Día Mundial de la **Acción por la Salud** de las **Mujeres**

28 de mayo

GOBIERNO DEL ESTADO DE PUEBLA | Secretaría de Salud

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

Índice

I. Introducción

II. Día internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

III. Datos epidemiológicos

IV. Acciones en Puebla para disminuir la mortalidad materna y mejorar la salud de las mujeres

V. Embarazo saludable

VI. Promoción a la Salud

VII. ¿Cómo conmemorar el Día internacional de Acción por la Salud de las Mujeres?

I. Introducción

1987, durante una reunión de la Red Global de Mujeres por los Derechos Reproductivos en Costa Rica, se declaró al día 28 de mayo como el "Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres".

Este día se hace énfasis particularmente en aquellos padecimientos y condiciones de salud que enfrentan las mujeres y que son resultado de las características biológicas y las condiciones sociales en las que viven por el hecho de ser mujeres

Los llamados se enfocan principalmente a **disminuir la mortalidad materna e impulsar los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres**, particularmente en la etapa del embarazo y la atención del parto.

(UNAM, Boletín División de Investigación, No. 5, 2011) (Women´s Global Network for Reproductive Rights).

I. Introducción

1. Se celebran los **avances y éxitos** en la salud de las mujeres a nivel local y mundial.

2. Es un recordatorio a todos los actores nacionales e internacionales del área de la salud (autoridades de gobierno, agencias internacionales y organizaciones de la sociedad civil) sobre su **compromiso con la salud de las mujeres.**

3. Hacer **conciencia y abogar** por los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres.

(UNAM, Boletín División de Investigación, No. 5, 2011) (Women´s Global Network for Reproductive Rights).

II.- Día internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

Desde entonces, se conmemora el *Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres* con el propósito de **reafirmar el derecho a la salud como un derecho humano de las mujeres al que deben acceder sin restricciones o exclusiones de ningún tipo y a través de todo su ciclo de vida.**

En Puebla apoyamos la acción por la salud de todas las mujeres, incentivando a que se desarrollen iniciativas que difundan el conocimiento y los derechos fundamentales de las personas a acceder a los métodos necesarios para sostener una vida digna y saludable, para logar así un desarrollo pleno.

Consolidando así el ejercicio de la sexualidad como un **derecho universal**, es imprescindible que todas las instituciones públicas, así como toda la sociedad perseveren en el progreso y en el acceso **a la salud sexual y reproductiva de las mujeres.**

III.- Datos epidemiológicos

Existe un consenso mundial sobre la necesidad de poner fin a las muertes maternas prevenibles. La eliminación de las muertes maternas prevenibles es una piedra angular del ***Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo (CIPD)*** y es un indicador importante tanto del Objetivo de Desarrollo Sostenible 3.7 como del Objetivo 5.7.

Con el apoyo de este consenso mundial, se ha avanzado en la reducción de las muertes maternas prevenibles. **Entre 2000 y 2020, la Razón de Mortalidad Materna, redujo en u 34% aproximadamente en escala mundial.**

Cada muerte materna es una tragedia humana para la mujer y su familia. Alrededor de un millón de niños se quedan sin madre cada año.

Estos niños tienen más probabilidades de morir dentro de los dos años posteriores a la muerte de sus madres que los niños con ambos padres viviendo. **Y por cada mujer que muere, 20 o 30 sufren lesiones, infecciones o discapacidades.**

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

En teoría, todas las principales causas de muerte materna se pueden tratar con intervenciones clínicas oportunas respaldadas por una atención de calidad.

En la práctica, sin embargo, incluso si una mujer logra acceder a control prenatal y dar a luz en un centro de salud calificado para la atención del parto, la mala calidad de la atención puede poner en peligro la vida.

Las enfermedades no transmisibles también juegan un papel importante y creciente y pueden contribuir a la causa subyacente de las muertes que ocurren durante el embarazo, el parto y el puerperio.

En América Latina y el Caribe, la gran mayoría de las muertes maternas de la región se deben a causas evitables: **la hemorragia, la hipertensión inducida por el embarazo,** las complicaciones relacionadas con **el aborto en condiciones de riesgo y la sepsis**, así como causas indirectas tales como las infecciones respiratorias agudas graves.

Declaración conjunta a favor de la reducción de la morbilidad y la mortalidad materna Washington, D. C., 8 de marzo de 2023

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

Durante el 2020:

Los altos niveles actuales de muerte y discapacidad maternas también son perjudiciales para el desarrollo social y el bienestar económico de las comunidades y los países.

Datos y cifras, 22 de febrero 2023, OMS.

