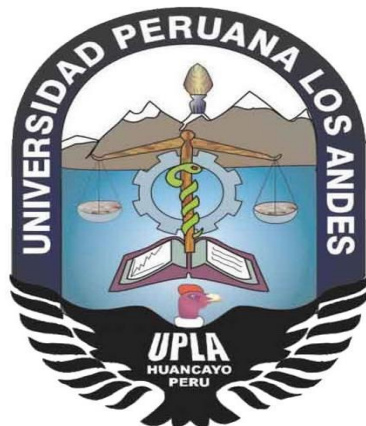


**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA**



**NOMBRE DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN: PSICOPROFILAXIS  
OBSTÉTRICA**

**“NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DE LA PSICOPROFILAXIS  
OBSTÉTRICA EN GESTANTES EN EL H.R.D.M.I EL CARMEN  
HUANCAYO 2017”**

**AUTORES** : EUSEBIO VENTOCILLA ADA VIRGINIA  
MEZA MEDRANO ÁNGELA NATALY

**ASESORA** : FLOR DE MARÍA CHÁVEZ ROMANÍ

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN** : SALUD MATERNO PERINATAL

**ÁREA DE INVESTIGACIÓN** : PSICOPROFILAXIS Y ESTIMULACIÓN

**PRENATAL**

**FECHA DE INICIO Y CULMINACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN:**

**INICIO:** 06-11-2017

**CULMINACIÓN:** 15-04-2018

**LUGAR Y FECHA DE PRESENTACIÓN:** HUANCAYO 18-04-2018

**HUANCAYO –PERÚ**

**2018**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por regalarnos un nuevo día y darnos la fuerzas para seguir luchando por nuestras metas.

A nuestra asesora de tesis, MG. Flor De María Chávez Romaní, por brindarnos su tiempo durante el asesoramiento en la presente investigación.

A cada uno de nuestros docentes, por su dedicación, motivación y transmitirnos conocimientos básicos que nos ayudaron para poder realizar nuestra investigación.

A nuestros amigos, quienes de alguna manera nos dieron ánimos en los malos momentos, y compartieron alegrías en los buenos tiempos.

## ÍNDICE

<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	ii
<b>ÍNDICE</b> .....	iii
<b>ÍNDICE DE TABLA</b> .....	iv
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS</b> .....	iv
<b>RESUMEN</b> .....	v
<b>ABSTRAC</b> .....	vi
<b>CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN</b> .....	7
1.1. <b>DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	9
1.2. <b>DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	10
1.3. <b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	10
1.4. <b>JUSTIFICACIÓN</b> .....	10
1.5. <b>OBJETIVOS</b> .....	11
1.6. <b>MARCO TEÓRICO</b> .....	12
1.7. <b>OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES</b> .....	43
<b>CAPÍTULO II METODOLOGÍA</b> .....	45
2.1. <b>MÉTODO DE INVESTIGACIÓN</b> .....	45
2.2. <b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b> .....	45
2.3. <b>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</b> .....	46
2.4. <b>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b> .....	46
2.5. <b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b> .....	46
2.6. <b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</b> .....	47
2.7. <b>PROCESAMIENTO DE INVESTIGACIÓN</b> .....	47
2.8. <b>TÉCNICAS Y ANÁLISIS DE DATOS</b> .....	48
2.9. <b>PROCESAMIENTO A SEGUIR PARA PROBAR LA HIPÓTESIS</b> .....	49
2.10. <b>ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	49
<b>CAPÍTULO III RESULTADOS</b> .....	50
<b>CAPÍTULO IV ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b> .....	55
<b>CAPÍTULO V CONCLUSIONES</b> .....	58
<b>CAPÍTULO VI RECOMENDACIONES</b> .....	59
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	60
<b>ANEXOS</b> .....	68

## ÍNDICE DE TABLA

TABLA N° 1 NIVEL DE CONOCIMIENTO DE PSICOPROFILAXIS EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017 .....	50
TABLA N° 2 PRÁCTICAS DE PSICOPROFILAXIS EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017.....	51
TABLA N° 3 RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017 .....	52
TABLA N° 4: PRUEBA DE HIPÓTESIS DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017 ..	53

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRAFICO N° 1 NIVEL DE CONOCIMIENTO DE PSICOPROFILAXIS EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017 .....	51
GRAFICO N° 2 PRÁCTICAS DE PSICOPROFILAXIS EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017.....	52
GRAFICO N° 3 RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA EN GESTANTES DEL HOSPITAL REGIONAL DOCENTE MATERNO INFANTIL EL CARMEN HUANCAYO JULIO - OCTUBRE 2017 .....	53

## RESUMEN

Esta investigación tuvo como **objetivo** Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017. **Metodología:** Método científico Tipo: descriptivo, prospectivo transversal Nivel: relacional, Diseño: transversal relacional y no experimental, **Población** Estuvo conformada por 125 gestantes procedentes de la provincia de Huancayo que asisten a las sesiones de Psicoprofilaxis entre los meses de Julio a Octubre del 2017 **Muestra** seleccionada por conveniencia formada por 62 gestantes asistentes a la 5° y 6° sesión del programa de Psicoprofilaxis Obstétrica. Se utilizaron las técnicas de encuesta y observación, como instrumento el cuestionario y la lista de chequeo. Utilizamos spss statistics 22 para obtener los estadísticos descriptivos, gráficos y probar nuestra hipótesis con chi cuadrado. **Resultados:** El nivel de conocimiento de regular se tuvo en un 35.5 % y bueno se determinó en un 35.5 %; el 29 % un nivel de conocimiento malo. Y el 58% de las gestantes tienen una práctica adecuada en Psicoprofilaxis Obstétrica y el 42% de las gestantes tienen una práctica inadecuada. **Conclusiones** Existe relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en las gestantes que asisten a las últimas sesiones de Psicoprofilaxis.

**PALABRAS CLAVES:** nivel de conocimiento, practica, Psicoprofilaxis Obstétrica y gestantes.

## **ABSTRAC**

The objective of this research was to determine the relationship between the level of knowledge and the practice of Obstetric Psychoprophylaxis in pregnant women of the Maternal and Child Teaching Hospital El Carmen Huancayo, July - October 2017. Methodology: Scientific method Type: descriptive, cross-sectional prospective Level: relational, Design: relational and non-experimental cross-section, Population It consisted of 125 pregnant provinces from the province of Huancayo who attend Psycho-prophylaxis sessions between the months of July to October of 2017 Sample selected by convenience formed by 62 pregnant women attending the 5th and 6th session of the Obstetric Psychoprophylaxis program. The survey and observation techniques were used, as an instrument the questionnaire and the checklist. To obtain the descriptive statistics, graphs and test our hypothesis with chi square. Results: The level of knowledge of regular was 35.5% and good was determined in 35.5%; 29% at the level of bad knowledge. And 58% of pregnant women have an adequate practice in Obstetric Psychoprophylaxis and 42% of pregnant women have an inadequate practice. Conclusions There is a relationship between the level of knowledge and the practice of Obstetric Psycho-prophylaxis in pregnant women who attend the last sessions of Psycho-prophylaxis.

**KEY WORDS:** level of knowledge, practice, obstetric psycho-prophylaxis and pregnant women.

## **CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN**

Psicoprofilaxis Obstétrica es una técnica educativa que hace posible la preparación integral de la gestante es así que la ayudara a desarrollar hábitos y comportamientos saludables al igual que una actitud seria durante el embarazo, parto y puerperio.<sup>1</sup>

Mediante la preparación teórica la gestante conocerá y entenderá aspectos relacionados con su gestación, parto y puerperio, la ayuda a tener de esta manera mayor tranquilidad y confianza, generando así una cultura de prevención. A su vez la preparación física brindara beneficios corporales y mentales. A través de ejercicios gestacionales, técnicas de actividad respiratoria, técnicas de relajación neuromuscular, posiciones antálgicas y/o masajes localizados A fin de alcanzar preferibles condiciones saludables y positivas en la madre y su feto. Contribuyendo así a la reducción de complicaciones al acortar el tiempo del proceso del parto y mejorar la oxigenación de la madre y el feto. Por consiguiente, buen estado en el nacimiento<sup>2</sup>

Por lo que la presente investigación tiene como propósito de conocer la relación que tiene el nivel de conocimiento con la práctica de Psicoprofilaxis Obstétrica; De las gestantes

asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen. Teniendo como contenido

**CAPÍTULO I** aquí se describió el problema, la delimitación del problema, formulación del problema, Justificación social, científica y metodológica en el cual se hace referencia la contribución de nuestro estudio a la sociedad, también se formula los objetivos. Así mismo damos a conocer el marco teórico y la hipótesis.

**CAPITULO II** Dimos a conocer la metodología empleada en la investigación,

**CAPITULO III** Se dio a conocer los resultados encontrados los cuales se dan en tablas y gráficos con sus respectivas interpretaciones.

**CAPITULO IV** Realizamos el análisis y discusión de los datos comparándolos con otras investigaciones.

**CAPITULO V** Aquí dimos a conocer las conclusiones a las que llegamos y por último en el **CAPÍTULO VI** dimos a conocer las recomendaciones.



## **1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

El embarazo es una experiencia impresionante que atraviesa muchas mujeres; al albergar durante nueve meses en su vientre a su futuro hijo.

Un gran número de gestantes tienen insuficiente conocimiento sobre los temas de los programas de Psicoprofilaxis Obstétrica como el embarazo, el trabajo de parto y puerperio además desconocimientos sobre los beneficios de dicho programa. Esto se ve reflejado en el cuidado inadecuado en el embarazo, la actitud inadecuada en el momento del trabajo de parto Incluyendo aquellas gestantes que culminaron todas las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica (6 sesiones).<sup>3</sup>

Psicoprofilaxis Obstétrica es un programa que consiste en la preparación teórica, física, y psicoafectivo. A fin de alcanzar mejores condiciones saludables y positivas. Contribuyendo a la reducción de complicaciones obstétricas al acortar el tiempo del proceso del parto y mejorar la transmisión de oxígeno de la madre y el feto.<sup>4</sup>

Para la Organización Mundial de la Salud la Psicoprofilaxis Obstétrica se ha ido transformando en una profilaxis de forma global para sucesos desfavorable que pueden ser de riesgo durante la gestación, durante el parto y durante el puerperio, la Psicoprofilaxis obstétrica incorpora una preparación integral añadida con ejercicios orientados a mejorar el estado corporal y mental. Los cuales disminuyen posibles dificultades y/o complicaciones. Incluye asimismo la aplicación de técnicas de actividad respiratoria los cuales aportarán una buena oxigenación materno fetal; por consiguiente un buen estado en el nacimiento; y las técnicas de relajación son elementales para lograr un buen estado emocional en la madre el cual favorece en su comportamiento, actitud de modo que pueda colaborar durante todo el proceso de embarazo, parto y puerperio.<sup>5</sup>

Según el Ministerio de Salud la Psicoprofilaxis Obstétrica es muy beneficioso para la madre gestante ya que cuenta con un programa educativo para la preparación integral de las gestantes permitiendo así fomentar hábitos y actitudes saludables de manera positiva durante el embarazo, parto y puerperio. Convirtiéndose este en un proceso saludable tanto para la gestante y para su futuro recién nacido como el recién

nacido y su entorno familiar. También contribuirá a la disminución de complicaciones obstétricas pre y posnatales al preparar físicas y psicológicas a la gestantes para un parto sin temor disminuyendo la disminución de complicaciones prenatales al acortar el tiempo del proceso del parto y mejorar la oxigenación de la madre y feto.<sup>1</sup>

## **1.2. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA**

Se investigó la relación entre el nivel de conocimientos y la práctica de la Psicoprofilaxis en las gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo durante los meses de Julio a Octubre del 2017 en el programa de Psicoprofilaxis obteniendo información mediante la encuesta y lista de chequeo el cual permitirá saber sobre la importancia que las gestantes le dan a estos programas los cuales contribuyen a incrementar el conocimiento ayudando así a enfrentar el embarazo, parto y puerperio de una manera positiva.

## **1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.3.1. PROBLEMA GENERAL**

¿Existe relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017?

### **1.3.2. PROBLEMAS ESPECÍFICO**

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017?
- ¿Cuál es la práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017?

## **1.4. JUSTIFICACIÓN**

### **1.4.1. SOCIAL**

Esta investigación se realizó con el propósito de lograr identificar la importancia que las gestantes le dan a los diferentes temas tratados en los programas de Psicoprofilaxis Obstétrica, mediante el cual logran obtener los conocimientos necesarios y ponerlos en práctica durante su el embarazo, parto y puerperio. Esta

investigación lograra brindar un aporte a los personales de la salud para promover y mejorar así la implementación de más materiales educativos que contribuyan a incrementar los conocimientos de las gestantes sobre la Psicoprofilaxis Obstétrica logrando así juntos conseguir una maternidad saludable en nuestra sociedad. Contribuyendo a reducir las complicaciones materno perinatales.

#### **1.4.2. CIENTÍFICA**

Esta investigación se realizó para lograr determinar el nivel de conocimiento teórico y la práctica sobre la Psicoprofilaxis Obstétrica de las gestantes que acuden al Hospital Regional Docente Materno Infantil. Teniendo como resultado principal que el nivel de conocimiento se relaciona significativamente a la práctica en la Psicoprofilaxis, siendo este nuestro aporte teórico contribuyendo en el conocimiento científico sobre el tema.

#### **1.4.3. METODOLÓGICA**

La elaboración, confiabilidad, validación y la aplicación de los instrumentos empleados en esta investigación para medir el nivel de conocimiento y práctica en Psicoprofilaxis Obstétrica aportan metodológicamente a futuras investigaciones acerca del tema, así mismo la metodología empleada permitirá la réplica de la investigación en otros ámbitos.

### **1.5. OBJETIVOS**

#### **1.5.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017.

#### **1.5.2. OBJETIVO ESPECÍFICO**

- Determinar el nivel de conocimiento de la Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017.

- Determinar la práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017.

## **1.6. MARCO TEÓRICO**

### **ANTECEDENTES**

#### **INTERNACIONAL**

Montiel F. Nicaragua 2016: En su investigación Intervención Educativa sobre la Psicoprofilaxis Obstétrica en las embarazadas que asisten al Hospital primario Monte Carmelo Nandaime-Granada 2016. Nicaragua. Donde su objetivo Fue desarrollar intervenciones educativas de la Psicoprofilaxis obstétrica en las embarazadas que asisten al Hospital primario Monte Carmelo Nandaime-Granada 2016. Teniendo así los resultados después de la participación a la Psicoprofilaxis Obstétrica obtuvieron el 83% de positividad en conocimientos. Conclusión Las gestantes se sienten más tranquilas ya que poseen información para afrontar el dolor.<sup>6</sup>

Lemache A. Ecuador 2016: En su investigación Educación en Psicoprofilaxis en las Adolescentes Primigestas Que Acuden Al Centro De Salud - Santa Rosa De Cusubamba, de Cayambe En Ecuador de Octubre 2016 – Febrero 2017. Cuyo objetivo fue determinar el nivel de conocimiento acerca de Psicoprofilaxis que tienen las mujeres adolescentes primigestas del centro de Salud de Santa Rosa de Cusubamba tuvo como muestra a un total de 15 participantes adolescentes primigestas, a quienes se aplicó una encuesta para determinar el nivel de conocimiento; sus resultados reflejaron poco conocimiento acerca de Psicoprofilaxis obstétrica concluyendo que el centro de salud no tiene establecido un programa de capacitación para las usuarias que se refleja en la falta de preparación psicológica y física de la madre adolescentes.<sup>6</sup>

Cajamarca A. Ecuador 2015: en su investigación de Aplicación de la Psicoprofilaxis en mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Julios Doepfner de la Ciudad de Zamora. Ecuador año 2015 su objetivo fue determinar la aplicación de la Psicoprofilaxis en las gestantes atendidas en el Hospital Julius Doepfner en el año 2015. Obteniendo los siguientes resultados 100% afirmaron

que por la falta de conocimiento no aplicaron la Psicoprofilaxis Obstétrica. Llegando a la conclusión que las embarazadas no aplican las técnicas de Psicoprofilaxis por desconocimiento.<sup>7</sup>

Mora K. Ecuador 2013 En su investigación Conocimientos, Actitudes y Prácticas Sobre Consejería Psicoprofiláctica A Embarazadas, Al Cliente Interno Y Externo Del Subcentro de Salud del Tejar 2013- Ecuador Objetivo determinar el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas que tiene los clientes internos y externos, de la Psicoprofilaxis. La Muestra fue de 30 embarazadas que asisten a sus controles prenatales teniendo como Resultados el 73% de las mujeres gestantes no conocen acerca de la Psicoprofilaxis del parto y un 27% de las gestantes que si conocen acerca de la Psicoprofilaxis del parto. Conclusión El equipo de Salud utilizara este manual como un instrumento de apoyo en el trabajo.<sup>8</sup>

