÓN EN ESPAÑOL

Traducción: Lisa de Ávila

Corrección de estilo: Luis Solano

Coordinación de la edición en español: Kathleen Vickery

Diseño y producción: Iñaki Fernández de Retana, Jacob Goolkasian, Leana Rosetti

Diseño de la portada: Leana Rosetti, Sarah Wallis

Coordinación de producción: Todd Jailer

EDICIÓN ORIGINAL EN INGLÉS

Coordinación del proyecto: Fiona Thomson

Diseño y producción: Sarah Wallis

Redacción y edición adicionales: Darlena David, Todd Jailer, Jane Maxwell, Susan McCallister, Sarah Shannon, Kathleen Vickery, Sarah Wallis

Coordinación del arte: Fiona Thomson y Sarah Wallis

Producción adicional: Lora Santiago

Coordinación de la validación: Starr Amrit

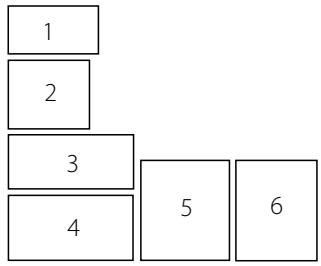
Validación médica: Ellen Israel, Lisa Keller, Melissa Smith, Judith Standley

Coordinación editorial: Susan McCallister

ILUSTRACIONES

Namrata Bali, Jennifer Barrios, Sara Boore, Heidi Broner, May Florence Cadiente, Barbara Carter, Gil Corral, Elizabeth Cox, Regina Faul-Doyle, Christine Eber, Iñaki Fernández de Retana, Sandy Frank, Deborah Green, Susie Gunn, Jesse Hamm, Haris Ichwan, Anna Kallis, Delphine Kenze, Susan Klein, Joyce Knezevich, Gina Lee, June Mehra, Naoko Miyamoto, Jeanne Muller, Mabel Negrete, Gabriela Núñez, Kate Peatman, Sara Reilly-Baldeschwieler, Diana Reiss-Koncar, Petra Röhr-Rouendaal, Leana Rosetti, Leilani Roosman, Lucy Sargeant, Mona Sfeir, Akiko Aoyagi Shurtleff, Chengyu Song, Fiona Thomson, Dovile Tomkute-Veleckiene, Sarah Wallis, Lihua Wang, David Werner, Christine Wong, Allan Woong, Mary Ann Zapalac

FOTOGRAFÍAS DE LA PORTADA:



1. *CASA escuela de parteras,* por Sarah Wallis
2. *Madre con recién nacido,* por Dominic Sansoni/World Bank Group
3. *Taller en Guatemala* por Luis Letona
4. *Piedras Negras, México* por Lina Pallotta/ Impact Visuals
5. *Madre e hijo de el Vigiador, Mao Province, República Dominicana* por Sean Sprague/ SpraguePhoto.com
6. *Partera trabajando* por Richard Lord/ rlordphoto.com

Contraportada: *Comadronas en Estelí, Nicaragua* por Olivia Heussler/Impact Visuals

Susan Klein concibió, escribió e ilustró la primera edición de este libro. Por desgracia, ella murió antes de que se publicara. Esta nueva edición aún conserva en gran parte sus palabras, sus dibujos y esperamos que también su visión. Susan deseaba que *Un libro para parteras* les diera a todas las personas que atienden a las mujeres durante el parto (sin importar su nivel de estudios) la capacidad de usar su propio juicio y de tomar las mejores decisiones posibles en cada situación.

ACTUALIZACIONES DE 2010 Y 2013: Reuben Granich, Shu Ping Guan, Ellen Israel, Todd Jailer, Lisa Keller, Ellen Lapowsky, Miriam Lara-Meloy, Susan McCallister, Suellen Miller, Scott Oesterling, Brie Robertori, Melody Segura, Jenny Shapiro, Luis Solano, Linda Spangler, Judith Standley, Amy Stenson, Kathleen Tandy, Dorothy Tegeler, Fiona Thomson, Lorna Thornton y Sarah Wallis.

Agradecimiento

Esta obra sólo se pudo crear gracias a la colaboración de cientos de asesores, escritores, artistas y otros.

