

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA			MPE-SGC-FR-03	
	Formato			Versión: 02	
	Actas de Comité, Reunión, Auditoría y Capacitación			Aprobación: 01/11/2017	

	19/02/2025		Hora Inicio:	02:00 Pm	Hora Fin:	04:00 pm	
ACTIVIDAD:	Comité		Reunión		Auditoría		Capacitación X
Lugar:	FAMAC LTDA SEDE EL PRADO						
Asunto:	IEC						
Objetivo:	CAPACITACION TEMA 2 CAMBIOS GESTACIONALES Y DESARROLLO EMBRIONARIO						
Responsable(s) convocatoria:	Nidia Eugenia Ramírez Toledo						

CONVOCADOS E INVITADOS				
Conversiones (C = Convocado I = Invitado)				
Nombres y apellidos	Cargo – Dependencia	C/I	Asistió	
			Si	No
GESTANTE Y FAMILIARES ACTIVOS EN EL PROGRAMA DE MATERNIDAD		X	X	

REVISIÓN DE COMPROMISOS PREVIOS			
Estado(Cumplido, En desarrollo, Reprogramado, No cumplido)			
COMPROMISO(S)	RESPONSABLE(S)	ESTADO	% CUMP.
No se contaban con compromisos previos			

AGENDA	
1.	Socialización Tema 2 CAMBIOS GESTACIONALES Y DESARROLLO EMBRIONARIO
2.	Compromisos y varios

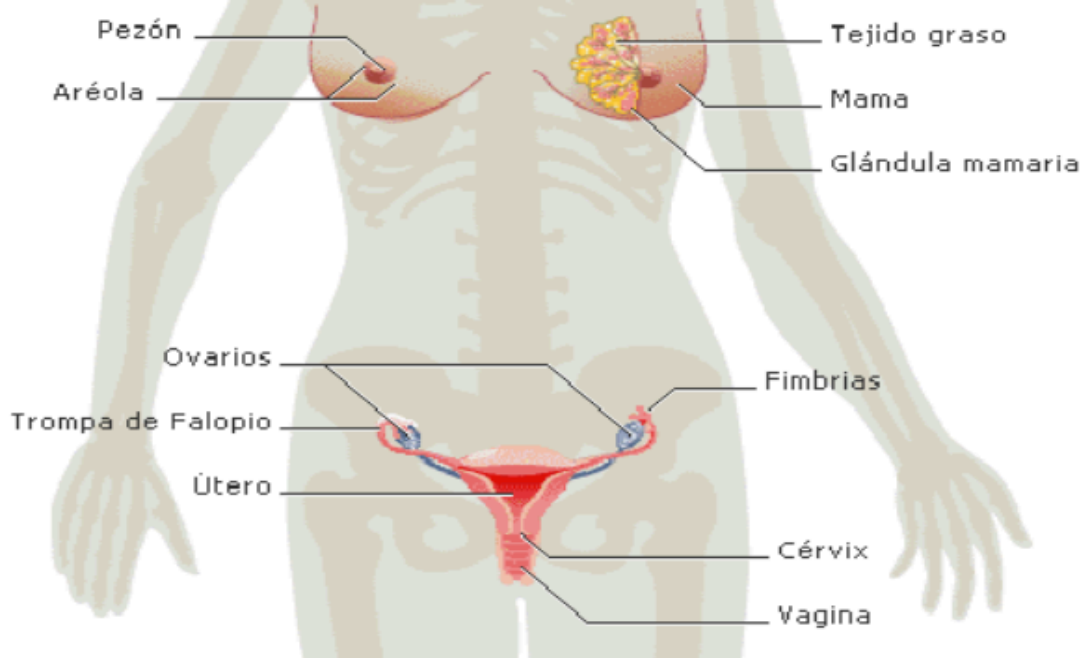
DESARROLLO DE LA AGENDA
TEMA 1.

FAMAC LTDA



CURSO DE PREPARACION PARA LA MATERNIDAD Y LA PATERNIDAD

NUESTROS ORGANOS DE REPRODUCCION



¿Qué hormonas influyen en el embarazo?

Como sabemos, las hormonas son las responsables de los cambios que sufre el organismo de la mujer durante el embarazo, desde los cambios físicos hasta esa montaña rusa de emociones que podemos llegar a sentir, donde particularmente destaca la sensibilidad que muchas experimentamos.

¿Pero cuáles son estas hormonas? Vamos a hablar de las principales hormonas durante el embarazo, cuáles son y cuál es su papel durante esta etapa.

Estrógeno

Comenzamos con el estrógeno, que es la hormona que lo inicia todo pues es la responsable del desarrollo sexual femenino. Es producida por los ovarios, y durante el embarazo también por la placenta, cuya función en esta etapa es la de garantizar un desarrollo saludable.

Progesterona

La progesterona es una hormona que se origina en los ovarios y la placenta. Esta es la hormona encargada de estimular el engrosamiento de los tejidos que envuelven el útero, preparándolo para la implantación del óvulo una vez que haya sido fecundado y para que pueda sostener el crecimiento del feto.

Mas adelante, esta hormona continúa trabajando durante el embarazo, preparando las mamas para que estén listas para producir la leche materna con la que alimentaremos a nuestro bebé.

Algunos estudios han encontrado que esta hormona, en conjunto con otras como la oxitocina que aparece durante el parto, también está relacionada con la famosa momnesia o amnesia de las madres.

Gonadotropina Coriónica Humana

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 02
	Actas de Comité, Reunión, Auditoría y Capacitación	Aprobación: 01/11/2017

La segunda en nuestra lista es quizás la hormona más famosa en esta etapa: la gonadotropina coriónica humana, también conocida como "la hormona del embarazo". Se le llama así porque solamente se produce durante el embarazo y es la responsable de mantenerlo.

Esta hormona es segregada por la placenta y aparece en la sangre y en la orina de las mujeres embarazadas aproximadamente a partir de los diez días tras la concepción. Por ello se utiliza en las pruebas de embarazo: si se detecta la presencia de esta hormona es que hay gestación.

Hemos de comentar que la GCH también puede ser usada clínicamente para inducir la ovulación en los ovarios o la producción de testosterona en los testículos. Por lo tanto, se utiliza para tratamientos de fertilidad debido a su semejanza con la Hormona Luteinizante (LH) o luteoestimulante, con un papel importante en el proceso de la ovulación.