Chimbo M. Ecuador 2013: En su investigación de Conocimiento y Aplicación de Psicoprofilaxis del trabajo de parto en gestantes del Centro de Salud El Dorado Ecuador del 2013 -2014 Su objetivo fue determinar el nivel de conocimiento en las gestantes sobre la Psicoprofilaxis obstétrica, de 70 usuarias se obtuvo estos Resultados el 100 % de las gestantes tuvieron un bajo nivel de conocimiento por ello no lo aplicaron, En conclusión las gestantes en un 100% no conocen sobre la Psicoprofilaxis y nunca han obtenido información sobre los temas de Psicoprofilaxis obstétrica.<sup>9</sup>

## NACIONALES

Baca W. Arequipa 2016: En su investigación influencia del programa de Psicoprofilaxis Obstétrica sobre el nivel de conocimiento del embarazo, parto y puerperio en gestantes del Centro de Salud Maritza Campos Díaz Zamácola Junio – Julio 2016 tuvo como objetivo Comparar el nivel de conocimiento sobre el embarazo, parto y puerperio entre gestantes preparadas y no preparadas antes y después de la aplicación del Programa de Psicoprofilaxis Obstétrica en el Centro de Salud Maritza Campos Díaz Zamácola. Teniendo como resultado al final del curso de Psicoprofilaxis. Al finalizar el Programa de Psicoprofilaxis Obstétrica el nivel de conocimiento sobre el embarazo, parto y puerperio en el grupo de las gestantes preparadas presento un incremento; siendo sobre el embarazo un 56%

nivel muy bueno; sobre el parto un 50% nivel bueno y sobre el puerperio un 66% nivel muy bueno. El grupo de gestantes no preparadas mantuvo su nivel malo de conocimiento, presentando sobre el embarazo un 66% nivel malo; sobre el parto 66% nivel malo y sobre el puerperio 60% nivel malo. Llegando a la conclusión que el programa de Psicoprofilaxis influye en el aumento de conocimientos en gestantes preparadas mientras que en no preparadas mantiene su nivel.<sup>10</sup>

Tira J. Ica 2014: En su investigación Nivel de Conocimiento de Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes atendidas en el Hospital Rezola Cañete Ica 2014. Objetivo determinar el nivel de conocimiento de Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes atendidas en el Hospital Rezola. Obteniendo como resultado el 41.82% obtuvieron un conocimiento de nivel regular, 38.18% un conocimiento de nivel bueno y el 20% obtuvieron un conocimiento de nivel malo. Teniendo como conclusión que las gestantes que asistieron a más de 5 sesiones tiene mejor nivel de conocimientos.<sup>11</sup>

Gaviria K. Tarapoto 2014: En su investigación Programa de Psicoprofilaxis Obstétrica y su Influencia en el Comportamiento de las Gestantes, Atendidas En El Hospital II ESSALUD – Tarapoto 2014. Tuvo como objetivo determinar la influencia de Psicoprofilaxis Obstétrica en el comportamiento de la embarazada resultado encontramos que de las gestantes que recibieron el Programa, el 50% tienen nivel Alto y Medio de conocimiento en los temas de Psicoprofilaxis Obstétrica, el 70% tienen un comportamiento adecuado frente al embarazo. Concluyendo que la Psicoprofilaxis Obstétrica potencializa significativamente el comportamiento y conocimiento de las gestantes.<sup>12</sup>

Saavedra K. Tarapoto 2012: En su investigación de Nivel de conocimiento de las gestantes sobre los temas que se imparten en el programa de Psicoprofilaxis obstétrica del Hospital II-1 Moyobamba. Abril- setiembre 2012 - Tarapoto. Tuvo como objetivo determinar el nivel de conocimientos de las gestantes sobre los temas que se imparten en el programa de Psicoprofilaxis realizado en el Hospital de Moyobamba de Abril a Setiembre del 2012. Teniendo como resultado el 100,0% de las participantes, obtuvieron un calificativo de buenos conocimientos sobre el programa de Psicoprofilaxis. Llegando a una conclusión que todas las

gestantes participantes en el programa de Psicoprofilaxis tienen un nivel de conocimiento bueno.<sup>13</sup>

Berrocal M. Chiclayo 2012: En su investigación de Nivel de Conocimientos Sobre Psicoprofilaxis en Gestantes Atendidas En El Hospital referencial Docente Tuman 2012 de Chiclayo objetivo Determinar el nivel de conocimientos de Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes obteniendo resultados el 72.2 % de las gestantes tienen conocimiento de un nivel bueno con la conclusión que la Psicoprofilaxis Obstétrica incrementa el nivel de conocimientos de las embarazada antes, durante y después del parto cambiando la actitud hacia éstos y permitiendo una deseable progreso de las distintas etapas del embarazo.<sup>14</sup>

Mejía C. Lima 2011: En su investigación nivel de conocimiento sobre Psicoprofilaxis y grado de aplicación de las gestantes - Centro de Salud “Viña Alta”, La Molina 2010 – 2011.tuvo como objetivo fue determinar el nivel de conocimiento y grado de aplicación de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes que acuden al C. S “Viña Alta” 2011 en Callao Lima ,teniendo como resultado el 50% de las mujeres embarazadas tuvieron una puntuación mayores igual a 16 y en la lista de chequeo el 50% de las mujeres gestantes tuvieron una puntuación mayores igual a 14 teniendo como conclusiones las gestantes que tuvieron un puntaje aprobatorio en conocimientos no siempre obtuvieron puntuaciones positivas en la aplicación. Indicando que la teoría no es reflejo en la práctica<sup>3</sup>.

## **MARCO CONCEPTUAL**

### **BASES TEÓRICA**

#### **CONOCIMIENTO**

Para el diccionario filosófico el conocimiento es un proceso en virtud del cual la realidad se refleja y reproduce en el pensamiento humano.<sup>15</sup> En cambio Arceo define al conocimiento como la información que una persona posee de manera utilizable para un propósito.<sup>16</sup>

Para Carbajal el conocimiento humano se inicia con práctica del hombre<sup>17</sup> ; por ello Perez define al conocimiento como un grupo de información acumulada durante la práctica o el aprendizaje o a través de la conciencia.<sup>18</sup>

Por otro lado Sanguinetti refiere que el conocimiento es una conducta neurológica con una respuesta adaptativa, proceder externo basado en la experiencia de lo real, no sólo de descripciones de investigaciones. Los humanos acumulan conocimientos sobre el ambiente en el que viven a partir de incrementar conocimientos teóricos y prácticos para cambiar los sucesos adyacentes.<sup>19</sup>

### **NIVEL DE CONOCIMIENTO**

Nivel de conocimiento se refiere al nivel de información alcanzada y guardada durante la práctica o lección.<sup>20</sup>

Es así que Mejía refiere que los niveles de conocimiento se provienen del desarrollo en la realización del saber y representan un incremento en la complejidad con que se interpreta o discierne la realidad; a su vez se refiere que es la información guardada con mención a un programa usado en un estudio<sup>3</sup>

El nivel de conocimiento tiene en su inicio en la labor de la metodología, es así que Gonzales lo describe en términos de la conceptualización y profundidad obtenida en la vinculación de sujeto/objeto.<sup>21</sup>

Romero A. refiere que el nivel de conocimiento es la actitud consciente e premeditada para captar las condiciones del objeto y este se refiere al sujeto. Su proceso ha ido de acuerdo con el crecimiento del pensamiento humano.<sup>22</sup>

### **GESTACIÓN**

El embarazo: Es la etapa que acontece desde la implantación del cigoto en el útero, hasta el parto, sucediendo durante la gestación cambios físicos, metabólicos e incluso emocionales que se da en la mujer gestante.<sup>23</sup>

Se conoce como gestación a la etapa que va comprendido, iniciándose desde la fecundación del óvulo por el espermatozoide, hasta el del parto.<sup>24</sup>

El embarazo es la fase que va desde la implantación del ovulo fecundado en el útero y hasta el momento del parto.<sup>25</sup>



## **PSICOPROFILAXIS**

La Psicoprofilaxis Obstétrica según el Ministerio de Salud menciona que es un desarrollo educativo para la preparación integral de la mujer gestante que le ayuda a desarrollar hábitos y comportamientos saludables así como una actitud positiva frente al embarazo, parto, puerperio, y así este proceso sea una experiencia feliz y saludable, para la madre, recién nacido y su entorno familiar. Reduciendo las complicaciones perinatales al acortando el tiempo del proceso del parto y mejorando la oxigenación de la madre y el feto.<sup>1</sup>

Según Morales A. La Psicoprofilaxis Obstétrica es la preparación teórica, física y psicoafectivo, que se ofrece durante la gestación, parto y postparto para obtener un trabajo obstétrico en las mejores circunstancias en la madre y su bebé.<sup>2</sup>

La Psicoprofilaxis Obstétrica para un trabajo de parto sin temor, es un procedimiento de aprendizaje, integral y participativo, para eliminar los temores y actitudes negativas frente al trabajo de parto.<sup>26</sup>

El objetivo del programa de Psicoprofilaxis Obstétrica es formar en la gestante y en su entorno familiar una conducta positiva frente al parto incluye la preparación física y psicológica de la gestante para obtener un parto feliz con madre y recién nacido saludables. El programa comprende de 6 sesiones, cada sesión cuenta con una clase teórica y práctica. Actualmente se desarrolla el modelo normado por el ministerio de salud del Perú redactado en la “Guía Técnica para la Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal” del año 2012 programa al cual acceden todas las gestantes que tienen más de 20 semanas de gestación.

Sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica:

### **I SESIÓN**

TEMA: Cambios en el embarazo y signos de alarma

## OBJETIVOS:

Educar a identificar a las gestantes la anatomía y fisiología del aparato reproductor femenino y los cambios durante el embarazo; también se les orienta para que puedan identificar los signos y síntomas de alarma durante su gestación.

## ACTIVIDADES:

- Breve introducción del programa de la Psicoprofilaxis.
- Anatomía y fisiología del aparato reproductor femenino y masculino.
- Menstruación.
- Ovulación.
- Fecundación.

## II SESIÓN

TEMA: Atención prenatal y autocuidado

## OBJETIVOS:

- Destacar la importancia de la atención prenatal para alcanzar una maternidad saludable y contar con la participación activa del entorno familiar y comunidad.
- Instruir a la gestante en identificar oportunamente los signos y síntomas de alarma y su manejo oportuno en su establecimiento de salud.
- reconocer y explicarle los mitos, creencias y costumbres que van en relación al embarazo, parto, puerperio y el niño por nacer.

## ACTIVIDADES:

- Desarrollo Fetal
- Cambios anatómicos y funcionales en el embarazo.
- Cuidados del embarazo.

## III SESIÓN

TEMA: Fisiología del trabajo de parto

#### OBJETIVOS:

- Enseñarle a la gestante las causas fisiológicas y psicológicas del dolor del trabajo de parto
- Identificar los signos y síntomas del inicio del trabajo de parto
- Enseñarle la importancia del contacto precoz de la madre y el recién nacido y el rol de la pareja y la familia

#### ACTIVIDADES:

- Factores del Parto.
  - Pelvis o canal del parto.
  - Contracciones uterinas.
  - Feto o móvil.

#### IV SESIÓN

TEMA : Atención del Parto y Contacto Precoz

OBJETIVOS: Informarle a las gestantes sobre el trabajo de parto.

#### ACTIVIDADES:

- Primer periodo: Dilatación.
- Segundo Periodo: Expulsivo.
  - Conducto del parto y su proporcionalidad.
  - Contracción uterina.
- Tercer Periodo: Alumbramiento.

#### V SESIÓN

TEMA: Puerperio y Recién Nacido

#### OBJETIVOS:

- Orientarle a la gestante, su pareja y familia cómo identificar los signos y síntomas de alarma sobre los cuidados durante el puerperio.

- Enseñarle a la gestante, pareja y familia sobre el recién nacido y signos de alarma.
- Informarle a la gestante y su pareja para una lactancia materna exclusiva.
- Brindar consejería sobre planificación familiar

#### ACTIVIDADES:

- Puerperio.
- Autocuidado en el Puerperio.
  - Signos de Alarma.
  - Alimentación.
- Lactancia Materna.
- Planificación Familiar.

#### VI SESIÓN

TEMA: Reconocimiento de los Ambientes

#### OBJETIVOS:

- Familiarizar a la gestante con los ambientes y el personal que labora en el centro de salud donde la entenderán el parto.
- Calificación del aprendizaje.
- Preparación Básica del maletín de Parto.

#### ACTIVIDADES:

- Visita a los ambientes.
- Contenido del maletín de parto.<sup>27</sup>

#### **SISTEMA REPRODUCTOR**

Es el que logra la prolongación de las especies animales, contando para ello con un conjunto de órganos necesarios en la reproducción sexual, que se diferencian entre el macho y la hembra.<sup>28</sup>

Órganos sexuales encargados en la reproducción humana. En las mujeres podemos encontrar los ovarios, las trompas de Falopio, el útero, el cuello del útero y la vagina. En los hombres encontramos la próstata, los testículos y el pene.<sup>29</sup>

## **FECUNDACIÓN**

Es un proceso por el cual el óvulo y el espermatozoide se unen para crear un nuevo ser. El propósito de la fase es la combinación de genes procedentes de los progenitores y la creación de un nuevo ser.<sup>30</sup>

Es un proceso biológico en el cual un óvulo y un espermatozoide se fusionan para crear un nuevo individuo, con el genoma aportado por sus progenitores.<sup>31</sup>

La fecundación empieza cuando los espermatozoides ingresan a la vagina durante el coito y se trasladan a las trompas de Falopio, una vez allí se une al óvulo y lo fecunda. En este momento cuando el espermatozoide mezcla su núcleo con el gameto y ambos se unen su información genética en el cigoto. Después el óvulo fecundado llega al útero en donde queda implantado.<sup>32</sup>

## **DESARROLLO FETAL**

El desarrollo del feto implica tres procesos diferentes: crecimiento, desarrollo y diferenciación celular.<sup>33</sup>

Etapas:

- **Mórula:** El huevo se divide por cariocinesis, forma primero 2 células, luego 4, luego 8, etc.
- **Blástula:** En esta fase las células se continúan dividiendo pero con dos tejidos distintos uno exterior que dará origen a los tejidos de protección, exodermo y ectodermo; y uno interior endodermo.

### **De embrión a feto:**

- **Primer mes:** Se puede visualizar el corazón y el hígado. El embrión mide 1cm y pesa alrededor de 2 o 3 g.

- Segundo mes: El cuerpo del feto va tomando forma, los rasgos del rostro se actúan y el cerebro emite impulsos; el corazón late con fuerza. El embrión mide 3 cm. y pesa de 5 a 6 g.
- Tercer mes: pasa de ser embrión para llamarse feto. En este mes se están formados los órganos genitales. El rostro se está perfeccionado. El feto mide de 9 a 10 cm. y pesa alrededor de 100 g.
- Cuarto mes: El feto levanta sus manos y puede girar la cabeza. Mide 21 cm. y pesa unos 250 g. aproximadamente.
- Quinto mes: La cabeza está cubierta por una pelusa. El corazón late rápidamente. Mide 27 cm. y pesa 500 g.
- Sexto mes: Los ojos se abren y se cierran también le empieza a crecer pestañas, cejas y cabellos y se observa la presencia de mamas en ambos sexos; aparecen las uñas. Mide unos 33 cm. y pesa 1000 g.
- Séptimo mes: El bebé está casi formado. Mide unos 40 cm. y pesa alrededor de 1800 g.
- Octavo mes: El cuerpo pierde la pelusa. Mide unos 45 cm. y pesa alrededor de 2500 g.
- Noveno mes: Se terminó con el desarrollo del feto está listo para vivir fuera del útero materno. Mide 50 cm. y pesa alrededor de 3500 g.<sup>33</sup>

### **CAMBIOS FÍSICOS DURANTE EL EMBARAZO**

Los cambios físicos pueden aludir a las modificaciones del cuerpo del ser humano.<sup>31</sup>

El embarazo es un proceso de cambios que toda mujer debe comprender y asimilar en el cual comienza un camino de expectativas y muchas emociones, siendo los cambios fisiológicos y psicológicos los que despertarán mayor inquietud.<sup>34</sup>

La gestante manifiesta distintos síntomas y cambios físicos. Las mamas sufren un aumento de tamaño y se forma un depósito de grasa en el cual se forma el calostro que puede ser excretada por las mamas durante el embarazo. Los cambios en la pigmentación ocurren inicialmente en la areola; también en los genitales externos se encuentran edematizados por un aumento en la vascularización. La vagina se hace más edematosa y flexible el color se hace más oscuro iniciando el embarazo y a término se hace casi púrpura. El cuerpo y el cérvix reaccionan de manera diferente ante el embarazo, el cuerpo aumenta de tamaño y está sujeto a una gran distensión, mientras que el cérvix un poco reblandecido se mantiene con relativa firmeza con un anillo fibroso cerrado hasta el término de gestación. Así pues la función del cuerpo consiste en contener el producto de la concepción y el cérvix mantenerlo en su sitio.<sup>35</sup>

### **SIGNOS DE ALARMA**

Son los síntomas que indican la aparición de enfermedades graves en el organismo. En el caso de un embarazo, la fiebre, el sangrado y el dolor abdominal y otros importantes síntomas son alarmas que deben de ser evaluadas.<sup>31</sup>

Los signos y síntomas de alarma que presentara la gestante son los siguientes: fuerte dolor de cabeza o zumbido en el oído, visión borrosa con puntos de estrellitas, náuseas y vómitos frecuentes, disminución o ausencia de movimientos del feto, palidez marcada, hinchazón de pies, manos o cara, pérdida de líquido o sangre por la vagina, aumentar más de dos kilos por semana, fiebre y las contracciones uterinas antes de las 37 semanas.<sup>36</sup>

### **HIGIENE PERSONAL**

Se define como el autocuidado por el cual las personas realizan funciones como el baño y el aseo personal.<sup>37</sup>

La higiene Personal Durante el embarazo ya sea con agua caliente o fría es conveniente ya que previene en la aparición de varices. La ducha además tonifica la piel y relaja.