Todos los empleados, becarios y voluntarios de Hesperian ayudaron a traer este libro al mundo, incluso las personas que recaudan fondos, administran las finanzas, promueven la venta de los libros, y los empacan y los envían a todas partes. Fuera de nuestra organización, docenas de parteras y otras personas vinculadas a la atención del embarazo, el parto y la salud de la mujer nos ayudaron a decidir lo que el libro debería tratar y de qué forma. Varios grupos de parteras y estudiantes de partería de 10 países comentaron las primeras versiones para que la obra final fuera lo más útil, apropiada y correcta posible. Varias parteras, doctores y otros trabajadores de salud, capacitadores y especialistas donaron su tiempo para asegurar la exactitud y la claridad de la información presentada aquí.

Además de nuestros incansables editores médicos, varias asesoras nos ayudaron una y otra vez, y se merecen un reconocimiento especial. Gracias Deborah Billings, Lisa de Ávila, Ruth Kennedy y Karen Strange.

Las siguientes organizaciones aportaron tiempo, recursos y reflexiones críticas a este proyecto: Averting Maternal Death and Disability (AMDD) en EE.UU.; ASECSA en Guatemala; The Bangladesh Women's Health Coalition; The Berkeley Midwives Study Group en EE.UU.; El Centro Para los Adolescentes de San Miguel de Allende (CASA) en México; Centre For Rural Studies and Development en la India; El Centro de Atención Integral de la Pareja en México; Confederación Internacional de Parteras; The Integrated Midwives Association of the Philippines; Inuulitsivak Maternity Center en Canada; Ipas en EE.UU., Ghana y Kenya; Ixmucane y Midwives for Midwives en Guatemala; Jamkhed Comprehensive Rural Health Program en la India; Kampot Hospital Maternity Center en Cambodia; las Hermanas Maryknoll y el centro de capacitación VEMA en Tanzania; Pathfinder en Perú; y the Reproductive Health Research Unit of the University of the Witwatersrand, Chris Hani Baragwanath Hospital en Sudáfrica.

Damos nuestro agradecimiento a las siguientes editoriales que nos permitieron usar diferentes dibujos: Family Care International, de *Healthy Women, Healthy Mothers;* Freedom From Hunger; y Pesticide Action Network Asia and the Pacific, de *Breaking the Silence! Plantations and Pesticides.*

Expresamos nuestro profundo agradecimiento a todas las personas que generosamente prestaron su tiempo, sus ideas y sus conocimientos para crear tanto la primera edición como la edición actual de *Un libro para parteras.* Este libro no existiría si no fuera por su gran compromiso con la salud para todos. Gracias:

Hilary Abell
Deel Afroze
Cristina Alonso
Arthur Ammann
Jana Anderson
Susan Anderson
Shoba Arole
Leonor Bahena Erazo
Alison Bastien
Naomi Baumslag
Denise Bergez
Erik Bergstrom
Alan Berkman
Ginger Bhakti
Deborah Bickel
Judith Bishop
Lisa Bohmer
Bill Bower
Jenny Bowers
Kate Bowland
Isabel Brabant
Barbara Briggs-Letson
Sandy Buffington
Colin Bullough
Raquel Burgos Medina
August Burns
Pauline Butcher
Sarah Buttrey
Ana María Camarillo
Kristen Cashmore
Teresa Cerezo Gonzalez
Rebecca Chalker
Barbara Clifford
Davida Coady
Rani Coelho
Timothy Coen
Jeff Conant
Peggy Cook
Maureen Corbett
Antonia Cordova Morales
Maricruz Coronado
Jennie Corr
Kyle Craven
Jane Crawley
Alice de la Gente
Maria de la Paz Puebla Alvear
Barbara de Souza
David de Leeuw
Julio Delgado Rivas
Kim Dickson-Tetteh
Milka Dinev
France Donnay
Peg Donovan
Carol Downer-Chatham
Jane Drake
J.T. Dunn
Edith Eddy
Sylvia Estrada-Claudio