Lactógena

Otra que también es producida por la placenta es la hormona lactógeno placentario humano, cuya misión principal es modificar el metabolismo de las mujeres durante el embarazo para facilitar el aporte de energía al feto, garantizado un adecuado desarrollo del bebé durante el embarazo.

Aunque no se ha definido exactamente cuál es su relación con la lactancia, esta hormona que aparece en el plasma sanguíneo desde la tercera semana es la responsable de algunos cambios en el cuerpo de la mujer, como el aumento del tamaño de las mamas.

Relaxina

Aunque la relaxina es una hormona que se segrega siempre, en el embarazo alcanza algunos picos. Su función, es la de ayudar al bebé a desarrollarse y favorecer su salida en el parto, al relajar los ligamentos de las articulaciones de la pelvis, haciéndolos más elásticos y permitiendo que se abra más y se ensanche así el canal del parto.

Esta hormona también es la razón por la cual los pies crecen durante el embarazo, pues al haber más elasticidad en los ligamentos para que el bebé salga, los arcos de los pies se aplanan ligeramente con ayuda del aumento de peso, y también, en conjunto con la progesterona es la razón por la cual muchas mujeres experimentan dolor pélvico en esta etapa.

Oxitocina

Conocida como la "hormona del amor", la oxitocina tiene una función muy importante al final del embarazo y cuando el bebé ha nacido: es la responsable de desencadenar las contracciones y también, favorece la lactancia materna.

Durante el parto, nuestro cuerpo libera oxitocina en altísimos niveles de manera natural. La secreción de oxitocina se estimula por la distensión del cérvix, y ayuda a que nuestro útero se contraiga, favoreciendo la dilatación del cuello uterino, el nacimiento del bebé y posteriormente la expulsión de la placenta (alumbramiento).

En cuanto a la lactancia, la oxitocina se libera en respuesta a la estimulación del pezón por la succión del bebé, favoreciendo que la leche fluya a través de los conductos hasta salir por el pezón. Esto es lo que se conoce como reflejo de eyección.

Este reflejo afecta a los dos pechos a la vez y por eso es frecuente que cuando estamos dando de mamar de un pecho, el otro también gotee. Además, la oxitocina se libera en respuesta a otros estímulos, como al ver o escuchar al bebé. Por ello, algunas madres notan que sus pechos gotean cuando oyen llorar a su bebé.

Por otro lado, la oxitocina también favorece que el útero se contraiga y disminuya hemorragia postparto.

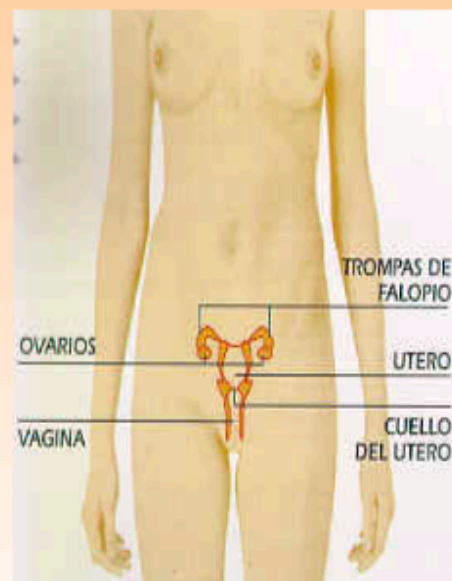
Estas contracciones después del parto se llaman entuertos, y favorecen que el útero vuelva a su tamaño habitual en el proceso de involución uterina tras el parto

CAMBIOS A NIVEL DE LOS SISTEMAS

Cambios en el sistema reproductor.-



El útero aumenta de 500 a 1.000 veces su capacidad y pasa de pesar unos 60 grs. a 1.000 grs. al final del embarazo.



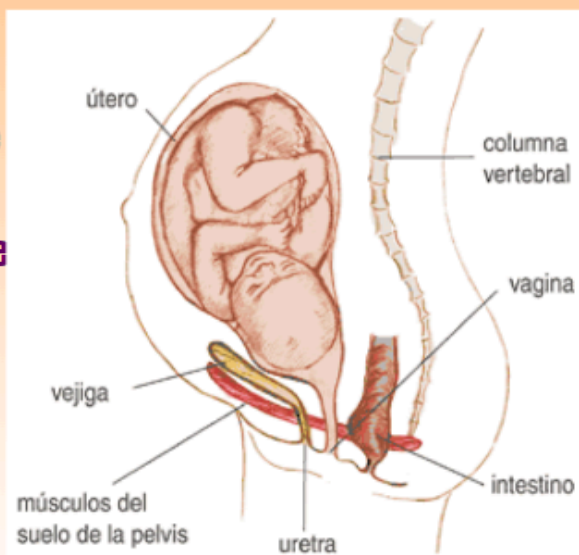
Cambios en el aparato cardio-respiratorio.

- **Aumenta el consumo de oxígeno y la respiración se hace más dificultosa al elevarse el diafragma por empuje del útero. Se produce congestión nasal y ocasionalmente hemorragias nasales debidas aumento de estrógenos.**



Cambios en el aparato urinario.-

- **Cambios en el aparato urinario.-Debido a la presión del útero sobre la vejiga se va a producir aumento de la micción sobre todo en el primer y tercer trimestre.**



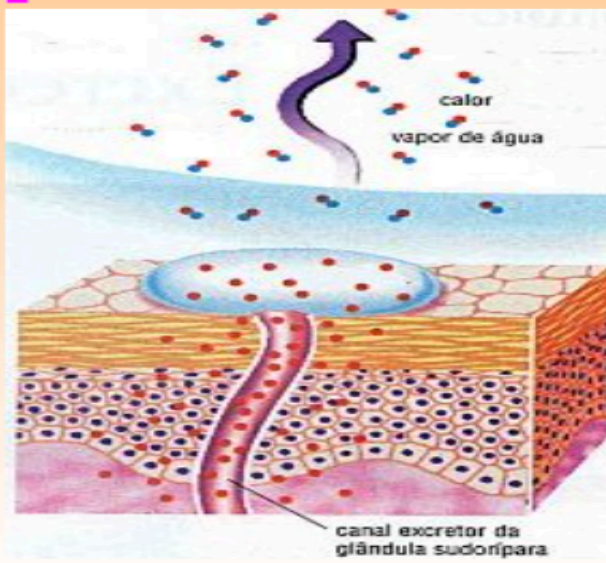
Cambios en el aparato digestivo.-

Los más típicos son las náuseas y vómitos que son debidos a la elevación de hormonas (Gonadotropinas coriónicas) que se producen al principio del embarazo.