- Evitar productos que dañen el cabello.
- El cepillado de los dientes es fundamental y se debe realizarse dos o tres veces al día después de cada comida para evitar la aparición de caries.
- La higiene íntima se debe de realizar todos los días y se debe de utilizar ropa interior de algodón.<sup>38</sup>

## **ATENCIÓN PRENATAL**

Es un conjunto de actividades de salud que es brindada a las gestantes en nuestro país mediante el ministerio de salud el cual permitirá obtener un recién nacido vivo, sano, de buen peso y sin complicaciones maternas.<sup>39</sup>

La atención prenatal (APN) es el conjunto de acciones de salud que reciben las embarazadas durante la gestación.<sup>40</sup>

Las gestantes que están haciendo controladas deben de tener como un mínimo de seis atenciones prenatales durante su embarazo y también deben de ser evaluadas por especialistas para tener un embarazo sin riesgo y un bebé sano. Se les debe solicitar exámenes auxiliares como de sangre y orina para poder descartar alguna patología, también se le debe de realizar su Papanicolaou y brindarle micronutrientes de acuerdo a las semanas de gestación.<sup>41</sup>

## **NUTRICIÓN**

Es la ingesta de alimentos según las necesidades del organismo. Una buena nutrición es como decir que poseemos una buena salud. Una mala nutrición puede afectar nuestra salud y no crearnos anticuerpos para reducir la inmunidad aumentando así la posibilidad de contraer a las enfermedades.<sup>42</sup>

Nutrición es una fase biológica mediante el cual el organismo asimila los alimentos y los líquidos necesarios para el crecimiento mejorando el funcionamiento y mantenimiento de las funciones vitales.<sup>43</sup>

El feto se desarrolla por los alimentos que ingiere la madre a través de la placenta, por ello la calidad de su alimentación debe de ser mejor ya que influye en su desarrollo. La mejor forma de una alimentación adecuada será incluyendo alimentos que contengan todos los elementos básicos.



- Las carne, pescado, huevos, legumbres son Alimentos ricos en proteínas, indispensables para el crecimiento del cuerpo.
- Frutas y verduras Ricas en vitaminas y minerales. Favorecen el desarrollo. Evitan el estreñimiento.
- Leche, yogurt, queso y productos que sean derivados de la leche ya que contienen una buena cantidad de calcio y esto es beneficioso para formar los huesos y dientes del feto, y así evitar la falta de calcio en la madre.

### **MALETÍN DE PARTO**

Lo recomendable es hacerlo hasta un mes antes de la fecha prevista para el parto, porque hay que tener en cuenta que muchas veces éste se adelanta; en todo caso, o te podrías ver en apuros. Para comenzar, elabora una lista que esté todo lo que necesitaras y que utilices para verificar que tienes todo listo justo antes de salir para el hospital.<sup>44</sup>

### **PARTO**

También llamado nacimiento es la terminación del embarazo, se considera que una mujer inicia el parto con la aparición de contracciones uterinas regulares, que aumentan en intensidad y frecuencia, acompañadas de cambios fisiológicos en el cuello uterino.<sup>45</sup>

El trabajo de parto empieza cuando las contracciones uterinas se vuelven de forma continua y progresiva que ayudan a que el cuello uterino se dilate y se borre, para permitir que el feto pase por el canal de parto. El trabajo de parto puede empezar dos semanas antes o después de la fecha probable de parto.<sup>46</sup>

### **TAPÓN MUCOSO**

A comienzo del embarazo las secreciones del cuello uterino crean una barrera para cubrir el cuello uterino de posibles infecciones, esta barrera protectora se llama tapón mucoso.<sup>47</sup>

Es el tapón cervical que durante el embarazo mantiene sellado al cuello del útero y esto constituye una barrera física, química e inmunológica que es muy importante durante la gestación. Está conformado por un gel hidratado que

contiene un alrededor de un 90% de agua y el resto de glucoproteínas que le confieren la consistencia mucosa.<sup>48</sup>

## **CONTRACCIÓN UTERINA**

El músculo del útero está formado como todos los tejidos por fibras musculares. Cuando el músculo uterino se contrae es porque se dio una contracción y es perceptible por el endurecimiento del abdomen.

### **Tipos de contracciones**

Localizadas: son de poca intensidad y frecuentes, y se producen en una pequeña zona del útero. Aparecen en las primeras 30 semanas de gestación, generalmente cuando se mueve el bebé.

Braxton Hicks: son las contracciones del músculo uterino en forma lenta y progresiva a medida que crece el embarazo. En las últimas semanas de embarazo se hacen más frecuentes por tal motivo la gestante refiere que tiene contracciones aisladas. Durante las últimas semanas del embarazo, estas contracciones modifican el cuello del útero centralizándolo y reblandeciéndolo.

Las contracciones tienen las siguientes características:

- **Frecuencia:** Son las contracciones que va a tener la gestante durante el tiempo de 10 minutos y a medida que avanza el trabajo de parto son más frecuentes, siendo la frecuencia en el parto normal entre 3 y 5 contracciones en 10 minutos.
- **Intervalo:** Son las pausas entre cada contracción.
- **Intensidad:** se identifica por la duración de la contracción en el cual se refleja por la dureza del útero.
- **Duración:** Durante el primer periodo de dilatación las contracciones duran 30 a 35 segundos, en el segundo periodo la duración es de 45 segundos y en el tercer periodo las contracciones duran entre 60 a 75 segundos.<sup>49</sup>

## **SIGNOS DE ALARMA DURANTE EL PARTO**

Son los síntomas que indican la presencia de enfermedades graves en el organismo.

- Es la salida del líquido amniótico por la vagina antes que comience las contracciones uterinas.
- Prolapso o procubito de cordón, una mano o el pie del feto.
- Los dolores del parto tienen una duración mayor a lo normal.<sup>50</sup>

## **DILATACIÓN UTERINA**

Es la primera fase del parto que se inicia cuando el cuello del útero ya se ha borrado y se ha expulsado en algunas ocasiones el tapón mucoso.

Es la abertura del orificio del cérvix uterino mediante las contracciones uterinas. Se considera "dilatación completa" cuando se han alcanzado los 10 centímetros, que es lo máximo que se abre el cuello.

### **Fase latente**

Se caracteriza en algunos casos por el borramiento del cuello del útero en primigestas y en multigestas este proceso se da simultáneamente con la dilatación uterina. En la mayoría de los casos, no se borra el cuello hasta el día del parto.

El periodo latente finaliza cuando se han alcanzado los 4 centímetros de dilatación. La duración de este periodo es variable y por lo general en las primíparas es un proceso más largo.

### **Fase activa**

Esta fase se da inicio cuando la gestante llega a los 4 centímetros y finaliza al llegar a dilatación completa. La velocidad de dilatación es de 1 cm por hora en las primíparas y de 1,5 cm por hora en las múltiparas.<sup>51</sup>

## **RESPIRACIÓN DURANTE EL PARTO**

Se refiere al acto de respirar en cualquier número de posibles tasas y profundidades.<sup>52</sup>

Los ejercicios respiratorios son beneficios para la mujer durante el proceso del parto porque:

- Ayudan a disminuir el umbral del dolor.
- Mejora el avance de las contracciones uterinas.
- Permiten que el útero funcione correctamente.
- Mejora la oxigenación materna fetal.
- brindan relajación.

Podemos encontrar 3 tipos de respiraciones básicas:

- Respiración superficial o torácica: se utiliza en la fase de dilatación y consiste en tomar y expulsar poca cantidad de aire.
- Respiración lenta y profunda: también se utiliza durante el periodo de dilatación y permite un buen aporte de oxígeno a la madre y al feto durante la contracción.
- Respiración rápida o de soplido- jadeo: se utiliza cuando se comienza a sentir la sensación de pujos y no existen condiciones adecuadas para realizarlos.<sup>53</sup>

## **PUERPERIO**

Proceso mediante el cual comienza cuando se expulsa la placenta.<sup>54</sup>

Se llama puerperio al tiempo que va desde la culminación del parto hasta la completa normalización del organismo femenino que vuelve a su normalización así como antes del embarazo.<sup>55</sup>

## **SIGNOS DE ALARMA DEL PUERPERIO**

En el posparto el organismo de la mujer experimenta muchos cambios en el cual es denominado cuarentena o puerperio, en las cuales las puérperas deberán de tener mayor cuidado porque pueden aparecer algunos trastornos, completamente independientes del embarazo y el parto; es decir aunque estos hayan sido normales pueden surgir complicaciones después.

Signos de alarma del puerperio

- Presentar abundante sangrado.
- Ardor y molestias al orinar.
- Fiebre
- Escalofríos.
- Descensos de mal olor.
- Hinchazón de manos pies y cara.<sup>37</sup>

## **RECIÉN NACIDO**

Recién nacido es el Producto de la concepción desde el nacimiento hasta los 28 días o menos desde su nacimiento, bien sea por parto o por cesárea.<sup>56</sup>

## **SIGNOS DE ALARMA DEL RECIÉN NACIDO**

El recién nacido es muy vulnerable por su reciente adaptación que puede ser perjudicante para su salud en las cuales la puérpera deberá de tener mayor cuidado si su recién nacido presentara algún signo alarmante tales como:

- Fiebre: la fiebre es la elevación de la temperatura corporal por encima de 38°C y en la mayoría de los casos representa la presencia de una infección. Los recién nacidos tienen defensas débiles por lo que no focalizan las infecciones
- Llanto inconsolable: todos los bebés lloran por hambre, frío, calor, incomodidad o dolor. Cualquier bebé que llora más de 1 hora y se comprueba que no es por hambre, frío, calor o pañal mojado, debe ser revisado.
- No come: un bebé que no quiere comer después de 5 horas de su última toma es porque tiene algún problema que amerita revisión.
- Dificultad para respirar: la respiración difícil puede ser síntoma de algo transitorio o de algo que pone en riesgo la vida En muchos casos también hay aleteo nasal, tiraje intercostal retracción xifoidea, disociación torácico - abdominal y quejido Este último signo es de los que representan más gravedad.

- Labios morados: Este signo se conoce como cianosis. Los labios morados pueden presentarse súbitamente y en cualquier caso amerita que el bebé sea revisado.
- Vómitos: los vómitos que se repiten pueden ser síntoma de reflujo o de un problema serio en el intestino. Debe diferenciarse el vómito de la regurgitación ya que esta última es cuando sale un poco de leche por la comisura labial y es normal en todos los casos; el vómito en cambio es la expulsión de leche en volumen considerable y en el que el bebé hace fuerza para ello y generalmente es precedido por náusea.
- Diarrea: La diarrea se distingue por evacuaciones líquidas (como agua) que se repiten con mucha frecuencia. Los bebés alimentados con seno materno suelen tener evacuaciones aguadas (no líquidas) y pueden evacuar con cada toma de leche. Ante la duda, mejor consulte al pediatra.
- Sangre en las evacuaciones: la presencia de sangre en las evacuaciones puede significar una infección intestinal que, como se mencionó, se puede diseminar rápidamente y convertirse en algo grave.
- No orina: un bebé que no orina por más de 12 horas puede tener algún problema importante ya sea por deshidratación o por afección del riñón. • No evacua: un bebé que no evacua por más de 24 horas es necesario revisarse y dar algún manejo por estreñimiento.<sup>57</sup>

## **LACTANCIA MATERNA**

Es la alimentación exclusiva del seno materno en la cual le proveyeremos nutrimentos necesarios para su desarrollo, crecimiento y salud óptima. Es un alimento seguro y listo para brindarles y de la cual le crearan anticuerpos que protegen a los recién nacidos de enfermedades como la neumonía una de las principales causas de muerte en niños a nivel mundial.<sup>58</sup>

La leche de la madre es el principal alimento para el recién nacido durante los primeros meses de vida y se adapta en cada momento a sus necesidades. Le brinda los nutrientes necesarios y adecuados para su crecimiento y desarrollo.<sup>59</sup>

## **PRACTICA**

Es una acción que se empieza a desarrollar mediante la aplicación de ciertos conocimientos.<sup>60</sup>

Habilidad o experiencia que se consigue o se adquiere con la realización continuada de una actividad.<sup>61</sup>

## **EJERCICIOS DE RELAJACIÓN**

Es un proceso por el cual se reduce la tensión corporal y mental y así ayudando a la liberación de las preocupaciones y el estrés.<sup>62</sup>

Es una ayuda eficaz para lograr manejar y controlar una situación estresante como es el parto. El conocer y dominar de alguna técnica de relajación permitirá reducir molestias, nerviosismo, tensión, cansancio y angustia durante el parto. A continuación se da a conocer las técnicas de relajación que pueden ser útiles en el parto:

- Técnica de relajación de PIR. Para esta técnica la mujer debe adoptar una postura cómoda. Esta técnica consiste en ir contrayendo los músculos dejando el resto del cuerpo relajado. La contracción muscular debe durar unos 5-7 segundos y la relajación consecutiva unos 20-30 segundos.
- Relajación por el tacto. Esta técnica consiste en que una persona coloque sus manos sobre el cuerpo de la gestante y así mediante el contacto esta se valla relajando.
- Yoga. Es una combinación de emplear distintas posturas y el uso de la respiración, mediante el cual la respiración brinde una relajación.
- Visualización. Imaginar imágenes durante el trabajo de parto también ayudara a la relajación y así la gestante sentirá un alivio al dolor.

- Hipnosis. Estado de gran sugestión que tendrá como resultado una intensa concentración.
- Vocalización. Los gritos, gemidos y cantos ayudaran aliviar la tensión; por ello no debemos de prohibir dichas manifestaciones ya que en algunas gestantes es beneficioso.
- Musicoterapia. Es importante ya que nos ayudaran a conseguir la relajación adecuada y conseguir una actitud positiva.
- Hidroterapia. El agua es un excelente método para relajar y tonificar el cuerpo de la gestante.<sup>54</sup>

## **EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN**

La respiración de la mujer embarazada debe de ser de forma natural. Para ello la obstetra deber guiar a la gestante para que realice una buena respiración y buena oxigenación a su feto.<sup>63</sup>

Tipos de respiración.

- Respiración torácica. Se trata de respirar por la nariz, llenar el tórax y después ir eliminando el aire poco a poco por la boca.
- Respiración abdominal o profunda. Es similar a la respiración torácica pero esta vez se infla el abdomen y después se va expulsando el aire lentamente por la boca.
- Respiración jadeante. Consiste en eliminar el aire haciendo un sonido de expulsión corto.<sup>64</sup>

## **EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO DE LA PELVIS**

### **EJERCICIOS PARADA**

#### **FLEXIÓN ALTERNADA**

**Ubicación:** parada con las piernas separadas

Con el cuerpo recto, se tomando una inspiración profunda. Se procede a girar el tronco, luego a doblarlos, sin cambiar la actitud de los brazos, la mano derecha llega a tocar el pie izquierdo. Cuando se dobla el tronco se expulsa el aire.

**Propósito:** Acostumbrar la respiración. Hacer más flexible la columna vertebral.



## **FLEXIÓN DE TRONCO**

**Ubicación:** nos encontraremos paradas.

Tomamos aire profundamente para luego Doblar el tronco, dejamos los brazos caídos, a su vez que aflojamos toda nuestra musculatura contamos hasta diez y Retornamos al principio. Siguiendo tomando aire profundamente.

**Finalidad:** Ejercicio de respiración profunda y completa

## **ANTE VERSIÓN Y RETROVERSIÓN DE LA PELVIS**

**Ubicación:** parada en línea recta con los pies juntos

Colocaremos una mano debajo del vientre y la mano en la espalda a nivel de la cintura. Nos balanceamos adelante y atrás. Contamos hasta diez Luego volvemos a la posición inicial, siempre respirando profundamente durante el ejercicio.