Aryn Faur
Susan Fawcus
Juliet Fleischl
Nina Frankel
Carmen Frazier
Frances Ganges
Tracy Gary
Marlene Gerber-Fried
Julie Gerk
Zafarullah Gill
Ruth Goehle
Lisa Gonzalves
Nadine Goodman
Suzan Goodman
Kristen Graser
James Green
Sadja Greenwood
Cindy Haag
Barb Hammes
Marcia Hansen
Roxanne Henderson
Griselda Hernandez
Kathy Herschderfer
Sarah Jane Holcombe
Diana Hoover
Nap Hosang
Jennifer Houston
Mary Clare Hubert
Kathleen Huggins
Pamela Hunt
Robert Hurst
Peter Ivey
Nuriya Janss
Christine Johnson
Mary Johnson
Ralph Johnson
John Kadyk
Angela Kamara
Robert Keast
Christie Keith
Beverly Kerr
Mary Kroeger
Raven Lang
B.A. Laris
Luis Letona Simons
Brian Linde
Julie Litwin
David Loeb
Roxane Lovell
Ronnie Lovich
Deborah Maine
Lorraine Mann
Alan Margolis
Margaret Marshall
Alberto Martinez Polis
Luyanda Mavuya
Nicky May
Junice Melgar
Jose Luis Mendoza
Elena Metcalf
Laura Miranda
Iris Moore
Syema Muzaffar
Papa Djibril Niang
Sandy Niemann
Besem Obenson
Deborah Ottenheimer
Lauri Paolinetti
Bill Parer
Juana Payva
Nimal Perera
Lucille Pilling de Lucena
Man Poon
Jennifer Potts
Paula Quigley
Sumana Reddy
Mary Ann Reiger
Marina Rodriguez Palma
Judith Rogers
Lorraine Rothman
Sabala and Kranti
Shelly Sala
Jason Sanders
Shira Saperstein
Merrie Schaller
Katherine Sear
John Sellors
Katharine Shapiro
Lonny Shavelson
Theresa Shaver
Mira Shiva
Christine Sienkiewicz
Jael Silliman
Irene Sotelo Alvarez
Jennifer Stonier
Susan Sykes
Michael Tan
Vijayalaxmi Taskar
Joe Taylor
Petra ten Hoope-Bender
Carol Thuman
Linda Tietjen
Jan Tritten
Greg Troll
Mina Tulugak
Laura Turiano
Gilberte Vansintejan
Elmar Vinh-Thomas
Donna Vivio
Claire Von Mollendorf
Sarah Wallis
David Werner
Sharon Wilconson
Judith Winkler
Merrill Wolf
Erika Yax Cujcuj
Juliana Yartley
Karen Zack
Lisa Ziebel

Además, la paciencia y el apoyo asombroso de nuestras familias y amistades durante el largo proceso para crear esta obra nos permitió llevarla a cabo.

Finalmente, damos muchísimas gracias a las personas y las fundaciones que dieron apoyo financiero a este proyecto: Allan S. Gordon Foundation; Anna Lalor Burdick Program of the Lalor Foundation, Inc.; Averting Maternal Death and Disability Program, Heilbrunn Center, Mailman School of Public Health, Columbia University; Bushrod H. Campbell and Adah F. Hall Charity Fund; Campbell Family Fund; Compton Foundation, Inc.; Conservation, Food and Health Foundation, Inc.; David and Lucile Packard Foundation; Dorothy and Jonathan Rintels Charitable Foundation; Erik E. and Edith H. Bergstrom Foundation; Fundación Ford; Gruber Family Foundation; Confederación Internacional de Parteras; Jadetree Foundation; Jeanne Kemp; May and Stanley Smith Charitable Trust; Salt-Bush Fund of the Tides Foundation; Ruth Sherer; el Fondo de Población de las Naciones Unidas; y World Bank.

Cómo usar este libro

Cómo encontrar la información

Para encontrar la información, use la Tabla de Contenido, el Índice o las lengüetas.

La Tabla de **Contenido** al principio del libro es una lista de los nombres de todos los capítulos en el orden en que aparecen. Al principio de cada capítulo también hay una lista del contenido de ese capítulo.

El **Índice** es una lista en orden alfabético (a, b, c, d...) de todos los temas tratados en el libro. Todas las páginas del índice son amarillas y están al final del libro.

Al pie de cada página de este libro hay un número. Para encontrar un capítulo o un tema en el libro, primero encuéntrelo en el Índice o la Tabla de Contenido y luego diríjase a la página que tiene el mismo número.

Las **lengüetas** que aparecen en las páginas del lado derecho, dividen la mayor parte del libro en 5 secciones: el cuerpo sano, prevenir infecciones, el embarazo, el parto (incluye posparto) y salud de la mujer. Usted podrá encontrar información rápidamente acerca de esos temas consultando las secciones marcadas con las lengüetas correspondientes.