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

En México, *las principales causas de mortalidad materna en el 2023 fueron:* **hemorragia obstétrica, enfermedad hipertensiva, edema y proteinuria en el embarazo, el parto y el puerperio; aborto.**

A su vez, en Puebla, *las principales causas de mortalidad materna del 2023 fueron:* **hemorragia del embarazo, parto y puerperio, trastornos hipertensivos del embarazo y causas obstétricas indirectas.**

Debido de lo anterior, en el estado se han llevado a cabo diversas acciones con el objetivo de disminuir el número de muertes maternas y mejorar la salud de las mujeres poblanas.

IV.- Acciones en Puebla para disminuir la mortalidad materna y mejorar la salud de las mujeres

ESTRATEGIA REMMA PARA DISMINUIR LA MORTALIDAD MATERNA

Consiste en múltiples acciones enfocadas a las diferentes etapas de la vida reproductiva de la mujer.

Las acciones **ANTES DEL EMBARAZO** buscan evitar el embarazo no planeado, el embarazo en adolescentes, los embarazos con periodos intergenésicos muy cortos y embarazos en mujeres con enfermedades de alto riesgo. También pretenden que las personas tomen una decisión libre e informada sobre el número de hijos y el espacio entre cada uno de ellos.

- **Módulos Amigables:** Dirigidos a los jóvenes. Por medio de la participación de los jóvenes, otorgan orientación e información, con el objetivo de reducir el embarazo en adolescentes.
- **Módulos itinerantes:** Dirigidos a la población en general. Son atendidos por enfermeras o promotoras de salud, otorgan información y métodos de planificación familiar gratuitos.
- **Escuelas:** Por medio del área de Promoción a la Salud, se capacita a escuelas y se les certifica en temas de salud sexual y reproductiva.
- **Planificación Familiar:** En Centros de Salud y hospitales, se brinda información y métodos de planificación familiar.
- **Jornadas de Salud**: Se otorga información y orientación sobre el uso de los métodos de planificación familiar y además se otorgan de manera gratuita.

Las intervenciones **DURANTE EL EMBARAZO** pretenden otorgar a las mujeres una atención de calidad durante su embarazo, enfocada a la identificación de riesgos, al tratamiento y la referencia oportunos cuando se identifica alguna anomalía.

- **Censo de embarazadas:** Identificar a las embarazadas de la localidad y registrarlas en el Formato Único de Censo Materno, para llevar a cabo el seguimiento y la detección de riesgos en el embarazo.

- **Madrinas y Padrinos Obstétricos:** Acompañamiento informado y comprometido con la embarazada.

- **Transporte AME:** En lugares alejados y de difícil acceso, se llevan a cabo cartas compromiso con las presidencias municipales, para garantizar el traslado oportuno al hospital.

- **Talleres a embarazadas:** Se capacita acerca del Plan de Seguridad, para prevención de riesgos.

- **Atención prenatal con enfoque de riesgo:** En todos los Centros de Salud se ofrece atención gratuita para la atención del embarazo.

- **Sistema de referencia y contrarreferencia:** Para valoración oportuna por especialista en caso necesario.
- **Posadas AME:** Facilitar la cercanía de la embarazada de alto riesgo y con trabajo de parto al hospital de atención obstétrica.
- **Asesoría sobre lactancia materna:** Fomentar la lactancia materna exclusiva desde el nacimiento hasta los 6 meses y lactancia complementaria hasta los 2 años.
- **Atención amigable durante el trabajo de parto**: Evitar prácticas médicas innecesarias.
- **Atención gratuita:** Asegurar que se otorgue la atención médica a la embarazada, sin que incurra en gastos de bolsillo.
- **Traslado seguro:** Por parte de SUMA, traslado oportuno y seguro a mujeres en trabajo de parto o con alguna complicación durante éste. Para esto se garantiza el equipamiento adecuado de las ambulancias terrestres y aéreas con tecnología de vanguardia.
- **Regulación de pacientes**: Asegurar la aceptación y recepción de embarazadas a nivel hospitalario, sin importar derechohabiencia.

- **Infraestructura personal:** Construcción de hospitales resolutivos y construcción de posadas AME. Se complementan plantillas de personal.

- **Triage obstétrico:** Clasificación de pacientes con enfoque de riesgo en los hospitales de los SSEP.

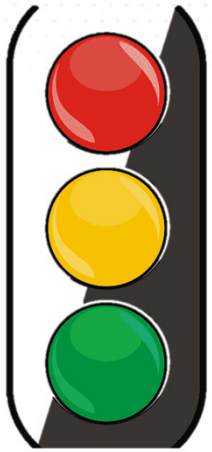
- **Cero Rechazo:** Aceptación de todas las instituciones a las embarazadas, sin importar su derechohabiencia o seguridad social.

- **Cero tolerancia:** Garantizar la atención oportuna y con calidad.

- **Respuesta inmediata administrativa:** Asegurar que los trámites administrativos no sean una barrera para la atención de la embarazada.