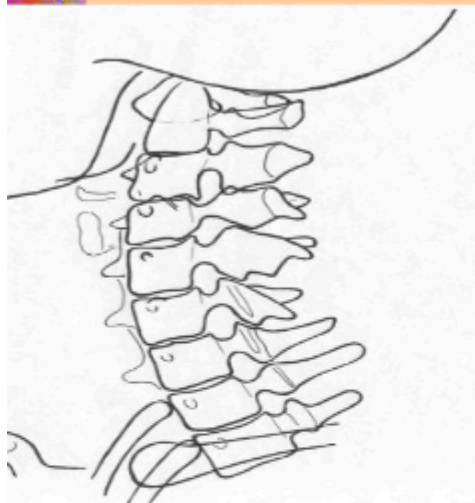


Cambios en la piel.-

- **A menudo las glándulas sudoríparas y sebáceas aumentan su secreción durante el embarazo.**



Cambios en el sistema óseo.-



- Hay un progresivo aumento de la curvatura lumbodorsal de la columna vertebral que van a producir molestias a ese nivel.

- Así mismo pueden aparecer caries debidas a la disminución del PH de la saliva.

Síntomas durante el embarazo

Es posible que notes algunos signos y síntomas incluso antes de hacerte una prueba de embarazo. Otros aparecerán semanas después, cuando tus niveles hormonales empiezan a cambiar.

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 02
	Actas de Comité, Reunión, Auditoría y Capacitación	Aprobación: 01/11/2017

Ausencia del período menstrual

Uno de los primeros síntomas del embarazo (y quizás el más clásico) es cuando no llega tu período menstrual. Sin embargo, la falta de un período no significa necesariamente que estés embarazada, especialmente si tus ciclos tienden a ser irregulares.

Hay muchas condiciones de salud que pueden causar que tu período se retrase o deje de llegar, que son diferentes al embarazo.

Dolor de cabeza

Los dolores de cabeza son comunes al principio del embarazo. Por lo general, son causados por niveles hormonales alterados y un aumento en el volumen sanguíneo. Ponte en contacto con tu médico si los dolores de cabeza no desaparecen o resultan especialmente fuertes.

Manchas de sangre

Algunas mujeres pueden experimentar sangrado leve y manchado al principio del embarazo. Este sangrado con frecuencia es el resultado de la implantación. La implantación suele ocurrir una o dos semanas después de la fertilización.

El sangrado al principio del embarazo también puede ser el resultado de condiciones relativamente menores, como una infección o irritación. Este último, a menudo afecta la superficie del cuello uterino (que es muy sensible durante el embarazo).

El sangrado a veces también puede indicar una complicación grave del embarazo, como un aborto espontáneo, un embarazo ectópico o el desprendimiento prematuro de la placenta. Si te preocupa algo, siempre consulta con tu médico.

Aumento de peso

Puedes esperar ganar entre 1 y 4 libras (1.81 kg) en los primeros meses del embarazo. El aumento de peso se vuelve más notable hacia el comienzo del segundo trimestre.

Hipertensión inducida por el embarazo

Durante el embarazo es probable que se desarrolle presión arterial alta o hipertensión. Varios factores pueden aumentar el riesgo, incluyendo:

tener sobrepeso u obesidad

fumar

tener un historial previo o antecedentes familiares de hipertensión inducida por el embarazo

Acidez estomacal

Las hormonas que se liberan durante el embarazo a veces pueden relajar la válvula que está entre el estómago y el esófago. La acidez estomacal se produce cuando se escapa ácido del estómago.

Estreñimiento

Los cambios hormonales al principio del embarazo pueden hacer más lento tu sistema digestivo. Y, esto se puede convertir en estreñimiento.

Cólicos

Cuando los músculos del útero comienzan a estirarse y expandirse, puedes sentir una sensación de tirón muy parecida a los cólicos menstruales. Si se presentan manchas o sangrado junto a los cólicos, podría ser una señal de aborto espontáneo o de un embarazo ectópico.

Dolor de espalda

Al comienzo del embarazo, las principales causas de dolor de espalda son las hormonas y la presión sobre los músculos. Más adelante, el aumento de peso y el cambio del centro de gravedad pueden aumentarlo. Cerca de la mitad de todas las mujeres embarazadas dicen sentir dolor de espalda durante la gestación.

Anemia

El riesgo de desarrollar anemia es mayor en las mujeres embarazadas, y puede causarles síntomas como aturdimiento y mareos.

La afección puede conducir a un parto prematuro y bajo peso del bebé al nacer. La atención prenatal suele incluir pruebas de detección de anemia.

Depresión

Entre el 14% y el 23% de todas las mujeres desarrollan depresión durante el embarazo. Las causas podrían ser muchos de los cambios biológicos y emocionales que experimentan.

Asegúrate de decirle a tu médico si no te sientes como siempre.

Insomnio

El insomnio es otro síntoma común al principio del embarazo. El estrés, el malestar físico y los cambios hormonales pueden ser factores que contribuyen. Una dieta equilibrada, buenos hábitos de sueño y estiramientos de yoga pueden ayudarte a dormir bien por la noche.

Cambios en los senos

Los cambios en los senos son uno de los primeros signos notables de embarazo. Incluso antes de que te den el resultado positivo, tus senos pueden comenzar a sentirse sensibles, hinchados y en general pesados o llenos. Tus pezones también pueden aumentar de tamaño y estar más sensibles, y las areolas podrían oscurecerse.

Acné

Debido al aumento de las hormonas andrógenas, muchas mujeres sufren de acné al principio del embarazo. Estas hormonas pueden hacer que tu piel se vuelva más grasa, lo que puede obstruir los poros. El acné durante el embarazo generalmente es temporal y desaparece después del nacimiento del bebé.