Advertencias, medicinas y notas

Nosotros separamos las advertencias, las medicinas y las notas del texto principal.

Los **cuadros de advertencia** dan información muy importante. Cuando vea ese tipo de cuadro, usted debe tomar medidas para evitar peligros.

¡ADVERTENCIA! No le ponga un DIU a una mujer que tiene signos de una infección. La infección podría afectar la matriz.

Los **cuadros de medicinas** indican cómo dar medicinas. Lea esos cuadros con mucha atención y siempre consulte las páginas verdes de las medicinas (a partir de la página 463) antes de dar una medicina.

Estos dibujos muestran cómo se dan las medicinas mencionadas en el cuadro. En este ejemplo, se dan en forma de pastillas.

Para bajar la fiebre (calentura)

- dé 500 a 1000 mg de paracetamol ..... por la boca, cada 4 a 6 horas

Las **notas** dan información que es útil y que complementa la información a su alrededor.

Nota: Las manos no se quedan limpias mucho tiempo. Si toca algo que no sean los genitales de la madre, deberá volver a lavarse las manos.

Los dibujos del cuerpo

Cómo mostramos el cuerpo por fuera

Cuando dibujamos el cuerpo de una persona, tratamos de enseñarlo entero. Si no nos alcanza el espacio, sólo mostramos parte del cuerpo.

Este dibujo muestra a una madre pujando durante una contracción.

Si es importante ver la cabeza del bebé y la vagina más claramente, sólo mostramos esa parte del cuerpo, para que el dibujo pueda ser más grande.

Cómo mostramos el cuerpo por dentro

A veces, necesitamos mostrar lo que está sucediendo dentro del cuerpo de la mujer. Por eso, incluimos dibujos que muestran cómo se vería el cuerpo de la mujer si pudiéramos verlo por dentro.

Generalmente usamos líneas más gruesas para mostrar la partes de afuera del cuerpo y líneas más finas o punteadas para mostrar lo que está sucediendo adentro.

Una nota sobre el lenguaje de este libro

Palabras médicas y técnicas. A lo largo de todo el libro, tratamos de describir las partes del cuerpo y las cosas que hace el cuerpo con palabras fáciles de entender. Además, cuando usamos palabras médicas, las explicamos. Si hay una palabra médica o técnica que no entiende, búsquela en el Índice para ver si se explica en otra página. O vea el glosario de la página 502, que explica algunas palabras médicas y técnicas que le conviene conocer.

Él y ella. Dado que la mayoría de las parteras son mujeres, les referimos a ellas siempre en femenino. Y puesto que debemos referirnos tanto a las mujeres madres y las mujeres parteras en el libro, cuando nos referimos a los bebés, usamos siempre "él" o "ellos", aunque bien sabemos que más o menos la mitad de todos los bebés son niñas.

Consejos y ayuda médica

La información en este libro no siempre bastará para ayudarle a solucionar un problema de salud. Cuando eso suceda, ¡consiga ayuda! Dependiendo del problema, usted debería:

Conseguir consejos médicos. Un doctor o un trabajador de salud con experiencia debería poder ayudarla a decidir qué hacer. Generalmente no se trata de una emergencia.

Conseguir ayuda médica. La madre o el bebé necesita ver a un doctor o un trabajador de salud con experiencia para hacerse pruebas o recibir tratamiento lo antes posible.

Ir al hospital. Hay una emergencia. Lleve a la mujer o al bebé a un hospital de inmediato para que le hagan una operación o le den otro tipo de ayuda inmediata.

Contenido

LAS PARTERAS Y LA SALUD COMUNITARIA

Capítulo 1: Palabras a las parteras 1

El aprendizaje es de toda la vida 1
Compartir sus conocimientos 3
Atender a las mujeres con respeto y sensibilidad 6
Trabajar para mejorar la salud de las mujeres 8
Trabajar por el gusto de trabajar 11

Capítulo 2: Cómo tratar los problemas de salud 12

Buscar las causas de los problemas de salud 13
Escoger el mejor tratamiento 16
Buscar las causas de fondo de los problemas de salud 21
Las parteras pueden lograr cambios 25

Capítulo 3: El cuerpo de la mujer y el embarazo 26

Los órganos sexuales y reproductores de la mujer 27
Cómo se embaraza la mujer 29

Capítulo 4: Ayudar a las mujeres a cuidar su salud 32

La buena alimentación 33
Cuidar el cuerpo para tener buena salud 42
Cosas que las mujeres deben evitar cuando estén embarazadas o dando el pecho 45

Capítulo 5: Prevenir las infecciones 48

La prevención de las infecciones salva vidas 49
Prevenir las infecciones con buenos hábitos de limpieza y seguridad 52
Lavarse las manos y usar ropa de protección 53
Limpiar el lugar y la ropa de cama 57
Limpiar y esterilizar los instrumentos 59
Eliminar los desechos para la seguridad de todos 67

EL EMBARAZO

Introducción 70

Capítulo 6: Molestias frecuentes del embarazo 72

Cambios en la alimentación y en el sueño 73
Cambios y molestias del cuerpo 76
Cambios en los sentimientos y las emociones 82

Capítulo 7: La historia clínica de una mujer embarazada 84

Preguntas para la historia clínica de una mujer embarazada 86
¿Tiene signos de embarazo? 86
¿Cuánto tiempo lleva embarazada? ¿Cuándo se espera que nazca el bebé? 88
¿Tuvo problemas con un embarazo o un parto anterior? 93
Paludismo 98
VIH y SIDA 99
¿Cuáles otras cosas en su vida podrían afectar al embarazo y al parto? 104
Hacer un plan de transporte 106

Capítulo 8: La atención prenatal 108

Hablar con la madre 109

Revisar el cuerpo de la madre 116

Buscar signos de anemia 116

Pesar a la madre 118

Tomarle la temperatura a la madre 119

Tomar el pulso de la madre 120

Medirle la presión arterial a la madre 122

Buscar signos de preeclampsia 125

Buscar signos de una infección de la vejiga o de los riñones 128

Revisar al bebé 130

Medir la matriz 130

Encontrar la posición del bebé 135

Escuchar los latidos del corazón del bebé 139

Qué hacer si nota signos de advertencia 142

Después de la consulta 144

Registro de atención prenatal 145

EL PARTO

Introducción 146

Capítulo 9: Prepararse para el parto 148

Signos de que el parto está por comenzar 149

Cuándo acudir al parto 151

Lo que debe llevar al parto 151

Esterilizar sus instrumentos y lavarse las manos 153

Capítulo 10: Dar buenos cuidados durante el parto 154

Lo que sucede durante el parto 155

Cuidar a la madre durante el parto 157

Prepararse para las emergencias 163

Apuntar lo que suceda durante el parto 164

Capítulo 11: Se abre el cuello de la matriz: la primera etapa del parto 166

Lo que sucede en la primera etapa del parto 167

Qué hacer cuando recién llegue al lugar del parto 168

Ayudar a la madre a relajarse 169

Signos que debe revisar durante la primera etapa 170

La posición del bebé 170

Los latidos del corazón del bebé 172

La bolsa de aguas (la fuente) 174

El pulso de la madre 178

La temperatura de la madre 178

La presión arterial de la madre 180

Sangrado 183

Dolor en la matriz 183

Signos de que el parto avanza 185

Cómo estimular el parto sin peligro 191

Capítulo 12: La madre puja y nace el bebé: la segunda etapa del parto 194

Estar pendiente de los signos del comienzo de la segunda etapa 195

Lo que sucede en la segunda etapa del parto 196

Ayudar a la madre a tener un parto sin problemas 199

Estar pendiente de los signos de advertencia 202

Ayudar a la madre a dar a luz 206

El bebé viene de nalgas 215

Cómo atender un parto de gemelos 219

El bebé es muy pequeño o nace con más de 5 semanas de anticipación 221

Capítulo 13: Nace la placenta: la tercera etapa del parto 222

Revisar los signos físicos de la madre 223
Sangrado después de dar a luz..... 224
Signos de que la placenta ya se desprendió 226
Apoyar el nacimiento de la placenta 227
Sangrado después de que haya salido la placenta... 236
Atender al bebé..... 240