- **Línea Materna:** Otorga orientación e información sobre los derechos de las embarazadas y da seguimiento y solución a quejas de las mujeres (800 6283762).

- **Planificación familiar después del evento obstétrico:** Orientación y consejería a la mujer para la adopción de un método anticonceptivo después del parto.



Respecto a las acciones **DESPUÉS DEL PARTO**, se enfocan a vigilar la evolución de las mujeres una vez que han dado a luz, esto con un enfoque de riesgo y dirigido a la referencia y detección oportuna de complicaciones en el posparto.

- **Consulta puerperal**: Cita programada después del parto, dos consultas: la inicial dentro de los primeros 15 y 42 días posteriores, para vigilar evolución, reforzar acciones preventivas e intervenciones al recién nacido (lactancia, tamiz neonatal, vacunación, estimulación temprana, etc.)

- **Visitas domiciliarias:** Seguimiento a pacientes puérperas que falten a sus citas.

- **Planificación familiar:** Reforzar el uso de algún método de planificación familiar, en caso de no haberlo adoptado antes y seguimiento a quienes sí lo adoptaron.

Programa de Prevención y Atención a la Violencia

A las mujeres que están involucradas en *situación de violencia familiar o sexual* se les refiere a los servicios de atención médica en los hospitales, donde se les realiza una valoración clínica y estudios de laboratorio, y de ser necesario se inicia tratamiento con antirretrovirales.

Posteriormente se les refiere al área de Psicología, de acuerdo a su derechohabiencia, para que reciban atención psicológica para una mejor y pronta reinserción a la sociedad. Se debe notificar a Fiscalía del Estado, quienes le proporcionarán custodia, asesoría legal y/o resguardo en los refugios existentes, de acuerdo al tipo de daño, el nivel de riesgo estimado y la capacidad resolutiva.

Los SSEP también imparte talleres de consejería que facilitan el proceso de comunicación y análisis para que la mujer tome decisiones voluntarias, conscientes e informadas para la prevención y atención de la violencia familiar o sexual.

Igualdad de Género en Salud

El análisis de género en salud —es decir, la atención a la interacción de los factores biológicos y socioculturales— tiene que ir siempre acompañado de la búsqueda de la equidad de género, para garantizar la igualdad entre mujeres y hombres en relación con su estado de salud, eliminando así barreras que son injustas, innecesarias y evitables.

En este sentido la Secretaría de Salud a través del Programa de Igualdad de Género en Salud (PIGS), ha dirigido estrategias de acción orientadas hacia grupos de atención prioritaria, con el fin de alcanzar un estado más justo, incluyente, equitativo y garantizar el derecho a la salud de toda la comunidad Poblana, a través de las unidades de salud que tengan el distintivo de Unidad de Salud que Atiende con Mecanismos Incluyentes (USAMI). Estas acciones están apegadas al Eje transversal 1 del Plan Nacional de Desarrollo, 2019-2024, en el cual se priorizó la igualdad de género, no discriminación e inclusión y pertinencia cultural.

(Modelo De Atención a la Salud con Mecanismos Incluyentes, 2023) (CNEGSR).

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

V.- Embarazo saludable

3 SENCILLOS PASOS PARA UN EMBARAZO SALUDABLE

1.- Elabora tu Plan de Seguridad + **2.- Acude a tus consultas prenatales** + **3.- Atiende a las indicaciones del personal de salud** = **Embarazo saludable**

1.- Elabora tu Plan de Seguridad

Elaborar una estrategia para la atención de tu parto siempre es importante, así como la prevención de diferentes complicaciones a las que puedes estar expuesta durante tu embarazo, parto o puerperio, esto te ayudará a saber cómo actuar en caso de emergencia.

2.- Acude a tus consultas prenatales

La consulta prenatal es un elemento que se fomenta en la práctica clínica y obstétrica moderna. **Se asiste a la mujer con un enfoque que anticipa riesgos y evita complicaciones, con medidas preventivas sencillas, pero efectivas.**

3.- Atiende a las indicaciones del personal de salud

El personal de salud está capacitado para identificar riesgos y complicaciones durante el embarazo, así como para realizar una referencia oportuna que puede ayudar a salvar tu vida.

B. Información general para un embarazo saludable

Iniciar la valoración tres meses antes de intentar el embarazo.