**Finalidad:** incrementa la flexibilidad de la pelvis y refuerza los músculos del abdomen.

## **LOS EJERCICIOS DE KEGEL**

### **EL LENTO**

Este ejercicio consiste en apretar los músculos del periné como conteniéndose se orinar o cerrando el meato urinario hacia arriba. Contráelos y mantenlos durante diez segundos y luego comenzamos de nuevo. De poco a poco aumentaremos el tiempo de retención hasta llegar a los 20. Cuanto más tiempo se consiga retenerlo los músculos se volverán más fuertes.<sup>65</sup>

## **EJERCICIOS EN LA PELOTA**

Estos ejercicios con la pelota tiene como fin facilitar algunos movimientos que permitan mayor flexibilidad de los músculos de la pelvis estas posiciones colaboran a la preparación física de la futura madre.

Mediante esta materia de las pelotas que es elástico que permite que se absorbe el choque del peso, produciendo alivio a los comunes los dolores de la espalda. Al ser su material muy inestables en su forma, este produce una estimulación del

el tono muscular así manteniendo de una manera recta la columna equilibrada el cuerpo.

- Sentarse sobre una pelota y mover la pelvis girando en forma de ocho suavemente. Aquí intervienen el coxis y el sacro también el pubis. Es así que este ejercicio provee más elasticidad al suelo pélvico.<sup>66</sup>
- Siéntase sobre la pelota siempre teniendo alguien detrás ofreciéndole apoyo con las piernas separadas y con apoyo sobre la colchoneta formando así en un ángulo de 90°. Aquí solo necesitas balancear tu cuerpo de un lado hacia el otro.
- En ubicación en cubito ventral, elevaremos las piernas pasando por encima de la pelota, se pasara de derecha a izquierda luego de izquierda a derecha. posteriormente por encima de la pelota separar las piernas y luego juntarlas siempre inhalando y exhalando aire durante el desarrollo de los ejercicios.
- Colocar las piernas encima de la pelota estirar y juntar las piernas sobre la pelota, siempre respirando profundamente. También se puede realizar con una sola pierna.
- En posición decúbito dorsal levantar las piernas bien estiradas y colocarlas encima de la pelota, luego las mecerlo de un lugar a otro o de izquierda a derecha.
- Colocarse detrás de la pelota y abrázalo con los dos brazos; durante este ejercicio respirar profundamente estiraremos la columna apoyada en la pelota. Realizar respiraciones durante el ejercicio expulsando el aire y contando hasta diez luego vuelve de un breve descanso volver a realizar el ejercicio.<sup>67</sup>

## **EJERCICIOS DE CUBITO DORSAL (ECHADA)**

### **ELEVACIÓN DE LA PELVIS**

**Ubicación:** en posición decúbito dorsal, con rodillas flexionadas.

Levantaremos las caderas todo lo posible que se pueda, siempre contando hasta diez alejándola del suelo, de esta manera el peso de su cuerpo se apoyara en los

pies y también en el los hombros. Respirar siempre profundamente al volver a la posición inicial.

**Finalidad:** Mayor elasticidad en la columna y el periné. Tonificar los músculos del periné y piernas

### **ROTACIÓN DE LA COLUMNA**

**Ubicación:** en posición decúbito dorsal con las piernas restas.

**En las Caderas:** Giraremos levantando la cadera y moviendo de un lado al otro, contando hasta diez. Primero realizar a la derecha y luego hacia la izquierda luego. Regresar a la posición inicial.

**En los Hombros:** Sin mover de la cintura para abajo, giraremos el busto levantando la espalda realizaremos movimientos suaves primero un hombro de un lado y el otro hombro permanecerá en la colchoneta.

**Propósito:** tener mayor flexibilidad en las articulaciones en la unión de la columna con la pelvis, estimulando los músculos del abdomen.

### **ENCOGIMIENTO**

**Ubicación:** en posición de cubito lateral con las piernas rectas.

Encoger las piernas llevándolas hacia el tronco. Tratar de agarrar las rodillas con las manos, y subir la espalda lo más posible que pueda siempre contando hasta diez luego comience otra vez. De esta manera la cabeza quedara entre las rodillas. Luego Volver a la posición inicial y comenzar de nuevo.

**Finalidad:** Mayor flexibilidad en las articulaciones que beneficiaría a la gestante durante el parto.

### **ELEVACIÓN DE LAS PIERNAS**

**Ubicación:** nos colocamos decúbito lateral en la colchoneta procurando siempre extender las piernas.

- Flexionamos la pierna luego elevaremos una pierna en forma recta, y luego bajaremos poco a poco hasta llegar a la posición inicial y cambiamos a la

otra pierna. Después de haber realizado el ejercicio en ambas piernas realizaremos movimientos de sube y baja sin tocar la colchoneta igualmente contaremos hasta diez.

- Flexionamos las piernas y elevaremos las dos piernas a la misma vez rectas y luego bajarlas juntas suavemente. Siempre realizando respiraciones profundas al bajar las piernas.

**Finalidad:** De esta manera se lograra fortalecer el abdomen. Es así que se evitaran posibles desgarros.

### **BALANCEO DE LA PELVIS**

**Ubicación:** nos colocamos decúbito dorsal, con las rodillas flexionadas y pies apoyando en la colchoneta.

Colocamos las palmas de las manos al costado y tratamos de aminorar el espacio de la zona lumbar y la colchoneta, luego de contar hasta diez regresamos a la colchoneta e iniciamos otra vez. Siempre espirando y exhalando correctamente.

**Propósito:** estos ejercicios nos permitirá tener mayor flexibilidad ayudándonos a un parto con menos tiempo y menos dolorosa.

### **POSICIÓN DE SASTRE**

**Ubicación:** Sentada en la colchoneta, espalda recta con las piernas abiertas y las plantas de los pies juntos.

En esta posición apoyar las manos a la rodilla y mientras se baja los codos a los muslos, tratar de tocar el suelo. También se puede realizar con las manos tomando los tobillos así acercar progresivamente nuestro cuerpo lo más posible que se pueda. Contar diez veces y empezar de nuevo.

**Propósito:** incrementar la flexibilidad de las articulaciones que intervienen durante el parto. Favoreciendo el relajamiento en la gestantes.

## **EJERCICIOS “A GATAS”**

**Ubicación:** colocarse en una colchoneta apoyada en cuatro puntos puede ser rodillas y manos.

- Imitaremos al gateo de los niños.
- contraer el abdomen a su vez espirar el aire. volvemos a la posición inicial a la inspiración. Se realiza sin mover la espalda.
- Realizamos una curvatura en la espalda todo lo que sea posible, Escondemos la cabeza y bajamos al nivel de la colchoneta dirigiéndonos hacia adelante.

**Propósito:** incrementar la flexibilidad en las articulaciones de nuestra columna y en la pelvis.

## **EJERCICIO DE LADO**

**Ubicación:** Tendida de lado en un sitio plano.

Elevaremos las piernas lo más que podemos hacia arriba. Mantenerla en esa posición por diez segundos bajar y realizar el mismo ejercicio con la otra pierna.

**Propósito:** Estimular los músculos oblicuos del abdomen. Haciéndolos más flexibles y elásticos.

## **EJERCICIO EN CIRCUNFERENCIAS**

**Ubicación:** Recostado sobre la colchoneta decúbito dorsal.

Elevamos una de las piernas y realizar movimientos formando círculos en el aire. Contamos hasta diez y cambiamos a la otra pierna, podemos también realizarlos con las piernas flexionadas.

**Propósito:** estos ejercicios permitirán vigorizar la musculatura del bajo vientre y evitar las hernias por los partos difíciles y prolongados.<sup>68</sup>

## **POSTURAS PARA EL PARTO**

### **POSICIONES HORIZONTALES**

En estos tipos de posiciones horizontales todo el peso de la parturienta descansara sobre la espalda de sí misma. La posición en litotomía es la más común, aquí las mujeres tiene las piernas separadas una de otra, y flexionadas, muchas veces puestas sobre perneras o con algún apoyo de la planta del pie, en un Angulo mayor de 45°, se considerándose como semisentada.

### **POSICIONES VERTICALES**

Existen diferentes posiciones para el parto como la cuadrupedia que consiste en la utilización de los pies y manos cuatro apoyos. En esta posición se utiliza algunos materiales que permiten a la paciente sujetarse de ellas como el respaldar de una cama, algunas barras, respaldar de una silla entre otras. Estas posiciones verticales en el periodo expulsivo, también pueden apoyarse en algún familiar de la parturienta sea pareja, madre o la que dirige el parto. Así también la posición de cuclillas se encuentra en las posiciones verticales a diferencia de la sentada aquí no apoyo de los glúteos. Aquí todo su peso descansara sus pies, se flexionara las rodillas, pudiendo haber un apoyo de los brazos como sujetarse de la bases de la cama. En las posiciones con apoyo de los glúteos, más conocida como sentada tenemos que tener un ayudante quien sujete a las gestantes por la espalda mientras que la partera la atiende. En la posición vertical de rodillas el apoyo se encuentras en sus rodillas de la gestante para ello se utilizara cojines para que se apoyen y no se lastimen. En estas posiciones el peso del cuerpo de la parturienta se encontrara relacionado con la posición del tronco.<sup>69</sup>

## **POSTURAS DE AMANTAMIENTO**

Para un buen resultado de una adecuada lactancia materna dependerá mucho de una buena posición de la madre y su hijo, así también como de un entrelazamiento de la boca del bebe al seno de la madre. Hay varias posiciones para el amamantamiento correcto. Siempre tener en cuenta que la más adecuada

será aquel que permita sentirse cómoda a la madre y al niño ya que son ellos quienes transcurrirán mucho tiempo junto.

**Posición acostada.** Esta posición es muy beneficiosa durante la noche y aquellas que tuvieron cesáreas. La Madre estar decúbiteo lateral y al lado el niño, el rostro del niño pegado al pecho de la madre. La madre deberá tener un apoyo para su cabeza preferiblemente tener una almohada suave y la cabeza de su hijo encima del antebrazo de su madre.

**Posición de cuna.** Siempre la espalda de la madre debe encontrarse recta. El niño deberá estar acostado en el antebrazo de su madre siempre al lado al que amamantara. La cabeza del niño siempre estará apoyada en la parte del. El vientre del niño con dirección al vientre de la madre y el brazo de la parte inferior del niño abrazara a la madre por el costado.

**Posición de cuna cruzada.** Es muy parecida a de la anterior en la que la madre utiliza la mona para sujetar al bebe y a la vez darle de lactar. La madre se acomodara en una posición de “U” sujetando con una mano el pecho y con la otra sujeta a su bebé por la nuca. Para esta posición siempre es necesario tener una almohada para así acomodar todo el cuerpo del niño a una altura adecuada al pecho de la madre.

**Posición de canasto, o de rugby.** Esta posición también es útil para aquellas pacientes que tuvieron cesáreas, daños en los pezones y amamantamiento al mismo tiempo a bebés. Colocaremos al niño por debajo del brazo de la madre del lado que ella amamantara, el cuerpo del niño rodeara la cintura de su madre. La mano de la madre sujetara la cabeza del bebe en el lado que se encuentre dando de lactar.

**Posición sentada.** La madre deberá estar sentada teniendo la espalda pegada a un respaldara evitando así dolores de espalda. El cuerpo del niño se encontrara sobre los muslos de las piernas de la madre. La madre sujetara con el antebrazo el cuerpo del niño siempre del lado que amamanta. La madre debe de contar una

sillita para apoyar los pies y este sentada de manera recta y no inclinada. Así también debe contar con una almohada para ponerse al respaldar de la silla el niño se encontrara vientre con vientre. Colocará una almohada por debajo del niño así acercar al bebe al pecho de la madre,<sup>70</sup>

## **CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO**

**BAÑO:** Puede utilizar una tina especial para recién nacido.

Los Materiales que deberá alistar antes de empezar.

- Un jabón o jabón líquido especialmente para él bebe preferiblemente que contenga glicerina.
- Pañitos pequeños y suaves para pasar por el cuerpo del bebe
- Dos toallas grandes una que nos sirva de base para sentarlo en la tina para que no se nos resbale y otra para poder secarlo cuando terminamos el baño.
- Medianas torundas de algodón
- Planchar la ropa del bebe para mantenerlos calientes.
- Pañales.

## **PASOS:**

- Supervisar la temperatura del agua con la ayuda del codo. Esta agua deberá estar tibia no caliente.
- Mojar ligeramente el pañito con agua limpie alrededor de la nariz y alrededor de los ojos. No introducir en la nariz.
- Lavar la cara del bebe con agua y jabón, de la misma forma las orejas solo por fuera, también los pliegues por detrás de las orejas. No lo introducirlos dentro del canal auditivo.
- Aplicaremos jabón en la cabeza del bebe con mucho cuidado tratando de que no ingrese jabón a los ojos del bebé. Siempre mantener la cabeza del bebe por encima de la tina y enjuague con delicadeza.
- Aplicar jabón desde el cuello hasta las piernecitas del bebe. Más aun no dejar de lavar los pliegues del cuerpo del bebe especialmente cuello, axilas, brazos y piernas y genitales.



- sostener por seguridad al bebe con una toalla de modo que no resbale y se prevenga de esta manera caídas. Siempre sostener la cabeza con una mano, Secar siempre con delicadeza por partes con una toalla seca.
- Vestir al bebé con la ropa previamente planchado manteniendo así el calor en el cuerpo del bebe siempre teniendo las corrientes de aire alejado durante el baño.

### **EL CUIDADO DEL CORDÓN UMBILICAL**

- Es posible que se le caiga después del cuarto día. Para ello siempre deberá estar pendiente de ello podría verse como costras con sangre. Esto podría seguir así durante por una semana o menos hasta que poco a poco se seque y haya cicatrizado por completo.
- Mantener el cordón umbilical siempre seco. Así de esta manera habrá menores posibilidades de que se presente infecciones.
- Mantener el borde del pañal hacia abajo evitando que roce con el cordón umbilical y este se mantenga húmedo. Para ello se debe cambiar de manera constante del pañal cuando este húmedo.
- limpie el cordón umbilical con alcohol al 76 % incluso hasta días después de que caiga el cordón umbilical. Si se presenta cambios de coloración de la piel alrededor del ombligo se ponga roja, o se inflame llevar de urgencia al médico.

### **CAMBIO DE PAÑALES**

- Cambie el pañal del bebé con frecuencia, tan pronto como lo moje o lo ensucie
- Esté preparada. Antes de comenzar a cambiarle los pañales, tenga los artículos necesarios a su alcance.
- Límpielo bien. Limpie a fondo la piel con suavidad.

### **ALIMENTACIÓN CON LECHE MATERNA**

La leche materna es el único alimento que su bebé necesita durante los primeros seis meses de vida. <sup>71</sup>

## **DESCRIPCIÓN DE TÉRMINOS**

### **NIVEL DE CONOCIMIENTO**

Grado de información adquirida y almacenada mediante la experiencia o aprendizaje.<sup>72</sup>

### **PRACTICA**

La práctica es la acción que se desarrolla con la aplicación de ciertos conocimientos.<sup>73</sup>

### **PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA**

La Psicoprofilaxis Obstétrica según el Ministerio de Salud menciona que es un desarrollo educativo para la preparación integral de la mujer gestante que le ayuda a desarrollar hábitos y comportamientos saludables así como una actitud positiva frente al embarazo, parto, puerperio, y así este proceso sea una experiencia feliz y saludable, para la madre, recién nacido y su entorno familiar. Reduciendo las complicaciones perinatales al acortando el tiempo del proceso del parto y mejorando la oxigenación de la madre y el feto.<sup>1</sup>

## **1.7. HIPÓTESIS**

### **1.7.1. HIPÓTESIS GENERAL**

Existe relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en las gestantes que acuden al Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen de Huancayo Julio - Octubre 2017.

### **1.7.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICO**

- El nivel de conocimiento de la Psicoprofilaxis obstétrica es apropiado en las gestantes que acuden al Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen de Huancayo Julio - Octubre 2017.
- La práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica es adecuado en las gestantes que acuden al Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen de Huancayo Julio - Octubre 2017.

## 1.8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMES	ÍNDICE	ESCALA
NIVEL DE CONOCIMIENTO	Grado de Información adquirida y almacenada mediante la experiencia o el aprendizaje <sup>13</sup>	Conocimiento de la gestación	• Conocimientos sobre Psicoprofilaxis	¿Cuál es la utilidad de la Psicoprofilaxis Obstétrica?	Muy Bueno(20-18) Bueno(17-14) regular (13-11) malo(0-10)	Nominal
			• Conocimientos sobre el sistema reproductor	¿Cuáles son los órganos que conforman los genitales internos femeninos?		
			• Conocimiento sobre la Fecundación	¿Dónde se da la fecundación?		
			• Conocimiento sobre el desarrollo fetal	¿En qué trimestre se desarrollan los órganos del feto?		
			• Conocimiento de los Cambios físicos durante el embarazo	¿Qué cambios ocurre en las mamas?		
			• Conocimientos de los Signos de alarma	¿Cuáles son los signos de alarma en su gestación?		
			• Conocimiento sobre la higiene personal	¿Cómo debe hacer su higiene personal?		
			• Conocimientos sobre la atención prenatal	¿Cuántos Controles prenatales debe tener como mínimo al término de la Gestación?		
			• Conocimiento sobre nutrición	¿Qué debe comer en su gestación?		
			• Conocimiento sobre el contenido del maletín de parto	¿Qué debe contener su maletín de parto?		
		Conocimiento de parto	• Conocimiento del tapón mucoso	¿Qué es el tampón mucoso?		
			• Conocimiento sobre contracción la uterina	¿Qué es una contracción uterina?		
			• Conocimiento sobre la dilatación del cuello uterino	¿Qué es el borramiento y dilatación del cuello uterino?		
			• Conocimiento sobre los signos de alarma durante el parto	¿Cuáles son los signos de alarma durante el parto?		
			• Conocimientos sobre tipo de respiración durante el parto	¿Cuál es la respiración que debe hacer en el periodo expulsivo?		
	• Conocimientos sobre el puerperio	¿Qué es el puerperio?				