Capítulo 14: Las primeras horas después del parto 246

Atender a la madre.....247
Atender al bebé..... 252
Revisar el aspecto general del bebé..... 253
Signos físicos: respiración, ritmo del corazón, temperatura..... 254
El cuerpo del bebé..... 256
Vacunación al nacer..... 267
Limpiar el lugar y contestar las preguntas que tenga la familia..... 267

Capítulo 15: Las primeras semanas después del parto 268

Atender a la madre..... 269
Vigilar la matriz y el sangrado de la madre..... 270
Estar pendiente de los signos de infección de la matriz.....271
Estar pendiente de los signos de infección de la vagina 272
Atender al bebé.....274
Animar al bebé a tomar el pecho y estar atenta a cómo crezca.....274
Cuidar el cordón 277
Buscar signos de infección 277
Estar atenta al color de la piel y de los ojos del bebé. 279

Capítulo 16: Amamantamiento (dar el pecho)..... 280

El pecho hace más provecho..... 281
Apoyar a la madre a dar el pecho..... 282
Cuando la madre trabaja fuera del hogar 284
Dificultades frecuentes del amamantamiento 286
Situaciones que afectan el amamantamiento..... 291
Alternativas al amamantamiento 294

SALUD DE LA MUJER
Introducción 296

Capítulo 17: La planificación familiar 298

Cómo escoger un método de planificación familiar..... 300
Cuadro de métodos de planificación familiar 301
Planificación familiar que sirva a toda la comunidad 318

Capítulo 18: Infecciones de transmisión sexual y otras infecciones de los genitales 320

¿Qué son las infecciones de transmisión sexual?.....321
Flujo vaginal 323
Llagas en los genitales (úlceras genitales)..... 329
ITS que afectan todo el cuerpo..... 334
Enseñarles a las mujeres a prevenir las ITS 336
Luchar por eliminar las ITS en su comunidad 337

Capítulo 19: Técnicas avanzadas para atender el embarazo y el parto..... 338

Exámenes vaginales durante el parto..... 339
Métodos caseros para estimular el parto..... 341
Inyecciones 345
Suero intravenoso (para dar líquido por la vena) 350
La sonda (para vaciar la vejiga) 352
Episiotomía 354
Coser un desgarro o una episiotomía..... 356
Atender a una mujer que tiene los genitales cortados (circuncisión femenina) 367
Voltear a un bebé que viene atravesado o de nalgas.... 369

Capítulo 20: El examen pélvico: cómo examinar la matriz y la vagina de una mujer.. 372

Cuándo hacer un examen pélvico 374
Antes del examen 375
El examen visual 376
El examen con espéculo 377
El examen bimanual (de 2 manos) 384

Capítulo 21: Colocar un DIU 388

Ayudar a la mujer a decidir si le conviene usar el DIU ... 390
Antes de colocar el DIU 391
Cómo colocar el DIU 392
Después de colocar el DIU 398
Cómo retirar el DIU 399

Capítulo 22: Ayudar a una mujer después de una pérdida o un aborto 400

Problemas causados por una pérdida o un aborto 401
Atención de emergencia por problemas causados por una pérdida o un aborto 406
Aborto incompleto 407
Infecciones 409
Sangrado 412
Choque 414
Trabajar con la comunidad para prevenir los abortos peligrosos 415

Capítulo 23: AMEU (aspiración por vacío manual, aspiración manual endouterina).. 416

Decidir cuándo hacer la AMEU 418
Prepararse para hacer la AMEU 419
Cómo hacer la AMEU 422
Problemas con la AMEU 428
Después de la AMEU 430

Capítulo 24: La ayuda médica puede salvar vidas 432

Lo que pueden ofrecer los hospitales 433
Transporte 438
Trabajar con los hospitales y los doctores 438

Capítulo 25: Equipo y materiales de enseñanza caseros 442

Equipo económico 443
Materiales de enseñanza 447

Medicinas (las páginas verdes): usos, dosis y precauciones 463

Cuándo usar medicinas 463
Cómo tomar medicinas sin peligro 464
Cómo dar medicinas 467
Clases de medicina 470
Cómo usar la lista de medicinas 472
Lista de medicinas en orden alfabético 473
Pastillas anticonceptivas (anticonceptivos orales) 490
Medicinas para el VIH y SIDA 491

Para aprender más 499

Palabras médicas y técnicas 503

Índice (las páginas amarillas) 505

Calculadora de la fecha probable de parto 527