

# El embarazo

## INTRODUCCIÓN

Todas las mujeres necesitan atención y cuidados durante el embarazo. A este tipo de atención generalmente se le llama atención prenatal o antenatal. La atención prenatal ayuda a las mujeres embarazadas a estar más sanas y a tener menos problemas durante el parto. La atención prenatal debe ser la responsabilidad de la mujer misma, de su familia y su comunidad, y de una partera u otra persona que tenga experiencia en atender a mujeres embarazadas.



En algunos lugares, las parteras sólo atienden a las mujeres durante el parto o cuando van a dar a luz, pero no durante el embarazo. Tal vez eso se deba a que la gente sólo va a un curandero o a un doctor cuando está enferma o cuando algo anda mal. Los embarazos, por lo general, son normales y saludables. Por eso, quizás mucha gente piense que la atención prenatal no es importante. Pero la mayoría de las parteras saben que las mujeres que reciben buena atención durante el embarazo, generalmente tienen menos problemas con el parto y dan a luz a bebés más sanos.



### **La atención prenatal tiene 2 propósitos:**

#### **1. Observar y escuchar a la mujer embarazada.**

Eso se hace examinándole el cuerpo en busca de signos saludables y signos de advertencia, y además escuchando sus preguntas o haciéndole preguntas acerca de sus problemas.

#### **2. Enseñar a la mujer cómo tener un embarazo más saludable (por ejemplo, cómo comer de una forma saludable y cómo evitar cosas que le podrían hacer daño).**

Las parteras deberían comenzar la atención prenatal tan pronto como una mujer se entere de que está embarazada y deberían revisar a la mujer regularmente a lo largo del embarazo. Mucha gente habla de “controles de embarazo” o “control prenatal” para referirse a las ocasiones cuando una mujer se reúne con su partera para cuidar su embarazo. Pero en este libro, a estas reuniones las llamamos “consultas prenatales”. Si es posible, todas las mujeres embarazadas deberían recibir por lo menos 4 consultas.

Si usted atiende a las mujeres con más frecuencia, habrá más oportunidades de intercambiar información importante y de prevenir problemas de salud. Además, toda mujer que tiene signos de advertencia debería recibir atención prenatal con más frecuencia.

Esta sección está dividida en 3 capítulos:

- El Capítulo 6 explica las molestias que una mujer puede sentir durante el embarazo.
- El Capítulo 7 explica cómo tomar la historia clínica de una mujer embarazada la primera vez que la atiende.
- El Capítulo 8 explica cómo buscar signos saludables y signos de advertencia cada vez que atiende a una mujer.