- *Lograr su peso ideal e ingerir ácido fólico tres meses antes de la concepción* para reducir riesgos de defectos del tubo neural.
- *Valoración odontológica integral*, evitando riesgos que desencadenen un parto prematuro.
- *Identificación de factores de riesgo para diabetes* mediante el tamiz antes de embarazarse y durante el ingreso al embarazo en el primer trimestre. Para identificar diabetes gestacional se deberá realizar otro tamizaje durante las semanas 24 a 28 de gestación.
- *Toma de citología cervicovaginal* para determinar riesgo preconcepcional.
- *Proporcionar tratamiento preventivo con hierro y ácido fólico*, de manera idónea, desde un trimestre anterior al embarazo, hasta el término del mismo.
- *Aplicación de la primera dosis de la vacuna antitetánica (Td), la segunda y última dosis a las cuatro u ocho semanas posteriores.* Si hay antecedente de ya contar con esta vacuna en embarazo anterior, se debe realizar un refuerzo en cada embarazo después de la semana 20 de gestación (Tdpa).
- *Toma de laboratorio durante el control prenatal* como son: biometría hemática completa, grupo sanguíneo y factor Rh. En paciente Rh negativo (Coombs indirecto), glucosa en ayuno y a la hora (poscarga de 50 g), creatinina, ácido úrico.

- En cada consulta prenatal se debe *realizar un examen general de orina con tira reactiva* e iniciar tratamiento antibacteriano en caso de infección de vías urinarias.

- *Realizar prueba rápida o de laboratorio ordinaria para detectar sífilis en la embarazada* y prevenir sífilis congénita, *así como tamizaje para VIH,* previa orientación y aceptación por la paciente; se ofertan ambas pruebas a todas las pacientes, la detección de sífilis debe ser universal en la embarazada en las primeras 12 semanas.

- *Determinar el riesgo obstétrico en cada consulta* para una referencia oportuna a segundo nivel.

- A toda mujer embarazada durante las consultas de primera vez y subsecuente, se deberá *informar sobre los beneficios de la lactancia materna.*

- Se deberá de *otorgar información sobre los beneficios de la planeación y espaciamiento del embarazo,* incluyendo la metodología de planificación familiar.

VI. Promoción a la Salud

La promoción de la salud es el **proceso mediante el cual se genera la participación de la población para asegurar un mayor control sobre su propia salud, otorgándole de manera oportuna la información y orientación necesarias, a fin de que tenga herramientas para mejorarla y/o mantenerla.**

En este contexto, existe el compromiso de entregar con oportunidad y calidad atención integrada a lo largo de la línea de vida, a través de un Paquete Garantizado de Servicios de Promoción y Prevención dirigido a las mujeres y las familias para atender las principales determinantes que condicionan la salud de la mujer.

Para ello se han realizado acciones para promocionar el uso correcto de la Cartilla Nacional de la Mujer, con mensajes que se difunden en las 10 jurisdicciones sanitarias, a través de medios visuales y digitales:

- Cada que acudas a tu unidad médica, asegúrate que te proporcionen todos los servicios indicados en tu cartilla. ¡Tu participación es importante! **#TuCartillaEsSalud**

- Cada vez que acudes a tu unidad de salud, tienes la oportunidad de recibir información valiosa para prevenir enfermedades en ti y en tus seres queridos. ¡No lo dejes pasar!
  #PrevenirEsSalud **#ConTuCartillaPuedes**

- La lactancia exclusiva se recomienda hasta los 6 meses de edad; a partir de ahí, se indican alimentos complementarios a la leche materna, la cual deberá seguir siendo el alimento principal hasta los 2 años de edad del bebé. **#ConTuCartillaPuedes**

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

Estilos de vida saludables en las mujeres

- Realiza todos los días, al menos **30 minutos de la actividad física que más disfrutes**.
- **Pon atención a tus emociones** y acude a un profesional si consideras que no puedes manejarlas.
- **Acude al médico regularmente.**
- **Evita el consumo de cigarro o alcohol.**
- **Consume todos los días verduras y frutas** de temporada y de la región.
- **Toma de 1.5 a 2 litros de agua simple al día.**

VII. ¿Cómo conmemorar el Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres?

- Crea *entornos saludables* en los que las mujeres puedan tomar elecciones que beneficien su salud (consumir más agua, mantenerse activas, evitar alcohol y cigarro, etc.)

- Ten un *lenguaje asertivo y libre de violencia y discriminación* hacia las mujeres por su apariencia, peso o preferencia sexual.

- *Promueve el movimiento* a través de caminatas, sesiones de baile, pausas por la salud, etc.

- *Realiza sesiones educativas* en diferentes entornos para informar sobre los beneficios de los estilos de vida saludables, la prevención de enfermedades y cómo tomar mejores decisiones para beneficio de su salud.

Secretaría
de Salud
Gobierno del Estado de Puebla

Directorio

Araceli Soria Córdoba
Secretario de Salud y Directora General
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Mireya Montesano Villamil
Subsecretario de Servicios de Salud Zona "B" de la Secretaría de Salud y
Coordinador de Servicios de Salud
de los Servicios de Salud del Estado Puebla

Claudia Salamanca Vázquez
Directora de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Sofía Morales Zurita
Subdirectora de Salud Pública
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Elaborado por:
Departamento de Salud Reproductiva
y
Departamento de Promoción de la Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla