

Fisiología del puerperio



Cambios digestivos

En la 1.ª semana persiste discreta **atonía intestinal**. Esto, sumado a las molestias perineales secundarias a la sutura de la episiotomía o el desgarro, si hubiera, provoca **frecuentemente estreñimiento**.



Loquios

Fluido normal expulsado por el útero durante su involución y la curación del lecho placentario. No tienen mal olor y varían en cantidad y aspecto a lo largo del puerperio.

La pérdida de loquios dura de 4 a 6 sems.



ROJA

Los primeros 3-4 días contienen una mezcla de sangre fresca y decidua necrótica.

SEROSA

Menos sangre, más marrón.

ALBA

Hacia el 10.º día, el líquido se aclara y se transforma a color blanco amarillento.

Cambios hematológicos

Los valores de **hematocrito y hemoglobina** ↓ por la pérdida sanguínea del parto, y se **normaliza en 6-9 semanas**.

En la **serie blanca**, hay **leucocitosis** en la 1.ª semana posparto con ↑ de los granulocitos.

Las **plaquetas** también ↑ significativamente en la 1.ª semana después del parto.

El **fibrinógeno y el factor VIII** ↑ a partir del 2.º día y se mantienen elevados durante la 1.ª semana posparto. Es un periodo de **hipercoagulabilidad**, con **riesgo de trombo**, sobre todo si existen factores de riesgo.



Mamas

Después del parto, con la salida de la placenta, se produce un **descenso brusco de los esteroides y del lactógeno placentarios**. Esto elimina la inhibición de la acción de la prolactina y se desencadena la subida de leche.



Si la mujer no lacta

los niveles de **estrógenos** aumentarán después de la 3.ª semana, y aparecerá la 1.ª menstruación entre la 6.ª y la 8.ª semana. ↑ **FSH y LH**

Cambios endocrinos

Los niveles de **gonadotropinas** permanecen **bajas las 2 primeras semanas** en todas las púerperas.

Si la mujer lacta

permanece **hipoestrogénica**, en general, hasta el final de la lactancia. Los niveles de progesterona tienen también un descenso rápido después del parto, que se mantiene hasta el inicio de los ciclos ovulatorios. **"Gonadotropinas bajas"**

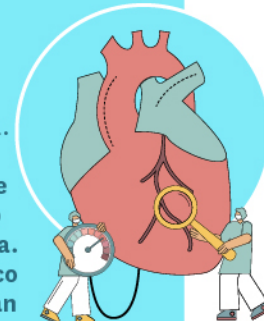


Cambios cardiovasculares

El gasto cardíaco aumenta un **13 % tras el alumbramiento**. Hay un **aumento transitorio del volumen circulante** por el fin de la circulación placentaria y mayor retorno venoso; se mantiene por **1 semana**.

Las **primeras 2 semanas del puerperio** son de alto riesgo de insuficiencia cardíaca, especialmente en mujeres con cardiopatía o poca reserva cardíaca.

Luego, el **gasto cardíaco** **desciende progresivamente**, llegando a un **40 % de reducción hacia la 6.ª semana**. Los valores previos de **gasto cardíaco y frecuencia cardíaca** se normalizan a las **2 semanas del parto**.



BIBLIOGRAFÍA

- Guía de práctica clínica sobre lactancia materna: https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC_560_Lactancia_Osteba_compl.pdf
- Guía rápida para llegar a ser un hospital IHAN: https://www.ihan.es/docs/documentacion-acreditacion/hospitales/Guia_rapida_Hosp-IHAN.pdf
- Programa formativo de la especialidad de Enfermería Obstétrica Ginecológica (Matrona): http://comatronas.es/contenidos/2017/11/Programa_formativo_matrona_V03.pdf