		Conocimiento del puerperio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos sobre de los signos de alarma en el puerperio</li> <li>• Conocimientos de los signos de alarma en el recién nacido</li> <li>• Cuidados sobre el recién nacido</li> <li>• Conocimiento sobre la lactancia materna</li> </ul>	<p>¿Cuáles son los signos de alarma durante el puerperio?</p> <p>¿Cuáles son los signos de alarma del Recién Nacido?</p> <p>¿Que utilizara para la higiene del cordón umbilical en el recién nacido?</p> <p>¿Hasta cuantos meses de vida se dará de lactar exclusivamente?</p>		
PRACTICA	La práctica es la acción que se desarrolla con la aplicación de ciertos conocimientos <sup>20</sup>	Ejercicio de relajación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica la posición de PIR.</li> </ul>	<p>Realice la posición ideal para la relajación</p> <p>Realice un ejercicio para la relajación durante el trabajo de parto</p>	Adecuada(20-14) Inadecuada(0-13)	Nominal
		Ejercicios de respiración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica la respiración Profunda</li> </ul>	Realice un ejercicio de respiración profunda		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica la respiración Jadeante</li> </ul>	Realice un ejercicio de respiración jadeante		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica la respiración Superficial</li> </ul>	Realice un ejercicio de respiración superficial		
		Ejercicios de fortalecimiento de la pelvis.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los ejercicios parada</li> </ul>	Realice un ejercicio parada		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicas los ejercicios en la pelota</li> </ul>	Realice un ejercicio pelota		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los ejercicios echada</li> </ul>	Realice un ejercicio echada		
		Posturas para el parto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica las posturas para el parto</li> </ul>	Realice la Postura en el trabajo de parto		
Posturas de amantamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica las posturas de amantamiento.</li> </ul>	Realice la postura de amantamiento correcto				
Cuidado del recién nacido	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los cuidados del recién nacido</li> </ul>	<p>Realice la limpieza del cordón umbilical</p> <p>Realice el Baño del Recién Nacido</p>				

## CAPÍTULO II METODOLOGÍA

### 2.1. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

#### **Método Científico**

Son pasos ordenados que se usan para poder producir nuevos conocimientos de manera confiable. Método refiere a las distintas etapas que se tienen que recorrer para lograr lo que queremos, y científico explica a lo que se encuentra vinculado con la ciencia, es hablar de la producción de conocimiento compuesto de técnicas y procesos que empleamos para hacerlo.<sup>74</sup>

### 2.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

**Descriptivo:** Tiene el propósito de la descripción de los hechos a investigar tal como se halla y cómo se manifiesta en el momento que se debe de realizar el estudio y usa la observación como técnica descriptiva, especificando los atributos importantes para calcular y estimar aspectos, medidas y componentes.<sup>75</sup>

**Prospectivo:** El estudio se ajusta a un momento exacto, en una porción de tiempo durante el año con el único propósito de evaluar las condiciones en ese tiempo específico. Estudiando las variables al mismo tiempo en determinado momento.<sup>76</sup>

**Transversal:** se recopilan los datos solo una vez en un momento determinado.<sup>77</sup>

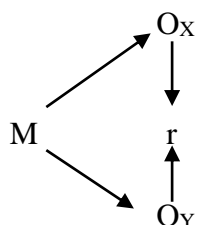
### 2.3. NIVEL DE INVESTIGACIÓN

**Relacional:** La estadística demuestra dependencia entre variables. Nos permite hacer asociaciones utilizando el Chi Cuadrado y medidas de tendencia central.<sup>78</sup>

### 2.4. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

**No experimental:** En ellos el investigador observa los fenómenos tal y como ocurren naturalmente, sin intervenir en su desarrollo.<sup>79</sup>

**Transversal correlacional:** estos se ocupan de describir la relación que existe entre dos o más variables durante un momento determinado.<sup>80</sup>



Donde:

M: gestantes del hospital docente materno infantil el Carmen

O<sub>x</sub>: nivel de conocimiento de Psicoprofilaxis

O<sub>y</sub>: practica de Psicoprofilaxis

r: relación entre nivel de conocimiento práctica.

### 2.5. POBLACIÓN Y MUESTRA

Nuestra población estuvo conformada por todas las gestantes procedentes de la provincia de Huancayo que asistieron a las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica en

el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen. Se tuvo como asistente a 125 gestantes entre los meses de Julio a Octubre del 2017.

Nuestra muestra estuvo conformada por 62 gestantes asistentes a la 5° y 6° sesión de Psicoprofilaxis Obstétrica del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen de Julio a octubre del 2017

**Muestreo no probabilístico:** Es aquel utilizado en forma empírica, es decir, no se efectúa bajo normas probabilísticas de selección, por lo que sus procesos intervienen opiniones y criterios personales del investigador o no existe norma bien definida o validada. Se basa en el juicio de quien realiza el proceso o del responsable de la investigación.

**Tipo de muestreo por conveniencia:** Las muestras son seleccionadas porque son accesibles para el investigador. Se le conoce como selección intencionada, muestreo accidental o muestreo por oportunidad.<sup>81</sup>

## 2.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se crearon dos instrumentos que fueron: El cuestionario y la lista de chequeo. (Anexo N°1)

**Técnica:** Para medir el nivel de conocimiento, la técnica empleada fue la encuesta.

**Instrumento de recolección de datos:** Para medir el nivel de conocimiento, se empleó el cuestionario que constó de 20 preguntas.

**Técnica:** Para medir la práctica de las gestantes en Psicoprofilaxis se empleó la observación.

**Instrumento de recolección de datos:** Para medir la práctica, se empleó la lista de chequeo.

## 2.7. PROCESAMIENTO DE INVESTIGACIÓN.

Para poder realizar el estudio de investigación se solicitó el permiso de la dirección del Hospital Docente Materno Infantil el Carmen (Anexo N° 4)

Cuestionario y la lista de chequeo fue validada utilizando el formato de evaluación de juicio de expertos (Anexo N°3)

Después de contar con el permiso de la dirección del hospital se procedió a ingresar al programa de Psicoprofilaxis los días jueves y viernes donde se da la 5° y 6° sesión de dicho programa.

Para elaborar nuestra base de datos utilizamos los programas Microsoft Excel para la base de datos para luego la pasamos a SPSS versión 22.

## 2.8. TÉCNICAS Y ANÁLISIS DE DATOS

En la investigación se tuvo dos instrumentos el cuestionario y la lista de chequeo.

El cuestionario que se utilizó para el conocimiento consto de 4 bloques.

I bloque datos generales 6 ítems

II bloque que corresponde a los conocimiento sobre gestación 10 preguntas.

III bloque que corresponde a los conocimientos sobre el parto 5 preguntas.

IV bloque que corresponde a los conocimientos sobre el puerperio 5 preguntas, donde:

1 respuesta es correcta y 3 incorrectas. Dándole un puntaje de acuerdo a su importancia.

**Se analizó el nivel de conocimiento** considerando la calificación según la MINEDU 2017 y fue de la siguiente manera:

Muy bueno: 18-20

Bueno: 17-14

Regular: 13-11

Malo: 10-0

La lista de chequeo se utilizó para determinar la práctica donde se tuvo

12 ítems de evaluación con 2 alternativas en cada una (lo realiza y no lo realiza), en cada pregunta se le dio un puntaje teniendo en cuenta su importancia.

El ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 9 con 2 puntos. La 8, 10,11 y

12 con 1 punto.

**Se analizó la práctica** considerando la calificación según la MINEDU 2017 y fue de siguiente manera:

Adecuada: 14-20

Inadecuada: 0-13



## **2.9. PROCESAMIENTO A SEGUIR PARA PROBAR LA HIPÓTESIS**

La prueba de hipótesis se realizó con la prueba estadística de chi cuadrado.

## **2.10. ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN**

Todo el proceso que se llevó a cabo para realizar la investigación se describe de la siguiente manera:

1. visitamos al del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen para solicitar el permiso pertinente, para poder realizar nuestra investigación en dicha institución.
2. Validamos nuestros instrumentos por juicios de expertos.
3. Se realizó la selección de nuestra población que viene a ser las pacientes gestantes que asisten a la 5° y 6° sesión del programa de Psicoprofilaxis Obstétrica la cual estuvo constituida por 62 gestantes.
4. Al llegar al ambiente del programa de Psicoprofilaxis nos presentamos e hicimos firmar las hojas de consentimiento informado (Anexo N° 2) y recalamos que la información que nos proporcionaran serán usados solo para el trabajo de investigación.
5. Luego se llevó a cabo la encuesta.
6. Realizamos la evaluación de los resultados
7. Luego se procedió al análisis e interpretación de nuestros resultados y comprobamos la hipótesis para ver la existencia de relación entre nuestras variables con la aplicación de la prueba de chi cuadrado.

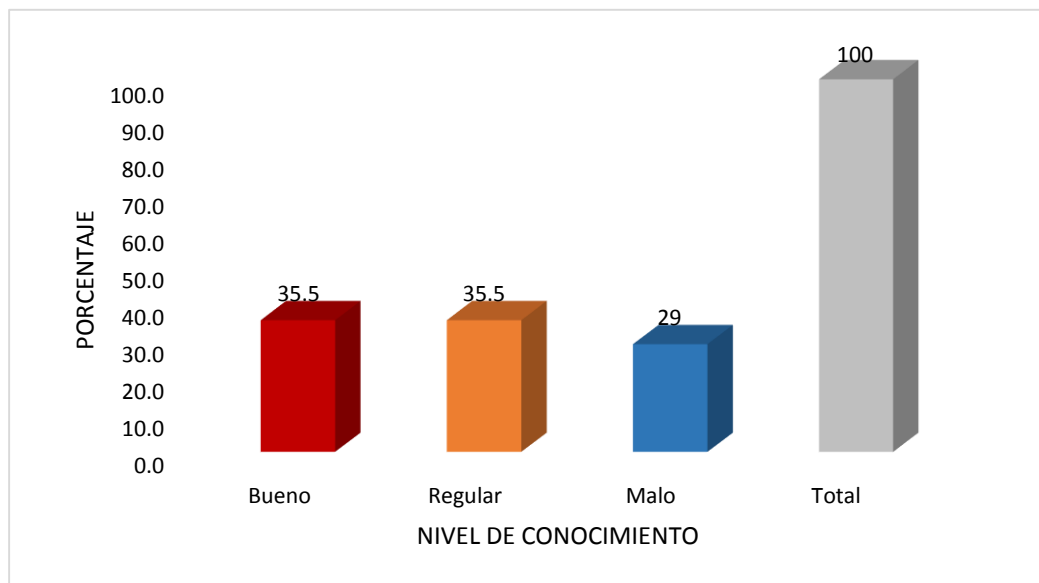
### CAPÍTULO III RESULTADOS

Tabla N° 1 Nivel De Conocimiento de Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017

Nivel de conocimiento	Frecuencia	Porcentaje
Bueno	22	35.5%
Malo	18	29%
Regular	22	35.5%
Total	62	100%

FUENTE: encuesta realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

Grafico N° 1 Nivel De Conocimiento de Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017



FUENTE: encuesta realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

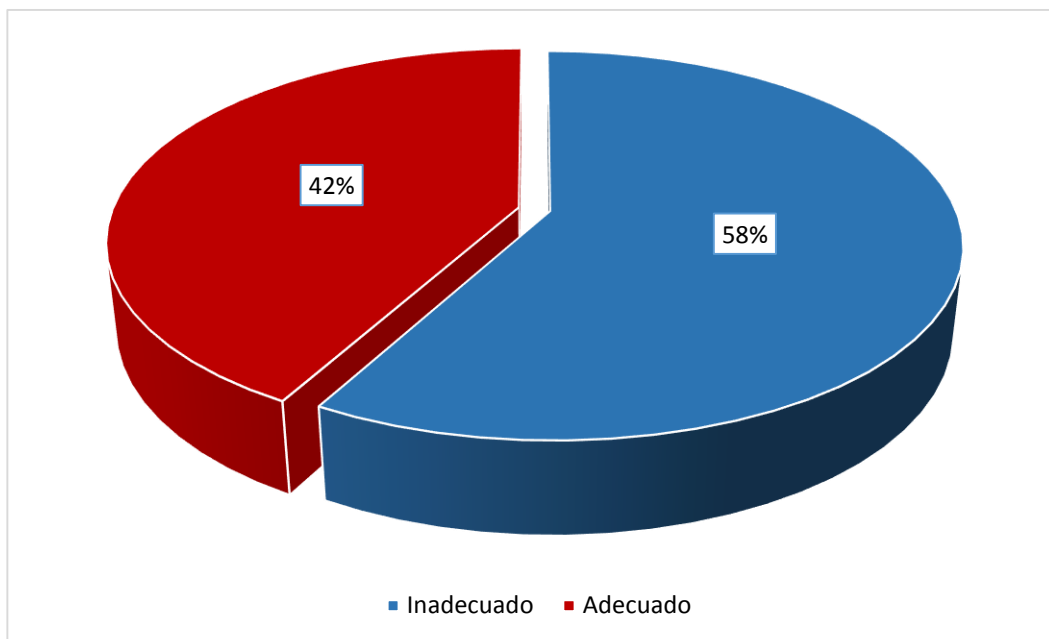
- **INTERPRETACIÓN:** En la tabla y grafico N°1: Se observa que las gestantes tienen un 35.5 % de nivel de conocimientos bueno, 35.5 % un nivel de conocimiento regular mientras que el 29 % de las gestantes obtuvieron un nivel de conocimiento malo.

Tabla N° 2 Práctica de Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017

Practica	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	36	58
Adecuado	26	42
Total	62	100

FUENTE: lista de chequeo realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

Grafico N° Práctica de Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017



FUENTE: lista de chequeo realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

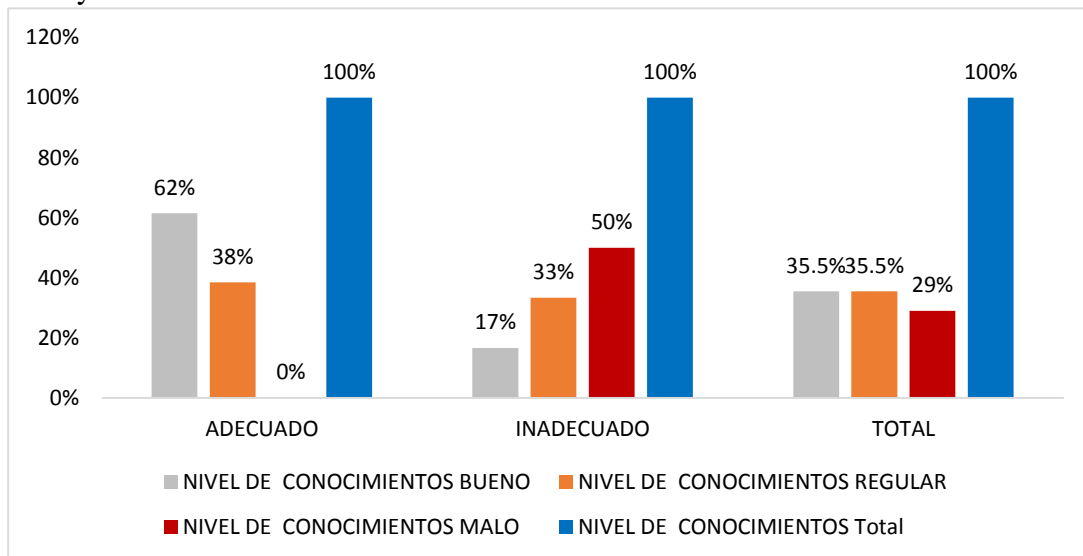
- INTERPRETACIÓN: En la tabla y grafico N°2: Se observa que el 58% de las gestantes tienen una práctica adecuada en Psicoprofilaxis obstétrica y el 42% de las gestantes tienen una práctica inadecuada.