Vómitos

Vomitarse es parte de las "náuseas matutinas", un síntoma común que suele aparecer dentro de los primeros cuatro meses. Las náuseas matutinas son a menudo la primera señal de que estás embarazada. La causa principal es que hay una mayor cantidad de hormonas durante el comienzo del embarazo.

Dolor de cadera

El dolor de cadera es común durante el embarazo y tiende a aumentar en las últimas etapas. Las causas pueden ser diversas:

presión sobre los ligamentos

ciática

cambios en la postura

mayor peso del útero

Diarrea

La diarrea y otras dificultades digestivas son frecuentes durante el embarazo. Los cambios hormonales, una dieta diferente y el estrés adicional son posibles explicaciones. Si la diarrea dura más de unos pocos días, díselo a tu médico para que se asegure de que no te deshidrates.

Estrés y embarazo

Si bien el embarazo suele ser un momento feliz, también puede ser una fuente de estrés. Un nuevo bebé trae grandes cambios a tu cuerpo, a tus relaciones personales e incluso a tus finanzas. No dudes en solicitar ayuda a tu médico si comienzas a sentirte agobiada.

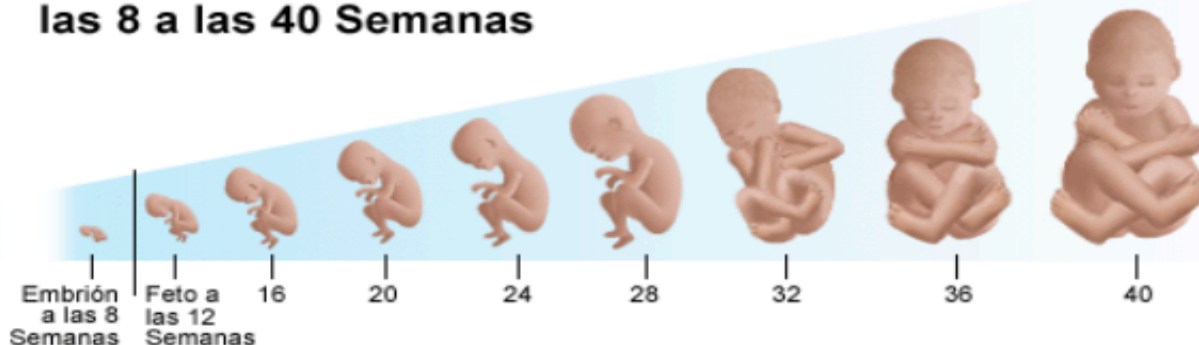
En conclusión

Si crees que puedes estar embarazada, no deberías confiar únicamente en estos signos y síntomas para confirmarlo. Hacerte una prueba casera o pedirle a tu médico que te haga una prueba de laboratorio puede confirmar un posible embarazo.

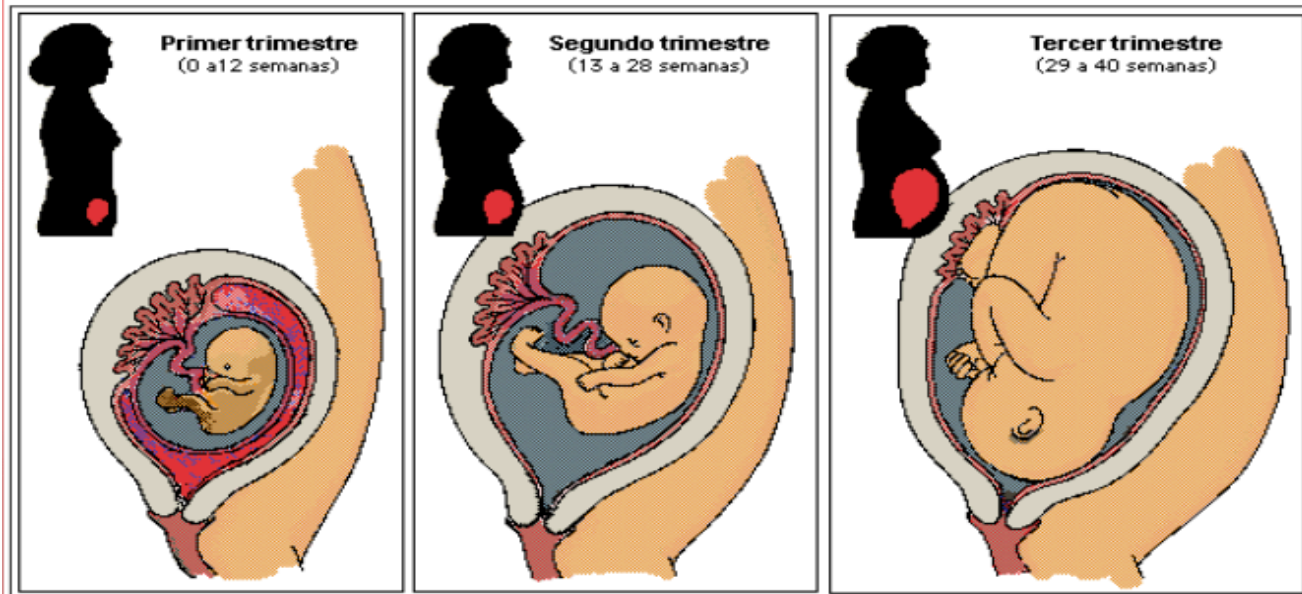
Muchos de estos signos y síntomas también pueden ser a causa de otras afecciones de salud, como el síndrome premenstrual (SPM). Obtén más información sobre los primeros síntomas del embarazo, como cuánto tiempo pasará hasta que aparezcan después de que dejes de tener el período.

DESARROLLO EMBRIONARIO

Crecimiento del Feto de las 8 a las 40 Semanas



Y como progresa el embarazo?...



Semanas 1 a 3



Semanas 4 y 5

Desde el punto de vista médico, aunque usted lleva embarazada 2 semanas, se considera técnicamente en su 4 semana de embarazo, edad gestacional, esto debido a que el embarazo se cuenta desde el primer día de su última menstruación



Semana 6 y 7

Ya late el Corazon...



