

EDUCACIÓN PARA LA SALUD: EDUCANDO EN AUTONOMÍA

Celebradas el pasado 29 de octubre de 2008, estas charlas que se encuadran dentro del proyecto "Educación para la Salud: Educando en Autonomía", y en esta ocasión tuvo lugar en el Salón de Actos del Hospital Materno Infantil. Al mismo acudieron 63 personas, 41 mujeres y 22 hombres.

Al terminar el mismo, hubo una aperitivo para todos/as los asistentes.

La realización de este tipo de actividades fomentan las interrelaciones entre los socios/as, facilitan el intercambio de experiencias, inquietudes, esperanzas, etc.

Desde aquí, una vez más, queremos agradecer la colaboración prestada por el Hospital Materno Infantil, y asimismo, la de los profesionales que han intervenido en este acto.

INTERVENCIONES:

La presentación corrió a cargo de Dña. M^a Victoria Martín, presidenta de APAM, en la cual se incidió sobre la importancia de no sólo cuidarnos sobre el aspecto puramente biológico o físico de la patología, sino también sobre el psíquico y para ello desde la Asociación se están diseñando una serie de estrategias, como la creación de un Taller de Autoestima, por tanto, es imprescindible contar con la participación de los socios/as de APAM, así como sus familiares.

A su vez, hizo una introducción sobre las charlas del Dr. García y el Dr. Fernández.

Charla "Salud y Calidad de Vida Ginecológica"

Ginecología y Corazón. Mujer con corazón.

Dr. JESÚS GARCÍA GARCÍA, Jefe Grupo de Ginecología y SAS, Jefe Equipo de Guardia del Hospital Materno Infantil de Málaga

Exponemos un resumen sobre la intervención del Dr. Jesús García.

El Dr. García inició su ponencia en como se ha evolucionado en relación a la mujer con cardiopatía y la maternidad, desde la perspectiva médica.

Gestación no aconsejable:

PACIENTES EN GRADO FUNCIONAL III-IV.
HIPERTENSIÓN PULMONAR.
LESIONES OBSTRUCTIVAS IZQUIERDAS SEVERAS.
CARDIOPATÍAS COMPLEJAS CIANÓTICAS.
PORTADORAS DE VÁLVULAS CARDÍACAS ARTIFICIALES.
SÍNDROME DE MARFAN.

No está Justificado:

DESACONSEJAR EL EMBARAZO EN LOS ESTADIOS I Y II DE LA NYHA.

Modificaciones Cardiovasculares en la Gestación:

CAMBIOS HORMONALES
CIRCULACIÓN UTERO -PLACENTA
AUMENTO PROGRESIVO UTERINO
AUMENTO DE VOLUMEN PLASMÁTICO
AUMENTO DEL GASTO CARDÍACO
BAJA LA TENSIÓN ART.
ESTADO DE HIPERCOAGULABILIDAD

Influencia de la Cardiopatía sobre la Gestación:

AGRAVA SÍNTOMAS HABITUALES:
- DISNEA-ORTOPNEA
- MAREO-LIPOTIMIAS
- EDEMAS. PALPITACIONES
INCREMENTO DE PARTOS PREMATUROS

RETRASOS EN EL CRECIMIENTO INTRAUT.
MORTALIDAD PERINATAL= x 10
RIESGO DE TRANSMISIÓN EN C. CONGTAS.

En general la gestación influye sobre la cardiopatía en:

EN GENERAL, LA CARDIOPATÍA EMPEORA DURANTE LA GESTACIÓN (1 GRADO DE LA NYHA)
INCREMENTA EL RIESGO DE MORTALIDAD MATERNA

Consejos Preconcepcional:

DEFINIR LA LESIÓN CARDÍACA.
DEFINIR EL ESTADO FUNCIONAL MATERNO.
DECIDIR O NO CIRUGÍA PREVIA.
VALORAR FACTORES DE RIESGO ADICIONALES.
VALORAR ESPERANZA DE VIDA Y FUTURO DEL HIJO.
VALORAR EL RIESGO DE TRANSMISIÓN DE CARDIOPATÍA CONGÉNITA.
PRONÓSTICO. INDICACIÓN. PLANIFICACIÓN