Tabla N° 3 Relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017

PRACTICA		NIVEL DE CONOCIMIENTOS			Total
		Bueno	Malo	regular	
Adecuado	Recuento	16	0	10	26
	% dentro de PRACTICA	62%	0%	38%	100%
Inadecuado	Recuento	6	18	12	36
	% dentro de PRACTICA	17%	50%	33%	100%
Total	Recuento	22	18	22	62
	% dentro de PRACTICA	35%	29%	35%	100%

FUENTE: encuesta y lista de chequeo realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

Grafico N° 2 Relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017



FUENTE: encuesta y lista de chequeo realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

INTERPRETACIÓN: En la tabla y grafico N°3: de las gestantes que tienen una práctica adecuada el 62% tienen un nivel de conocimiento bueno, el 38% tienen un nivel de conocimiento regular. Del mismo modo en la práctica inadecuada el 17% tienen un nivel de conocimiento bueno, el 33% tienen un nivel de conocimiento regular y el 50% tienen un nivel de conocimiento malo.

### PRUEBA DE HIPÓTESIS

Tabla N° 4: Prueba de Hipótesis del Nivel De Conocimiento y Practica Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017

	Valor	Gl	Sig. asintótica (2 caras)	Sig. Monte Carlo (2 caras)		
				Sig.	95% de intervalo de confianza	
					Límite inferior	Límite superior
Chi-cuadrado de Pearson	21,678 <sup>a</sup>	2	.000	,000 <sup>b</sup>	0.000	.047
Razón de verosimilitud	28.232	2	.000	,000 <sup>b</sup>	0.000	.047
Prueba exacta de Fisher	24.775			,000 <sup>b</sup>	0.000	.047
N de casos válidos	62					

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 7,55.

b. Se basa en 62 tablas de muestras con una semilla de inicio 2000000.

FUENTE: encuesta y lista de chequeo realizada a las gestantes asistentes a las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica

Para probar estas hipótesis planteadas usamos la prueba de chi cuadrado puesto estos datos para nuestro análisis son clasificados en forma nominal. La prueba estadística Paramétrica es apropiado porque puede emplearse con variables de clasificación cualitativas, como en esta investigación.

### **Hipótesis General**

**H<sub>0</sub>** No Existe relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en las gestantes que asiste a las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica en el Hospital docente materno infantil el Carmen Huancayo 2017.

**H<sub>1</sub>** Existe relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en las gestantes en el Hospital Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo de Julio a Octubre 2017.

Para la presente prueba de correlación, se consideró el nivel de significancia de 0.05 y de 2 grado de libertad; que posteriormente fue comparado para la aprobación o desaprobación de la hipótesis nula.

**Regla de decisión.-** Se rechazara la hipótesis nula (H<sub>0</sub>) si el p=valor calculado es menor a 0.05, con lo que se demostraría que existe una relación entre las variables estudiadas. Si fuera contrario y el p=valor es mayor a 0.05, aprobaremos la hipótesis nula concluyendo así la no existencia de relación entre las variables.

**Decisión estadística.-** En nuestro caso el p=valor tuvimos como resultado 0.00, valor que es menor a 0.05, por lo que es rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis de investigación.

**Conclusión.-** Por los resultados obtenidos se puede concluir la existencia de relación, entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes en el Hospital Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio -Octubre 2017.

## **CAPÍTULO IV ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

La Psicoprofilaxis ayuda a las gestantes a prepararlas físicas y psicológicamente en donde les ayuda a controlar sus miedos y temores las cuales se logran disminuir a través de diferentes técnicas teniendo un impacto en la madre y al producto; la aplicación de métodos de prácticas respiratorias los que contribuirán a una favorable oxigenación materno fetal ; así mismo, buen estado en el nacimiento; por tanto es necesario determinar el nivel de conocimiento de las gestantes que asisten a las últimas sesiones del programa de Psicoprofilaxis obstétrica presentándose en nuestra investigación el siguiente resultado: encontrando el nivel de conocimiento bueno en un 35.5% entre tanto estos resultado es menor a la de Montiel F. En su Investigación de Intervención educativa sobre la Psicoprofilaxis obstétrica en las embarazadas que asisten al Hospital primario Monte Carmelo Nandaimé Nicaragua 2016, donde los conocimientos obtenidos después de la post intervención de la Psicoprofilaxis obstétrica ayudo a la adquisición de un porcentaje de 83% de positividad en conocimientos. Así mismo es menor al resultado Mejía C. en su investigación Nivel de conocimiento sobre Psicoprofilaxis y grado de aplicación de las Gestantes Lima 2011 tuvo un 50% en las gestantes obteniendo una calificación de 16 o más en conocimientos. Y de igual manera menor al resultado del estudio realizado por

Saavedra K. en su investigación del Nivel de conocimiento de las gestantes sobre los temas que se imparten en el programa de Psicoprofilaxis Obstétrica del Hospital II-1

Moyobamba. Que obtuvo un 100,0% de las participantes, obtuvieron una calificación de buenos conocimientos del programa de Psicoprofilaxis. Diferente al el estudio de Baca. W. En su investigación influencia del Programa de Psicoprofilaxis obstétrica sobre el nivel de conocimiento del embarazo, parto y puerperio en gestantes en Arequipa 2016. Al termino del Programa fue: en el embarazo un 56% nivel muy bueno; en el parto un 50% nivel bueno y sobre el puerperio un 66% nivel muy bueno.

Así mismo teniendo en cuenta el nivel de conocimiento regular que tenemos el 35 % coincidimos con Ttira J. En su investigación Nivel de conocimiento de Psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes atendidas en el Hospital Rezola Cañete que tiene como resultado un 41.82% de conocimiento de nivel regular, de igual forma con Gaviria. K. refiere en su estudio Programa de Psicoprofilaxis Obstétrica Y Su Influencia en el Comportamiento De Las Gestantes, Atendidas En El Hospital II ESSALUD – Tarapoto, en el grupo estudiado encontró un 50%(15) que tienen un nivel de conocimiento medio.

Entre tanto nuestro resultado de 29 % de un nivel de conocimiento malo, es menor al estudio de Mora K. En su investigación Conocimientos, Actitudes y Prácticas Sobre Consejería Psicoprofiláctica a Embarazadas, obtuvo un 73% de las mujeres del grupo de estudio que no conocen acerca de la Psicoprofilaxis del parto. Asimismo para Chimbo M. en su investigación de conocimiento y aplicación de Psicoprofilaxis del trabajo de parto en gestantes del Centro de Salud el Dorado de Puyo Ecuador en el Año 2013 -2014 obteniendo un resultado que el 100 % de las gestantes tuvieron un bajo nivel de conocimiento por ello no lo aplicaron y tampoco han recibido información sobre los temas de Psicoprofilaxis obstétrica. Es así que ello influirá sobre la salud de la gestante y feto.

Las practica de la Psicoprofilaxis ayuda de manera integral a las gestantes, puesto que al poner en práctica las técnicas de relajación y respiración les ayudara en el momento del parto a disminuir los temores y a tener a un recién nacido en buenas condiciones. Es así que en nuestra investigación la práctica es adecuada en un 42% similar al de Mejía C. en su investigación nivel de conocimiento sobre Psicoprofilaxis y grado de aplicación de Las gestantes Lima 2011 el 50% de las gestantes obtuvieron un calificativo de 14 a más durante la práctica.



En nuestro resultado de la práctica inadecuada que es un 58% menor al estudio de Cajamarca A. en su investigación de Aplicación de la Psicoprofilaxis en mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Julios Doepfner de la Ciudad de Zamora en donde el 100% de las gestantes afirman que por el desconocimiento no aplican este método, de igual manera Chimbo M. En su investigación de conocimiento y aplicación de Psicoprofilaxis del trabajo de parto en gestantes del Centro de Salud el Dorado de Puyo Ecuador en el Año 2013 -2014 el 100 % de las gestantes no aplicaron la Psicoprofilaxis Obstétrica. Obstétrica y diferente de Mejía C. en su investigación nivel de conocimiento sobre Psicoprofilaxis y grado de aplicación de las gestantes Lima 2011 el 50% de las gestantes obtuvieron un calificativo de 14 a más durante la práctica.

## **CAPÍTULO V CONCLUSIONES**

- Existe relación ( $p=0.00$ ) entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en las gestantes que asisten a las sesiones de dicho programa en el Hospital Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2017.
- El nivel de conocimiento de la Psicoprofilaxis obstétrica en Gestantes Del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo julio - octubre 2017 es bueno en un 35.5%
- La práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo julio - octubre 2017 es inadecuado lo que hace que no haya buenos beneficios en la gestante.

## **CAPÍTULO VI RECOMENDACIONES**

- Promover la importancia de la Psicoprofilaxis obstétrica en las gestantes mediante charlas informativa para que de esta manera se difunda en la población la importancia y beneficios de dicho programa de esta manera se incentive la participación mayoritaria de las gestantes en el programa a fin de mejorar la calidad de vida de la madre y el recién nacido.
- Utilizar materiales didácticos y audiovisuales como: maquetas, videos actualizados para que se pueda realizar la preparación Psicoprofiláctica de forma adecuada y así facilitar los procesos de enseñanza y aprendizaje.
- Involucrar a la pareja y familia para que participen en las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica quienes serán de ayuda para las gestantes durante el desarrollo del programa educativo y ayude al repaso de conocimientos y practica de ejercicios en casa.
- Se sugiere al responsable del programa ampliar los horarios en el desarrollo de las sesiones de Psicoprofilaxis en mañanas y tardes para dar a elegir a las gestantes el horario según su disponibilidad de tiempo, la cual ayudara ampliar la cobertura a dicho programa.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. MINSA. Guía Técnica Para La Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal [En línea ] 2011 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/normaslegales/2011/RM361-2011-MINSA.pdf>
2. Morales S. Psicoprofilaxis Obstétrica: actualización, definiciones y conceptos Horiz. Med. [En línea] 2014 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-558X2014000400010](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2014000400010)
3. Mejía C. nivel de conocimiento sobre Psicoprofilaxis y grado de aplicación de las gestantes – centro de salud “viña Alta”, la molina [tesis] 2010-2011 [citado 25 de julio del 2017 ] disponible en [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/6008/1/Mejia\\_gc.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/6008/1/Mejia_gc.pdf)
4. Poma R. Beneficios de la Psicoprofilaxis obstétrica En gestantes durante el proceso de trabajo de parto y en el recién nacido en el c.s de Chupaca [tesis] 2015. [citado el 25 de Setiembre del 2017] disponible en [http://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/UPECEN65/1/T102\\_46874746\\_T.pdf](http://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/UPECEN65/1/T102_46874746_T.pdf)
5. Solís. H. Impacto de la Psicoprofilaxis Obstétrica en la reducción de la morbilidad y mortalidad materna y perinatal. [En línea] 2012 [citado en 25 de agosto del 2017] disponible en [http://www.medicina.usmp.edu.pe/medicina/horizonte/2012\\_2/Art8\\_Vol12\\_N2.pdf](http://www.medicina.usmp.edu.pe/medicina/horizonte/2012_2/Art8_Vol12_N2.pdf)
6. Cajamarca A. Aplicación de la Psicoprofilaxis en mujeres embarazadas atendidas en el Hospital Julius Doepfner de la Ciudad de Zamora [tesis] 2015. [citado el 25 de agosto 2017 disponible ] en <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/13823/1/Tesis%20Lista%20Angelica.pdf>
7. Lemache A. La educación en Psicoprofilaxis en las adolescentes primigestas que acuden al centro de salud “santa rosa de cusubamba”, del cantón cayambe [tesis] 2017 [citado el 30 agosto del 2017] disponible en <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/9718/1/t-uce-0006-095.pdf>
8. Mora K. En su investigación Conocimientos, Actitudes y Prácticas Sobre Consejería Psicoprofiláctica A Embarazadas, Al Cliente Interno Y Externo Del Subcentro De Salud Del Tejar, Provincia De Imbabura [tesis] 2013 [citado 30 octubre del 2017] disponible en <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/3469/1/06%20ENF%20564%20TESIS.pdf>

9. Chimbo M. Conocimiento Y Aplicación De Psicoprofilaxis Del Trabajo De Parto En Gestantes Del Centro De Salud El Dorado De Puyo. [tesis] 2014 [citado el 25 de octubre 2017] disponible en <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/12116/1/tesismartha.pdf>.
10. Montiel. F. Intervención educativa sobre la psicoprofilaxis obstétrica en las embarazadas que asisten al Hospital primario Monte Carmelo Nandaime-Granada, [tesis]2016 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <http://repositorio.unan.edu.ni/4652/3/96351.pdf>
11. Baca. W “Influencia del programa de psicoprofilaxis obstétrica sobre el nivel de conocimiento del embarazo, parto y puerperio en gestantes del centro de salud maritza campos díaz – zamácola”[tesis] 2016 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/5618/63.0693.OP.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
12. Ttira J. Nivel de conocimiento de psicoprofilaxis Obstétrica en gestantes atendidas en el hospital Rezola cañete [tesis] 2014 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <http://repositorio.upsb.edu.pe/bitstream/UPSB/101/1/TtiraMezaJoseRoger.pdf>
13. Saavedra K. Nivel de conocimiento de las gestantes sobre los temas que se imparten en el programa de Psicoprofilaxis obstétrica del Hospital II-1 Moyobamba. [tesis] 2012[ citado el 20-agosto 2017] disponible en [http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2306/TP\\_OBS\\_00204\\_2004.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2306/TP_OBS_00204_2004.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
14. Berrocal M. Nivel de Conocimientos Sobre Psicoprofilaxis en Gestantes Atendidas En El Hospital Referencial Docente Tuman [tesis] 2012 [citado el 25 de agosto del 2017] disponible en <https://es.scribd.com/doc/109305716/TESINA-Psicoprofilaxis-Obstetrica-Hospital-Tuman>
15. Gaviria. K. Programa de psicoprofilaxis obstétrica y su influencia en el comportamiento de las gestantes, atendidas en el Hospital II Essalud – Tarapoto. [Tesis] 2014 [citado el 26 de Julio 2017] disponible en <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/1335/ITEM%4011458-1055.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. M Rosental y P. Iudin Diccionario filosófico abreviado editorial organizada Montevideo.[En línea] 2000.[citado el 26 de agosto del 2017] disponible en <http://www.filosofia.Org/enc/ros/conoc.htm>
17. Arceo G. El Impacto de la Gestión del Conocimiento [tesis doctoral] 2010 [citado 25 de setiembre del 2017] disponible en [http://sgpwe.izt.uam.mx/files/users/uami/dml/gestion\\_del\\_conocimiento-el\\_impacto\\_de\\_la\\_gestion\\_del\\_conocimiento-libro.pdf](http://sgpwe.izt.uam.mx/files/users/uami/dml/gestion_del_conocimiento-el_impacto_de_la_gestion_del_conocimiento-libro.pdf)

18. Carvajal L. Conocimiento y Actividades de Investigación y Desarrollo [tesis]2013.[citado el 25 de setiembre del en 2017]disponible en <http://www.lizardo-carvajal.com/conocimiento>,
19. Pérez J. Definición de conocimiento.[ monografía ] 2008[.citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <https://definicion.de/conocimiento/>
20. Sanguinetti J. El conocimiento humano. 1ra ed. Edit. Palabra. España; [monografía en internet] 2005. [Citado 25 de agosto del 2017.]Disponible en <https://d3s1b1zelykba8.cloudfront.net/Articulo/Original/772.jpg>
21. Bunge M. Percepciones sobre el conocimiento de Russell, B.[en línea ][Citado En Octubre Del 2017 ] disponible en [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/rfcs/n1\\_1988/16.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/rfcs/n1_1988/16.pdf)
22. González J. Los niveles de conocimiento [monografía ]2014 [citado 25 de agosto 2017 [disponible en <http://www.scielo.org.mx/pdf/ie/v14n65/v14n65a9.pdf>
23. Romero A. La teoría del conocimiento [monografía ]2009 [citado el 30 de octubre del 2017] Disponible en [www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025)
24. Colaboradores Wikipedia el embarazo humano .[citado 30 de octubre del 2017] disponible en [https://es.wikipedia.org/wiki/Embarazo\\_humano](https://es.wikipedia.org/wiki/Embarazo_humano)
25. Diccionario abc salud y embarazo 2017 ,[citado el 30 de octubre del 2017] .Disponible en <https://www.definicionabc.com/salud/embarazo.php>
26. Enciclopedia Gestación 2010 [,citado 30 de octubre del 2017] disponible en <https://inatal.org/el-embarazo/enciclopedia/71-gestacion.html>
27. Santiago A. Factores asociados a la participación activa en sala de partos de la parturienta con Psicoprofilaxis obstétrica. [tesis] 2004 [citado 30 de octubre del 2017.] [cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/357/1/Vidal\\_pp.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/357/1/Vidal_pp.pdf)
28. Tafur M. Influencia de la Psicoprofilaxis obstétrica de emergencia en la actitud frente al trabajo de parto de las primigestas atendidas en el instituto nacional materno perinatal marzo [tesis] 2015. [citado el 30 de octubre del 2017 ] disponible en [cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4398](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4398)
29. De conceptos. Com aparato reproductor, [Citado 30 de octubre del 2017] Disponible en <https://deconceptos.com/ciencias-naturales/aparato-reproductor>
30. Instituto Nacional del cancer aparato reproductor EE.UU [en línea]2017 ,[citado 25 de octubre del 2017] <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario/def/aparato-reproductor>
31. Conceptos Definicion. Fecundación[en línea] 2014, [citado 25 de octubre del 2017 Disponible en [conceptodefinicion.de/fecundacion](http://conceptodefinicion.de/fecundacion)