El embrión tiene aproximadamente 8 mm, del tamaño de un grano de arroz. El desarrollo de los brazos y piernas continúa aunque los dedos de manos y pies no se han formado todavía. El cerebro crece, así como los ojos, nariz, intestinos, páncreas y bronquios

Semanas:

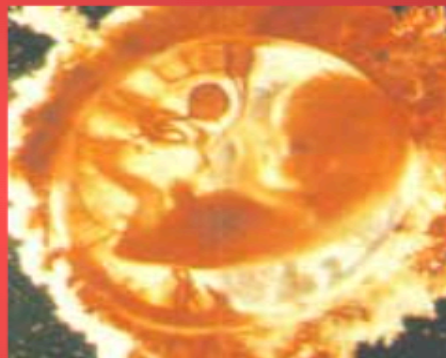
8

Tiene cara...



Se forma el cartilago donde quedaran los huesos...

9



10

Nada libremente, articulaciones formadas

Semanas:

11

Se llama feto...



12

Todos los órganos están formados... les falta crecer

13

Higado y páncreas empiezan a funcionar, ya se puede determinar el sexo...

Semanas:

14

Se escucha el corazón con el doppler...



15, 16 y 17

La mamá siente los movimientos de su hijo...

Semanas:

18 hasta la 27...

Crece y crece y
no para de
crecer... ya pesa
1000 gramos...

Semana 28:

El pequeño "milagro" sigue creciendo. Ya tiene cejas y pestañas, y cabello en su cabeza, con los párpados y los ojos completamene formados. Pesa ya unos 1200 gramos. El tono muscular mejora gradualmente. Los pulmones son ya capaces de respirar aire, pero si naciera en este momento, tendría mucho trabajo para respirar adecuadamente. Asegúrese de hablarle frecuentemente al bebé porque el ya le reconoce su voz!



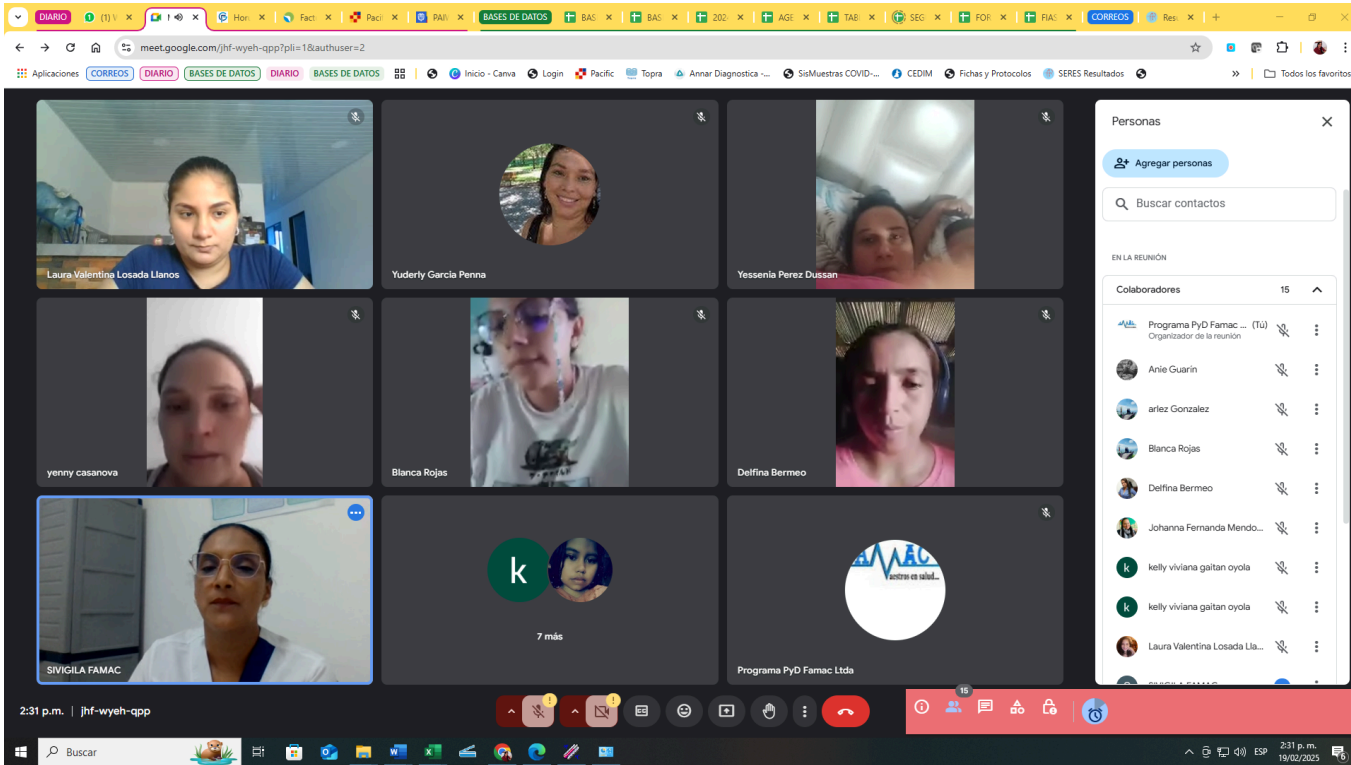
COMPROMISOS ADQUIRIDOS

COMPROMISO	FECHA DE CUMPLIMIENTO	RESPONSABLE(S)
Continuar con la capacitación a nuestras usuarias y sus familiares	continuo	Médicos de programa, consulta prioritaria y enfermería.