LOS ANTICOAGULANTES ORALES Y LA GESTACIÓN:

Beneficios:

DISMINUCIÓN DEL RIESGO TROMBOEMBÓLICO

Complicaciones:

HEMORRAGIAS
EMBRIOPATÍA
INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS
EFECTOS SECUNDARIOS

Durante el embarazo:

RIESGO DE TERATOGENICIDAD ENTRE LAS SEMANAS 7-12, USANDO ANTIC. O.
USAR HEPARINA DURANTE EL 1º TRIMESTRE DE GESTACIÓN Y EN EL ÚLTIMO MES.
SE PUEDEN USAR CUMARÍNICOS ENTRE LAS SEMANAS 13 - 35 DE GESTACIÓN.

Conducta previa al parto:

SUSPENDER HEPARINA (12 H.)
EVALUACIÓN CARDÍACA
PREFERIBLE PROGRAMAR

Manejo durante el parto:

PREFERIBLE PARTO VAGINAL
ABREVIAR EL MÉTODO EXPULSIVO
MONITORIZACIÓN Y DECÚBITO LATERAL
PROFILAXIS ANTIBACTERIANA
ANALGESIA EPIDURAL

Después del Parto:

VIGILANCIA CARDÍACA
INICIAR ANTICOAGULANTES
CONSEJO ANTICONCEPTIVOS: métodos naturales y de barreras, anticoncepción hormonal combinada, minipíldora, DIUS (DIU-LNG), bloqueos.

LOS ANTICOAGULANTES ORALES Y LA GINECOLOGÍA:

Hay que tener presentes los distintos estadíos:

EDAD PERIPUBERAL
EDAD MADURA
EDAD PERIMENOPÁUSICA
POSTMENOPAUSIA

El Dr. Jesús García finalizó su intervención con una dedicatoria a todas las mujeres presentes:

*Mujer, hazte un collar de perlas con las lágrimas de tu pena,
y brilla con él a la luz del sol.
se valiente en tu dolor y se feliz por ti y por los tuyos.
para que cuando lleguen las estrellas anunciando tu noche y calle tu voz,
siga en el recuerdo, hablando tu corazón.*

Entre las personas asistentes, agradecieron al Dr. García García la sensibilidad que demuestra sus palabras.

Inauguración de la Página Web: www.apam-málaga.org

Dr. MIGUEL ÁNGEL FERNANDEZ RAMOS, Jefe de Polo Posterior de Oftalmología del Hospital Carlos Haya, socio y colaborador activo de APAM

El Dr. Fernández Ramos expuso de un modo bastante claro y sencillo todo el procedimiento en la creación de la web; cómo se elige un dominio, cómo se diseña, qué contenido debe tener, las actualizaciones, etc.

Una vez expuesto los aspectos más técnicos, nos invitó a un recorrido virtual a través de www.apam-malaga.org, visitando cada menú y explicando el contenido de los mismos e invitando a todas las personas que lo deseen a participar en su desarrollo.

Se hizo hincapié en la importancia de este instrumento como medio de información electrónica que permite acceder al mayor número de personas en cualquier parte del mundo, con lo cual, incide positivamente en nuestra SALUD.

También resaltó que queremos que este sea un instrumento de doble dirección, nutriéndose de las ideas, inquietudes, comentarios, esperanzas, ilusiones, etc. de todos/as, tanto de los pacientes, los profesionales, las familias y la sociedad en general.

Si es importante en la sociedad de la información en la que vivimos actualmente el poder contar con una página web, debemos agradecer este hecho a la dedicación altruista del Dr. Miguel Ángel Fernández Ramos, que sin ser un profesional de la informática se ha implicado en el proceso de creación y puesta en marcha de esta página.