32. Enciclopedia salud fecundación [en línea ]2017 [citado el 25 de octubre del 2017] disponible <http://www.encyclopediasalud.com/definiciones/fecundacion>
33. Tesis de Investigadores aparato reproductor femenino y masculino [en línea ] 2011[ citado el 25 de octubre del 2017] disponible en [tesisdeinvestigadores.blogspot.com/.../aparato-reproductorfemenino-y-masculino.html](http://tesisdeinvestigadores.blogspot.com/.../aparato-reproductorfemenino-y-masculino.html)
34. Nexton E. desarrollo del feto [en línea ]2008 [citado 30 de octubre del 2017] disponible en [stephannewin.blogspot.es](http://stephannewin.blogspot.es)
35. Rebagliati. T Conocimientos y Prácticas sobre signos de alarma de las gestantes atendidas en el Hospital Nacional Docente Madre- Niño Perú.[artículo] 2014 [citado el 30 de octubre del 2017]disponible en [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2304-51322014000200005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-51322014000200005)
36. Jimenes J. análisis de los pronósticos maternos perinatal [Tesis doctoral] 2009,[citado 25 de octubre del 2017] disponible [biblioteca.ucm.es/tesis/19911996/D/0/D0054901.pdf](http://biblioteca.ucm.es/tesis/19911996/D/0/D0054901.pdf)
37. Ministerio de Salud del Perú. Salud Materna [en línea]. [citado el 25 de octubre del 2017].disponible en En: [https://www.minsa.gob.pe/portalweb/06prevencion/prevencion\\_7.asp?sub5=7](https://www.minsa.gob.pe/portalweb/06prevencion/prevencion_7.asp?sub5=7)
38. Luis J. Programa Educativo para promover la higiene personal en estudiantes del primer grado 2014,citado el 2017 disponible en [https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/Handle/10630/7454/Tdr\\_Sanchez\\_Oliva.Pdf](https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/Handle/10630/7454/Tdr_Sanchez_Oliva.Pdf)
39. Araguillin R. Guia Educativa Sobre Los Cuidados Prenatales Y Nutricion en la Embarazada. Ecuador [en línea] [Citado el 25 de octubre del 2017 Disponible En <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/2037/2/06%20ENF%20515%20GUIA.pdf>
40. S. Santiesteban Atención Prenatal [en línea ] [Citado el 25 de octubre del 2017] disponible en [www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/atencion\\_prenatal.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/atencion_prenatal.pdf)
41. Colaboradores Wikipedia Atención prenatal.[citado 30 de octubre del 2017] disponible en [https://es.wikipedia.org/wiki/Atenci%C3%B3n\\_prenatal](https://es.wikipedia.org/wiki/Atenci%C3%B3n_prenatal)
42. Ministerio de Salud del Perú. atención prenatal [en línea] 2015 [citado el 25 de octubre] Disponible en <http://www.minsa.gob.pe/?op=51&nota=16533>.
43. Organización Mundial de la Salud Nutricion [en línea] 2012 [citado el 30 de octubre del 2017]disponible en [www.who.int/topics/nutrition/es/](http://www.who.int/topics/nutrition/es/)

44. Diccionario ABC Nutrición [en línea ]2017 ,[citado el 30 de octubre del 2017] .Disponible en <https://www.definicionabc.com/salud/nutricion.php>
45. Araguillin R. Guia Educativa Sobre Los Cuidados Prenatales Y Nutricion en la Embarazada. Ecuador [en línea] [Citado el 25 de octubre del 2017 Disponible En <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/2037/2/06%20ENF%20515%20GUIA.pdf>
46. Enciclopedia culturalia Definicion de Parto [en línea]2013 [citado el 30 de octubre del 2017 ]Disponible en <https://edukavital.blogspot.com/2013/02/parto.html>
47. Acero A Planes De Enfermeria Para Trabajo De Parto [Tesis]2012[citado el 25 de octubre del 2017] disponible en [/Tesis-De-Trabajo-De-Parto-F3CN95VFC8G2](#)
48. Colaboradores Wikipedia tapón mucoso[en línea] 2017 .[citado 30 de octubre del 2017] disponible en [https://es.wikipedia.org/wiki/Tap%C3%B3n\\_mucoso](https://es.wikipedia.org/wiki/Tap%C3%B3n_mucoso)
49. Cailagua G. Signos Y Síntomas Premonitorios Del Parto [tesis]2013[citado el 30 de octubre del 2017] Disponible en <https://es.scribd.com/doc/135676820/Expulsion-Del-Tapon-Mucoso>
50. Camero M. Salud De La Mujer.[en línea]2017 [citado el 25 de octubre del 2017]Disponible EN [https://salud-mujer.idoneos.com/parto/contracciones\\_uterinas/](https://salud-mujer.idoneos.com/parto/contracciones_uterinas/)
51. Ministerio de Salud del Perú. Salud Materna [en línea]. [citado el 25 de octubre del 2017].disponible en En: [https://www.minsa.gob.pe/portalweb/06prevencion/prevencion\\_7.asp?sub5=7](https://www.minsa.gob.pe/portalweb/06prevencion/prevencion_7.asp?sub5=7)
52. Natalben. el parto [en línea] 2017 [citado el 25 de octubre del 2017] disponible en <https://www.natalben.com/parto/fase-de-dilatacion/como-saber-si-ha-empezad>
53. American Pregnancy Association Técnica de respiración[en línea]2015 [citado el 25 de octubre del 2017] disponible en <http://americanpregnancy.org/es/labor-and-birth/patterned-breathing/>
54. Coca. C, I. El yoga en el embarazo en la preparación para el nacimiento. [artículo] 2008[citado el 25 de octubre del 2017]. Disponible en <http://www.federacion-matronas.org/rs/243/d112d6ad-54ec-438b-9358-4483f9e98868/a5c/rclang/es-ES/filename/vol9n3pag21-27.pdf>
55. Granero J Puerperio [en línea]2004 [citado 25 de octubre del 2017] disponible en <http://www.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/hinmaculada/web/servicios/tcg/documentos/Protocolos/Para%20Medicos%20A.P/Puerperio.pdf>



56. Botella J. Tratado de ginecología [monografía]2010 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <https://books.google.com.pe/books?isbn=8479780924>
57. Gómez M. Clasificación del recién nacido México [monografía] 1990: [citado el 30 de octubre del 2017] Disponible en: [.http://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2012/sp121g.pdf](http://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2012/sp121g.pdf)
58. Unidad Pediátrica .Datos de Alarma del Recién [en línea][citado el 25 de octubre del 2017] Disponible En <http://unidaddepediatria.com.mx/pdf/DatosdealarmaenelRN.pdf>
59. Latham M. Población, alimentación, nutrición y planificación familiar [en línea]2002[citado el 25 de octubre del 2017] Disponible en <http://www.fao.org/docrep/006/w0073s/w0073s00.htm>
60. Tubert,J. Guia de la lactancia materna.[en línea ]2009[ Citado el 25 de octubre del 2017 ] Disponible en [http://www.aeped.es/sites/default/files/7-guia\\_baleares\\_esp.pdf](http://www.aeped.es/sites/default/files/7-guia_baleares_esp.pdf)
61. Carvajal L. Conocimiento y Actividades de Investigación y Desarrollo [en línea] 2013 [citado el 30 de octubre del 2017] disponible en . <http://www.lizardo-carvajal.com/conocimiento>,
62. Pérez J. Definición de práctica.[en línea] 2010 .[citado el 30 de octubre del 2017] disponible en : <https://definicion.de/practica/>
63. DiccionarioOxford practica [en línea]2011[citado el 25 de octubre del 2017] .Disponible en <https://es.oxforddictionaries.com/definicion/practica>
64. El esquema corporal .La relajación.[en línea] [Citado el 30 octubre del 2017.] Disponible en: <https://sites.google.com/site/elesquemacorporal/la-relajacion>
65. Valdivieso E. Técnicas De Relajación Aplicación A Lo Largo De La Educación Maternal En Mujeres Embarazadas Y Sus Beneficios Durante El Trabajo De Parto[tesis] 2015 [Citado el 30 de octubre del 2017] disponible en <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/17740/1/TFG-H457.pdf>
66. Granero J El Embarazo [tesis]2004 [citado 25 de octubre del 2017] disponible en [http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/galerias/documentos/c\\_3\\_c\\_1\\_vida\\_sana/embarazo\\_y\\_salud/lactancia\\_materna/embarazo.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/galerias/documentos/c_3_c_1_vida_sana/embarazo_y_salud/lactancia_materna/embarazo.pdf)
67. Figuera K. Programa de ejercicios parto psicoprofiláctico [tesis]2007 [Citado el 25 de Octubre del 2017 ]Disponible En [Https://Www.Efisioterapia.Net/Articulos/Programa-Ejercicios-Parto-Psicoprofilactico](https://Www.Efisioterapia.Net/Articulos/Programa-Ejercicios-Parto-Psicoprofilactico)
68. Morales S. La Psicoprofilaxis Obstétrica Y La Estimulación Prenatal [tesis]2014 [Citado En Octubre Del 2017] Disponible En

[Http://Www.Scielo.Org.Pe/Scielo.Php?Pid=S1727-58x2014000400010  
&Script=Sci\\_Arttext&Tlng=En](http://Www.Scielo.Org.Pe/Scielo.Php?Pid=S1727-58x2014000400010&Script=Sci_Arttext&Tlng=En)

69. Regalado. J. La Psicoprofilaxis Durante El Embarazo Para Mejorar El Proceso Y Los Resultados Del Trabajo De Parto Y De Las Condiciones Del Recién Nacido [tesis]2015[Citado el 25 de octubre del 2017] Disponible En <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13631/TESIS%20DRA.%20JESSICA%20REGALADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
70. Milian N. esferodinamia. [monografía] [citado el 25 de octubre del 2017]Disponible en <file:///C:/Users/HP/Downloads/esferodinamia-141121220351-conversion-gate02.pdf>
71. Figuera K. Programa de ejercicios parto psicoprofiláctico [tesis]2007 [Citado el 25 de Octubre del 2017 ]Disponible En <Https://Www.Efisioterapia.Net/Articulos/Programa-Ejercicios-Parto-Psicoprofilactico>
72. Perez E. Las Diferentes Posiciones Maternas en el Parto [tesis] 2015.[citado el 30 de octubre del 2017] disponible en [http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/1548/1/TFG\\_M\\_ENCARNACIN\\_PREZ\\_ALCAL.pdf](http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/1548/1/TFG_M_ENCARNACIN_PREZ_ALCAL.pdf)
73. Balañá M .Lactancia Materna:[Monografía] 2004 [Citado el 30 de Octubre 2017 ] Disponible En <https://mairelactancia.files.wordpress.com/2011/05/lactancia-materna-guia-para-profesionales.pdf>
74. Michael A. Taylor, M. Manual Para El Cuidado Del Recién Nacido [en línea]2010[ Citado El 25 de Octubre Del 2017] Disponible En <Https://Umc.Ua.Edu/Files/2010/03/Newborn-Care-Manual-Spanish.Pdf>
75. González J. Los niveles de conocimiento [monografía]2014[citado 20 de agosto del 2017 ] disponible en <http://www.scielo.org.mx/pdf/ie/v14n65/v14n65a9.pdf>
76. Pérez J. Definición de práctica. [en línea ]2010 [.citado el 20 de agosto del 2017] disponible en : <https://definicion.de/practica/>
77. Morales A. Psicoprofilaxis Obstétrica [tesis] 2011[citado el 20 de agosto del 2017] disponible en [www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727).
78. Vásquez N. Método Científico.[en línea]2010 [citado el 20 de agosto del 2017] disponible en <http://www.monografias.com/trabajos70/metodo-cientifico/metodo-cientifico.shtml>
79. Sánchez C Metodología y diseños en investigación científica [monografía] [citado el 20 de agosto del 2017 ] disponible en <https://es.scribd.com/doc/97318021/Tipos-y-Niveles-de-Investigacion-Cientifica>

80. Behar D. Metodología de la investigación.[monografía]2008[citado el 20 de agosto del 2017][http://rdigital.unicv.edu.cv/bitstream /123456789/106/3/Libro%20metodologia%20investigacion%20este.pdf](http://rdigital.unicv.edu.cv/bitstream/123456789/106/3/Libro%20metodologia%20investigacion%20este.pdf)
81. Ávila R. Metodología de la investigación.[monografía] 2001 [citado el 20 de agosto del 2017 ] Disponible en . <https://es.scribd.com/doc/97318021/Tipos-y-Niveles-de-Investigacion-Cientifica>
82. Fernández Metodología de la investigación [en línea] 2014[citado el 25 de setiembre del 2017] Disponible en: [https://trabajosocialudocpno.files.wordpress.com/.../metodologc3a3c2ada\\_de\\_la\\_investigacion](https://trabajosocialudocpno.files.wordpress.com/.../metodologc3a3c2ada_de_la_investigacion).
83. Hernandez M. La espiral holística en investigación [en línea]2012 [citado el 25 de setiembre ] Disponible en <http://metodologiadeinvestigacionmarisol.blogspot.pe/2012/12/tipos-y-niveles-de-investigacion.html>
84. Supo J. Niveles de investigación. [en línea] [citado el 25 de setiembre del 2017] disponible en <file:///C:/Users/HP/Downloads/nivelesdeinvestigacion-130107212839-phpapp01.pdf>
85. Cabrera J Diseño De La Investigación.”.[en línea]. 2017 [citado el 30 de octubre del 2017] Disponible en [http://www.aniorte-nic.net/apunt\\_metod\\_investigac4\\_4.htm](http://www.aniorte-nic.net/apunt_metod_investigac4_4.htm)
86. Ramos O. Diseños de Investigación [en Línea] 2012 [citado el 30 octubre del 2017] disponible en file Instituto Hispano :<file:///C:/Users/HP/Downloads/diseosdeinvestigacin-120412225948-phpapp01.pdf>

## **ANEXOS**



## ANEXO 1

**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA  
Cuestionario**

**Nivel De Conocimiento Y Práctica De La Psicoprofilaxis Obstétrica En Gestantes  
en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2017**

### **INSTRUCCIONES**

Lea cuidadosamente las siguientes preguntas y conteste con absoluta sinceridad.

#### **I. DATOS GENERALES:**

- Edad:.....
- Estado civil:.....
- Grado de instrucción:.....
- Ocupación:.....
- Número de sesiones que asistió.....
- Fórmula Obstétrica: G.....P.....

#### **II. CONOCIMIENTOS SOBRE LA GESTACIÓN**

1. **¿Cuál es la utilidad de la Psicoprofilaxis Obstétrica?**
  - a) Evitar el dolor durante el trabajo de parto
  - b) No llorar, ni gritar durante el parto
  - c) d) Para Obtener un recién nacido en buenas condiciones
2. **¿Cuáles son los órganos que conforman los genitales internos femeninos?**
  - a) Útero, ovarios, trompas de Falopio, canal vaginal.
  - b) Útero, ovarios, canal vaginal.
  - c) Útero, trompa de Falopio, Vulva.
  - d) Ano, uretra, vejiga, vulva.
3. **¿Dónde se da la fecundación?**
  - a) En el ovario
  - b) En el útero
  - c) En las trompas de Falopio.
4. **¿En qué trimestre se desarrollan los órganos del feto?**
  - a) En el primer trimestre
  - b) En el segundo trimestre
  - c) En el tercer trimestre
5. **¿Qué cambios ocurre en las mamas?**
  - a) Hay secreción de calostro.
  - b) Los pezones y la areola se están más oscuros.
  - c) aumenta el tamaño de las mamas.
  - d) b y c
6. **¿Cuáles son los signos de alarma en su gestación?**
  - a) Dolor de cabeza, visión borrosa, vómitos excesivos, pérdida de líquido o sangre.
  - b) Hinchazón de manos y pies, dolor en la boca del estómago.
  - c) Dolor tipo contracciones antes de las 37 semanas.
  - d) Todas
7. **¿Cómo debe hacer su higiene personal?**

- a) bañarme en tina
  - b) bañarme en la ducha
  - c) cepillarme los dientes todos los días
  - d) b y c
- 8. ¿Cuántos Controles prenatales debe tener como mínimo al término de la Gestación?**
- a) 6 controles.
  - b) 5 controles.
  - c) 4 controles.
  - d) 3controles.
- 9. ¿Qué debe comer en su gestación?**
- a) hígado, leche, verduras.
  - b) Gaseosa.
  - c) Papas fritas.
  - d) Tortas.
- 10. ¿Qué debe contener su maletín de parto?**
- a) DNI, SIS, Tarjeta de control, pañales, Ropa del RN
  - b) Ropa de la mama, termos, biberón y dinero.
  - c) colchita y útiles de aseo del RN
  - d) a y c

### **III. CONOCIMIENTOS SOBRE EL PARTO**

- 11. ¿Qué es el tampón mucoso?**
- a) Es un moco que se expulsa por la nariz
  - b) tapa el útero para proteger al feto.
  - b) Es un moco expulsado por la vagina con rasgos de sangre
  - d) es la presencia de dolores en parto.
- 12. ¿Qué es una contracción uterina?**
- a) Dureza del músculo uterino.
  - b) Dolor.
  - c) Cólicos.
  - d) Calambres.
- 13. ¿Qué es el borramiento y dilatación del cuello uterino?**
- a) Es el adelgazamiento y Apertura del cuello uterino.
  - b) fuerza producida por las contracciones.
  - c) Son Contracciones abdominal.
- 14. ¿Cuáles son signo de alarma durante el parto?**
- a) El cordón, una mano o el pie sale antes que la cabeza del niño.
  - b) cuando hay presencia de excesivo sangrado vaginal.
  - c) cuando el trabajo de parto es prolongado.
  - d) todos
- 15. ¿Cómo se llama el tipo de respiración que debe hacer en el periodo expulsivo?**
- a) Respiración contenida.
  - b) Respiración jadeante.
  - c) Respiración rápida.
  - d) Respiración lenta.