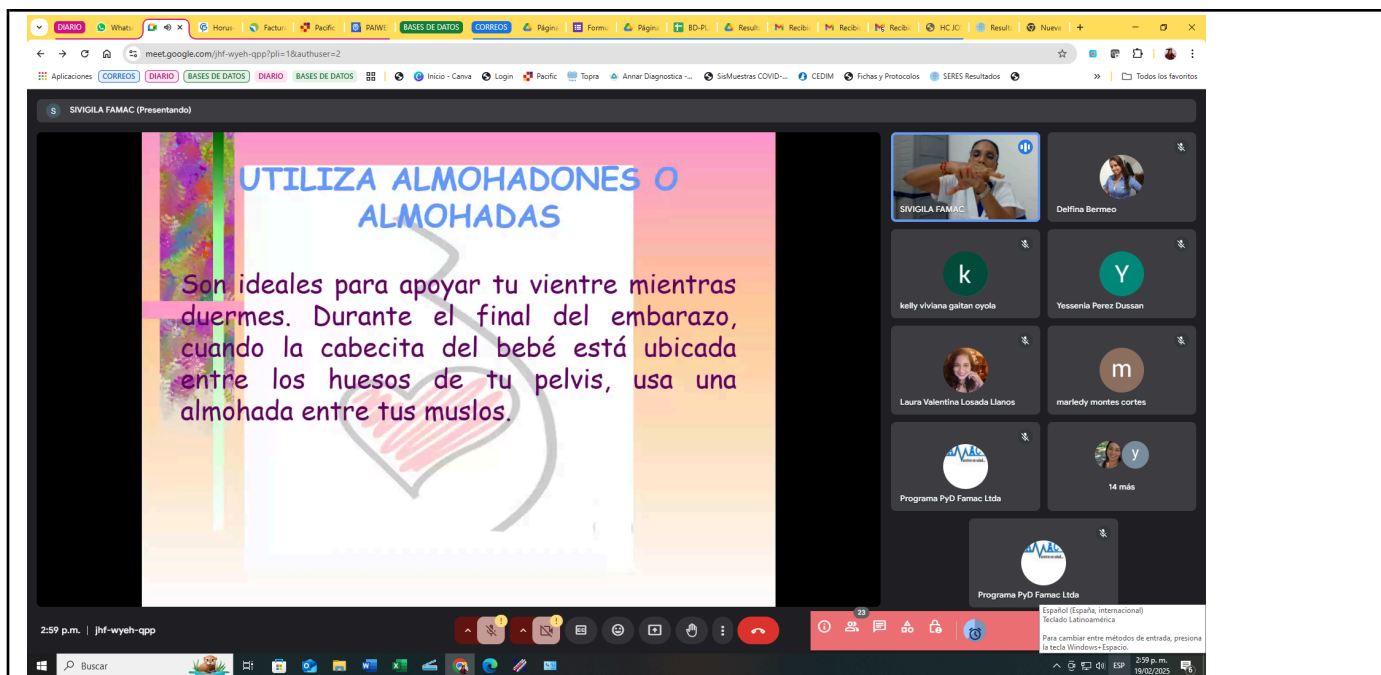
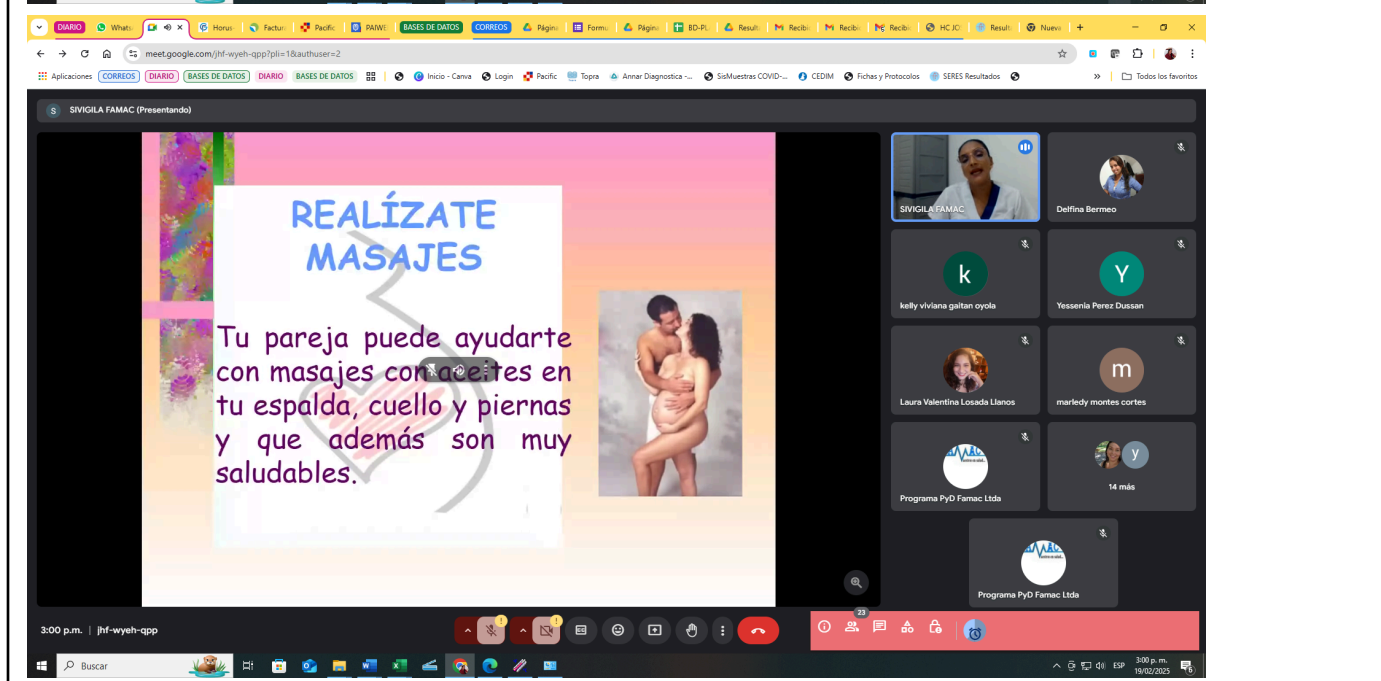
	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 02
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación	Aprobación: 01/11/2017

		Auxiliares de rutas de promoción y mantenimiento
--	--	--

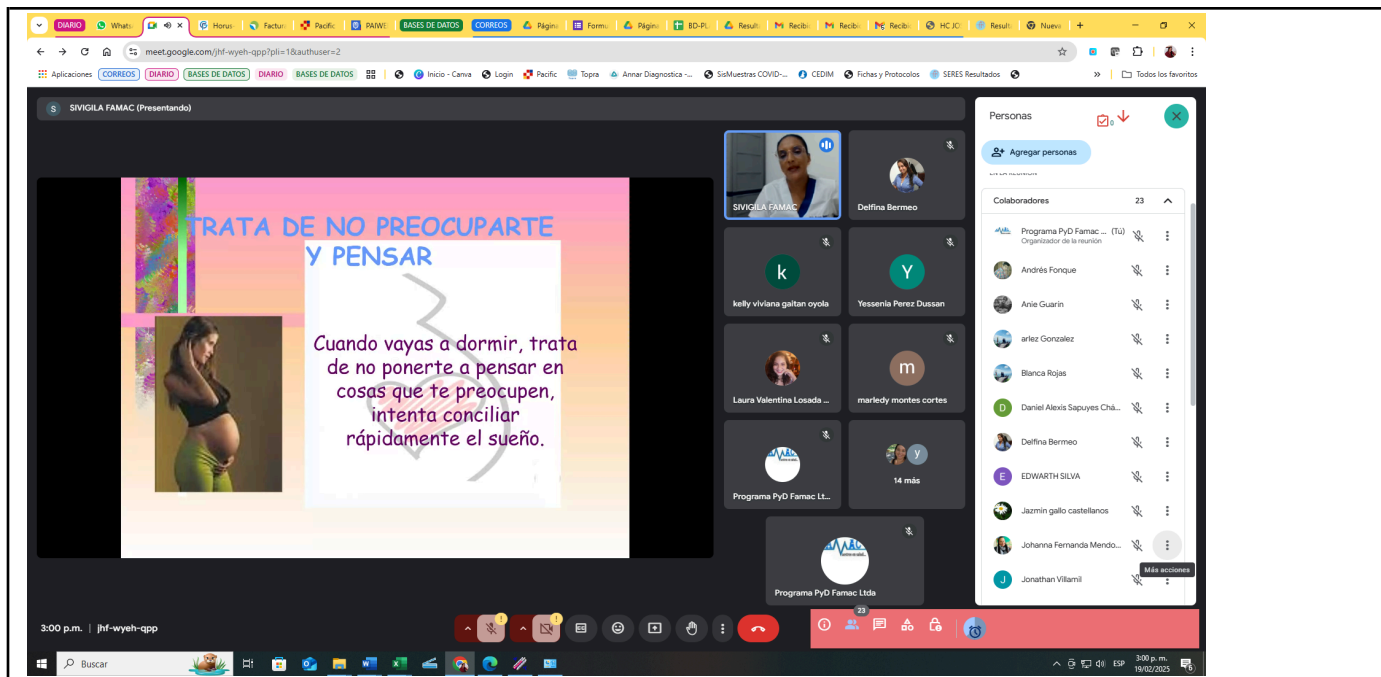
LISTADO DE ASISTENCIA



	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 02
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación	Aprobación: 01/11/2017

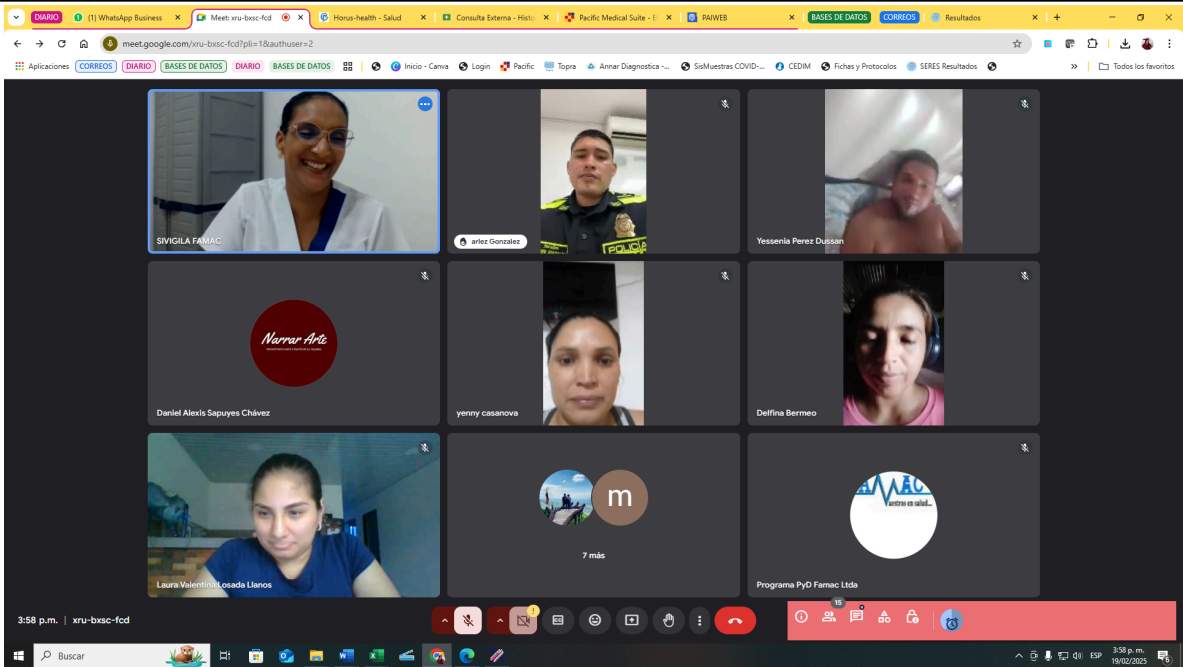
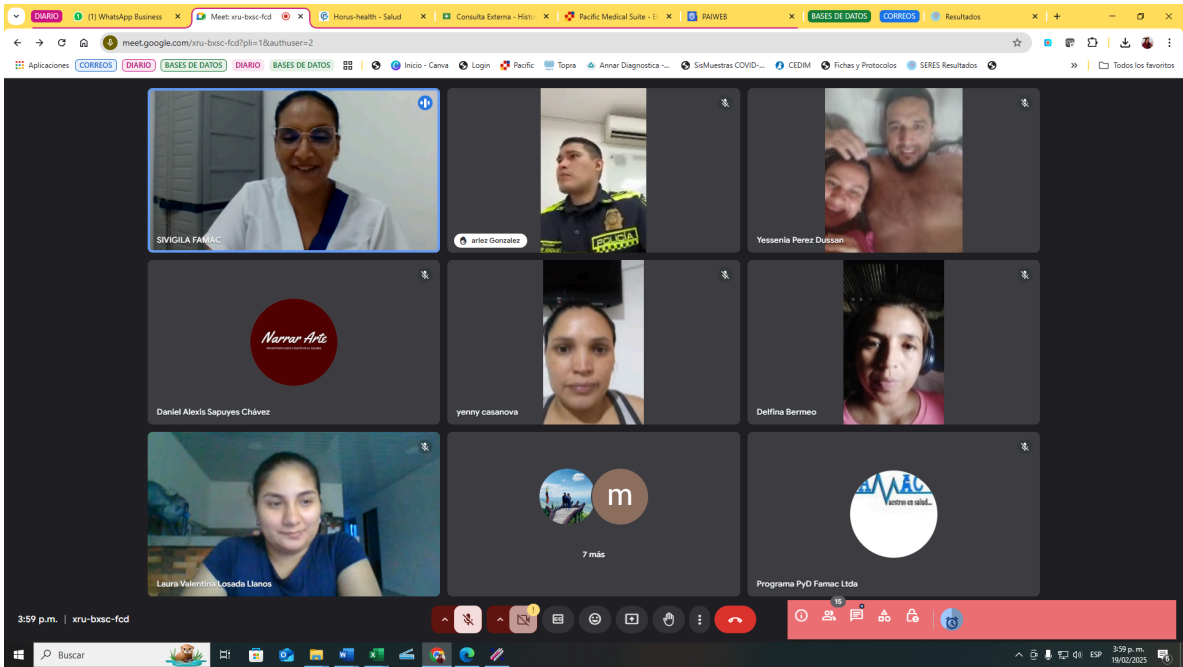