### **IV. CONOCIMIENTOS SOBRE EL PUERPERIO.**

- 16. ¿Qué es el puerperio?**
- a) etapa que atraviesa una mujer después del parto.

- b) etapa antes del parto
- c) regresión al estado previo al embarazo
- d) a y c

**17. ¿cuáles son los signos de alarma durante el puerperio?**

- a) secreción maloliente, Fiebre, escalofríos.
- b) sagrado abundante
- c) Hinchazón y dolor de mamas
- d) todas

**18. ¿Cuáles son los signos de alarma del Recién Nacido?**

- a) Piel azulada o Piel amarilla
- b) Vómitos frecuentes.
- c) Fiebre y Llanto frecuente
- d) todas

**19. ¿que utilizara para la higiene del cordón umbilical en el recién nacido?**

- a) Alcohol Yodado
- b) Aseptil Rojo
- c) Alcohol al 70 %

**20. ¿Hasta cuantos meses de vida se dará de lactar exclusivamente?**

- a) 1 año
- b) 2 años
- c) 6 meses

## LISTA DE CHEQUEO

- 1) Realiza la posición ideal para la relajación
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 2) Realiza un ejercicio para la relajación durante el trabajo de parto
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 3) Realiza un ejercicio de respiración profunda
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 4) Realiza un ejercicio de respiración jadeante
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 5) Realiza un ejercicio de respiración superficial
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 6) Realiza un ejercicio parada
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 7) Realiza un ejercicio pelota
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 8) Realiza un ejercicio en echada
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 9) Realiza la Postura en el trabajo de parto
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 10) Realiza la postura de amantamiento correcto
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 11) Realiza la limpieza del cordón umbilical
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza
- 12) Realiza el Baño del Recién Nacido
  - a) Lo realiza
  - b) No lo realiza



## ANEXO N° 2

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### **“NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DE LA PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA EN GESTANTES EN EL H.R.D.M.I EL CARMEN HUANCAYO 2017”**

**DESCRIPCIÓN:** Usted ha sido invitada a participar en una investigación sobre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis. Esta investigación es realizada por los bachilleres EUSEBIO VENTOCILLA ADA VIRGINIA y MEZA MEDRANO ANGELA NATALY de la Universidad Peruana Los Andes.

El propósito de esta investigación es determinar el nivel de conocimiento y la practicas de Psicoprofilaxis por parte de las gestantes, ya sean conocimientos sobre el embarazo, parto y puerperio, Usted fue seleccionada para participar en esta investigación, ya que se aplicaran una serie de preguntas que deberá contestar de manera clara, precisa y veraz. Se espera que en este estudio participen todas las gestantes voluntarias.

Si acepta participar en esta investigación, se le solicitará su colaboración para el llenado de un cuestionario y dar su permiso para usar datos de forma anónima, el cuestionario consta de dos partes: la primera parte que consta de preguntas donde se recabarán los datos generales y la segunda parte de 20 preguntas y la lista de chequeo que consta de 12 ítems

**RIESGOS Y BENEFICIOS:** No hay riesgos asociados a este estudio y no afectará la integridad física de la persona, se da la seguridad que los datos obtenidos serán usados solo con fines a la investigación.

**CONFIDENCIALIDAD:** Se guardará absoluta confidencialidad de los datos de los participantes y en la publicación se mantendrá el anonimato de los participantes incluidos.

**DERECHOS:** Si ha leído este documento y ha decidido participar, por favor entienda que su participación es completamente voluntaria y que usted tiene derecho a abstenerse de participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalidad.

Después de haber leído detalladamente firme este documento lo significa que ha decidido participar en la encuesta

Nombres y Apellidos \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ÍNDICE	ESCALA	METODOLOGÍA
<p><b>PROBLEMA GENERAL:</b> ¿Existe relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo del 2017?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Cuál es el nivel de conocimiento de la Psicoprofilaxis obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno</li> </ul>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b> Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo Julio - Octubre 2017.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• identificar el nivel de conocimiento de la Psicoprofilaxis obstétrica en Gestantes Del Hospital Regional Docente Materno Infantil</li> </ul>	<p><b>HIPÓTESIS GENERAL</b></p> <p>El nivel de conocimiento se relaciona directamente con la práctica en la Psicoprofilaxis obstétrica en las gestantes del Hospital docente materno infantil el Carmen Huancayo 2017</p>	NIVEL DE CONOCIMIENTO	Grado de Información adquirida y almacenada mediante la experiencia o el aprendizaje <sup>13</sup>	<p><b>Conocimiento o de la gestación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos sobre Psicoprofilaxis</li> <li>• Conocimientos sobre el sistema reproductor</li> <li>• Conocimiento sobre la Fecundación</li> <li>• Conocimiento sobre el desarrollo fetal</li> <li>• Conocimiento de los Cambios físicos durante el embarazo</li> <li>• Conocimientos de los Signos de alarma</li> <li>• Conocimiento sobre la higiene personal</li> <li>• Conocimientos sobre la atención prenatal</li> <li>• Conocimiento sobre nutrición alimentación</li> <li>• Conocimiento sobre el contenido del maletín de parto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la utilidad de al Psicoprofilaxis Obstétrica?</li> <li>• ¿Cuáles son los órganos que conforman los genitales internos femeninos?</li> <li>• ¿Dónde se da la fecundación?</li> <li>• ¿En qué trimestre se desarrollan los órganos del feto?</li> <li>• ¿Qué cambios ocurre en las mamas?</li> <li>• ¿Cuáles son los signos de alarma en su gestación?</li> <li>• ¿Cómo debe hacer su higiene personal?</li> <li>• ¿Cuántos Controles prenatales debe tener como mínimo al término de la Gestación?</li> <li>• ¿Qué debe comer en su gestación?</li> <li>• ¿Qué debe contener su maletín de parto?</li> </ul>	Muy bueno(20-18) Bueno(17-14) regular (13-11) malo(10-0)	Nominal	<p><b>Método:</b> científico</p> <p><b>Tipo:</b> Descriptivo</p> <p>Prospectivo transversal</p> <p><b>Nivel:</b> relacional</p> <p><b>Diseño:</b> no experimental</p> <p>Transversal correlacional</p>
					Conocimiento del parto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento del tapón mucoso</li> <li>• Conocimiento sobre contracción la uterina</li> <li>• Conocimiento sobre la dilatación del cuello uterino</li> <li>• Conocimiento sobre los signos de alarma durante el parto</li> <li>• Conocimientos sobre tipo de respiración durante el parto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es el tampón mucoso?</li> <li>• ¿Qué es una contracción uterina?</li> <li>• ¿Qué es el borramiento y dilatación del cuello uterino?</li> <li>• ¿Cuáles son signo de alarma durante el parto?</li> <li>• ¿Cómo se llama respiración que debe hacer en el tipo de periodo expulsivo?</li> </ul>			
					Conocimiento del puerperio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos sobre el puerperio</li> <li>• Conocimientos sobre de los signos de alarma en el puerperio</li> <li>• Conocimientos de los signos de alarma en el recién nacido</li> <li>• Cuidados sobre el cuidado del recién nacido</li> <li>• Conocimiento sobre la lactancia materna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es el puerperio?</li> <li>• ¿Cuáles son los signos de alarma durante el puerperio?</li> <li>• ¿Cuáles son los signos de alarma del Recién Nacido?</li> <li>• ¿Que utilizara para la higiene del cordón umbilical en el recién nacido?</li> <li>• ¿Hasta cuantos meses de vida se dará de lactar exclusivamente?</li> </ul>			

<p>Infantil El Carmen Huancayo julio - octubre 2017.</p> <p>•Cuál es la práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo julio - octubre 2017.</p>	<p>El Carmen Huancayo julio - octubre 2017</p> <p>•determinar la práctica de la Psicoprofilaxis obstétrica en gestantes del Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo julio - octubre 2017.</p>		PRACTICA	<p>La práctica es la acción que se desarrolla con la aplicación de ciertos conocimientos <sup>20</sup></p>	<p>Ejercicio de relajación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los ejercicios para la relajación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza la posición ideal para la relajación</li> <li>• Realiza un ejercicio para la relajación durante el trabajo de parto</li> </ul>	<p>Adecuada</p> <p>Inadecuada</p>	Nominal	
					<p>Ejercicios de respiración</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica la respiración Profunda</li> <li>• Aplica la respiración Jadeante</li> <li>• Aplica la respiración Superficial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza un ejercicio de respiración profunda</li> <li>• Realiza un ejercicio de respiración jadeante</li> <li>• Realiza un ejercicio de respiración superficial</li> </ul>			
					<p>Ejercicios de fortalecimiento de la pelvis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los ejercicios parada</li> <li>• Aplicas los ejercicios en la pelota</li> <li>• Aplica los ejercicios echada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza un ejercicio parada</li> <li>• Realiza un ejercicio pelota</li> <li>• Realiza un ejercicio en echada</li> </ul>			
					<p>Posturas para el parto</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica las posturas para el parto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza la Postura para el trabajo de parto</li> </ul>			
					<p>Posturas de amantamiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica las posturas de amantamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza la postura de amantamiento correcto</li> </ul>			
					<p>Cuidado del recién nacido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los cuidados del recién nacido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza la limpieza del cordón umbilical</li> <li>• Realiza el Baño del Recién Nacido</li> </ul>			

**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

- 1.1. Título de la investigación:** Nivel de Conocimiento Y Práctica de La Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2017
- 1.2. Institución:** Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen
- 1.3. Apellidos y nombres del informante:** Eusebio Ventocilla Ada Virginia- Meza Medrano Angela Nataly
- 1.4. Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** encuesta y lista de chequeo para ejecución de tesis

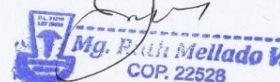
CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESCALA DE VALORACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA		
	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1) Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
1.El instrumento tiene estructura lógica	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1) Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
2.La secuencia de la presentación de los temas es óptima.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
3.Las formas de presentación de los ítems son comprensibles.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
4.El instrumento recoge información sobre el problema de investigación.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
5.Los ítems del instrumento de orientación hacia los objetivos de la investigación .	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
6.El instrumento identifica las variables del estudio.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
7.La organización de los ítems, está en función a la operacionalización de las variables dimensiones subvariables ,indicadores .	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
Puntaje parcial			

**De 0 a 7 puntos:** el instrumento debe ser reformulado sustancialmente.

**De 8 a 11 puntos:** el instrumento no logra validez será conveniente, se haga un análisis detallado de aquellos criterios de evaluación ponderados como logra medianamente, o no logra.

**De 12 a 14 puntos:** el instrumento alcanza la validez por lo que puede ser considerado como aprobado.

Nombre y firma del experto. Mg. Mellado Vicente Ruth Eliana

  
Mg. Ruth Mellado V.  
COP. 22528

Puntaje total

14



## INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

- 1.1. **Título de la investigación:** Nivel de Conocimiento Y Práctica de La Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2017
- 1.2. **Institución:** Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen
- 1.3. **Apellidos y nombres del informante:** Eusebio Ventocilla Ada Virginia- Meza Medrano Angela Nataly
- 1.4. **Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** encuesta y lista de chequeo para ejecución de tesis

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESCALA DE VALORACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA		
1.El instrumento tiene estructura lógica	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1) Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
2.La secuencia de la presentación de los temas es óptima.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
3.Las formas de presentación de los ítems son comprensibles.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
4.El instrumento recoge información sobre el problema de investigación.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
5.Los ítems del instrumento de orientación hacia los objetivos de la investigación .	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
6.El instrumento identifica las variables del estudio.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
7.La organización de los ítems, está en función a la operacionalización de las variables dimensiones subvariables ,indicadores .	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
Puntaje parcial			

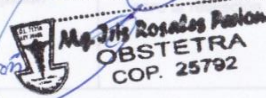
**De 0 a 7 puntos:** el instrumento debe ser reformulado sustancialmente.

**De 8 a 11 puntos:** el instrumento no logra validez será conveniente, se haga un análisis detallado de aquellos criterios de evaluación ponderados como logra medianamente, o no logra.

**De 12 a 14 puntos:** el instrumento alcanza la validez por lo que puede ser considerado como aprobado.

Nombre y firma del experto ..... *Inis Rosales Paniza* .....

*Magister en Educación Superior e Investigación*



Puntaje total	<i>14</i>
---------------	-----------



## INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

- 1.1. **Título de la investigación:** Nivel de Conocimiento Y Práctica de La Psicoprofilaxis Obstétrica en Gestantes en el Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen Huancayo 2017
- 1.2. **Institución:** Hospital Regional Docente Materno Infantil El Carmen
- 1.3. **Apellidos y nombres del informante:** Eusebio Ventocilla Ada Virginia- Meza Medrano Angela Nataly
- 1.4. **Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** encuesta y lista de chequeo para ejecución de tesis

CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESCALA DE VALORACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA		
	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1) Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
1.El instrumento tiene estructura lógica	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1) Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
2.La secuencia de la presentación de los temas es óptima.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
3.Las formas de presentación de los ítems son comprensibles.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
4.El instrumento recoge información sobre el problema de investigación.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
5.Los ítems del instrumento de orientación hacia los objetivos de la investigación .	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
6.El instrumento identifica las variables del estudio.	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
7.La organización de los ítems, está en función a la operacionalización de las variables dimensiones subvariables ,indicadores .	SI LOGRA (2) puntos.	LOGRA MEDIANAMENTE (1)Puntos	NO LOGRA (0)Puntos
Puntaje parcial			

**De 0 a 7 puntos:** el instrumento debe ser reformulado sustancialmente.

**De 8 a 11 puntos:** el instrumento no logra validez será conveniente, se haga un análisis detallado de aquellos criterios de evaluación ponderados como logra medianamente, o no logra.

**De 12 a 14 puntos:** el instrumento alcanza la validez por lo que puede ser considerado como aprobado.

Nombre y firma del experto. Magister Karen Yuneth Muñoz Martínez

Puntaje total 14

ANEXO N° 4



**PROVEIDO N° 083-2017-GRJ-DRSJ-HRDMIEC-OADI.**

AL : Bach. Ada Eusebio v. – Angela Meza M.  
DE : Jefe Oficina de Apoyo a la Docencia e Investigación  
ASUNTO : Autorización Desarrollo proyecto tesis  
FECHA : Huancayo 25 de Setiembre del 2017

Visto el Informe N° 617-2017-GRJ-DRSJ-HRDMIEC-SOBST, presentado por la jefatura del Servicio de Obstetras opina favorablemente el desarrollo del proyecto de tesis titulado NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA DE LA PSICOPROFILAXIS OBSTETRICA EN GESTANTES EN EL H.R.D.M.I. EL CARMEN HUANCAYO 2017, presentado por las Bach. Ada Virginia EUSEBIO VENTOCILLA y Angela Nataly MEZA MEDRANO, de la Universidad Peruana LOS ANDES, especialidad Obstetricia, se autoriza desarrollar dicho proyecto; para lo cual realizaran encuestas a las gestantes del servicio de psicoprofilaxis a partir del 02 al 31 de Octubre del presente año, en el horario de 9.30am. a 10.00am. de lunes a viernes.

Atentamente,

HOSPITAL REGIONAL DOCENTE  
MATERNO INFANTIL "EL CARMEN"

Jc. Adm. CAROLINA HUATUCO LAURA  
Jefe (E) Oficina Apoyo Docencia e  
Investigación

CHL/chl.  
C.c. Archivo.

DOC.	02296534
EXP.	01572028

---





Montevideo.[En línea] 2000.[

editorial organizada