	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 02
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación	Aprobación: 01/11/2017



The screenshot displays a Google Meet interface during a video conference. The central video area shows a presentation slide with a pink and white background. The slide's title is "TRATA DE NO PREOCUPARTE Y PENSAR" in blue and black text. Below the title, there is a sub-header in purple: "Cuando vayas a dormir, trata de no ponerte a pensar en cosas que te preocupen, intenta conciliar rápidamente el sueño." To the left of the text is a photograph of a pregnant woman in a black top and green pants. The right sidebar, titled "Personas", lists 23 participants, including "SIVIGILA FAMAC", "Delfina Bermeo", and "Programa PyD Famac Ltda.". The bottom status bar shows the time as 3:00 p.m. and the meeting ID as jhf-wyeh-qpp.

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 02
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación	Aprobación: 01/11/2017

Se anexa listado de asistencia virtual

1	Marca temporal	NOMBRES	APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	NÚMERO TELEFÓNICO	CORREO ELECTRÓNICO	MUNICIPIO DE RESIDENCIA	SOY FAMILIAR DE
2	19/2/2025 14:42:03	Laura Valentina	Losada Llanos	1003814552	3502978945	lauralosada06@gmail.com	Florencia	Soy la mamita
3	19/2/2025 14:42:24	Jazmín	Gallo Castellanos	1099683205	3134742331	Jazmingallocastellanos@gn	Milán	
4	19/2/2025 14:43:00	Johanna Fernanda	Mendoza Chala	1075278677	3133818848	wili1456@hotmail.com	Solano	Acompañante Wilfredo
5	19/2/2025 14:43:05	Zaida Karina	Ramos Yonda	1062074049	3245624608	zaidasomar04@gmail.com	Florencia	Madre gestante Zaida K
6	19/2/2025 14:43:26	Jaime andres	malambo fonque	1117514308	3152549345	janmafo@gmail.com	florencia	delfina bermeo cediel
7	19/2/2025 14:45:40	Eduin Camilo	Findicue Fajardo	1078755497	3004784929	findicuee@gmail.com	Florencia	Zaida Karina Ramos Yor
8	19/2/2025 14:48:45	Edna Yurani	Guarín Artunduaga	1075296684	3208465789	anig13@hotmail.com	San Vicente del Caguán	Daniel Alexis Sapuyes C
9	19/2/2025 14:49:04	Jhon Alexander	Ramos Ramos	1117541742	3213287111	jhonramox@gmail.com	Florencia	Laura Valentina Losada
10	19/2/2025 14:50:26	Eduin Camilo	Findicue Fajardo	1078755497	3004784929	findicuee@gmail.com	Florencia	Esposo de la madre ges
11	19/2/2025 14:52:19	Daniel Alexis	Sapuyes Chávez	11117503082	3212353479	danielalexissapuyeschavez@	San Vicente del Caguán	Edna Yurany Guarín Artu
12	19/2/2025 14:52:42	Yuderly	García Penna	40613803	3103191723	ingarciayp@gmail.com	Florencia	N/A
13	19/2/2025 14:55:59	Emmanuel Arturo	González Martínez	547193	322 3422496	emmanuel.gonzalez.martine	Florencia	Yuderly García Penna
14	19/2/2025 15:42:30	Yessenia	Pérez	1006430729	3104779998	pdyes1905@gmail.com	San José	José Belisario Leyton
15	19/2/2025 15:43:36	José Belisario	Leyton	1117487913	3118181145	pdyes1905@gmail.com	San José	Yessenia Pérez
16	19/2/2025 15:44:32	Fenner arlez	González moreno	1117530645	3163691255	Fenner351@gmail.com	Florencia	Blanca Irene rojas pena
17	19/2/2025 15:45:08	Blanca Irene	Rojas Penagos	1117545993	3115828330	tatarojaspenagos@gmail.co	Solano, inspección de Monongue	Blanca Rojas
18	19/2/2025 16:02:36	Kelly Viviana	Gaitán Oyola	1117818862	3125399365	viviana91110@gmail.com	Florencia	
19	19/2/2025 16:04:38	Delfina	Bermeo cediel	1117521886	3172931140	aydacediel@gmail.com	Montañita	Madre gestante
20	19/2/2025 16:13:18	Elifaber	Andrades Molano	1076985838	3115915783	elifaberandrade@hotmail.co	Florencia	Kelly Viviana Gaitán Oyc
21	19/2/2025 16:18:46	Yenny Lorena	Casanova Gutierrez	1117507744	3164311063	casanovayenny7@gmail.cor	Florencia	
22	19/2/2025 16:20:56	Jonathan Alexander	Villamil Jiménez	1015392100	3213793529	nahtanoj09@gmail.com	florencia	mi
23	19/2/2025 16:22:59	Jonathan Alexander	Villamil Jimenez	1015392100	3213793529	nahtanoj09@gmail.com	Florencia	yenny Lorena casanova
24	24/2/2025 16:49:48	Shirly Julieth	Zúñiga Arredondo	1.117.512.872	310 296 9497	shirlyzuniga@gmail.com	Puerto Rico	Ana Ligie Arredondo
25								