



Resumen # 186

Autocuidado de embarazadas controladas en centros de salud. Salta capital.

<sup>1</sup>Borelli MF, <sup>1</sup>Mayorga M, <sup>1</sup>De la Vega SM, <sup>1</sup>Contreras NB, <sup>1</sup>Passamai MI

<sup>1</sup>Consejo de Investigación. I.I.E.N.Po. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de Salta.

**Área:**

Epidemiológica / Salud Pública

**Resumen:**

**Introducción:** Las acciones de autocuidado de mujeres en período gestacional implican capacidad de efectuar actividades tendientes a regular factores que afecten el funcionamiento y desarrollo de sí mismas y del producto de la gestación, y que sean compatibles con la vida, salud y bienestar de ambos.

**Objetivos:** Describir prácticas de autocuidado de gestantes asistidas en Centros de Salud de Salta Capital en 2012 y 2013.

**Material y Método:** Estudio descriptivo transversal, en el marco Proyecto CIUNSa 2135, efectuado a embarazadas que asistieron en un lapso de tres semanas a 5 Centros de Salud dependientes del Primer Nivel de Atención de Salta- Capital (zonas suroeste y Centro) durante 2012 y 2013. Muestra constituida por 187 gestantes controladas que aceptaron participar firmando consentimiento. A ellas se aplicó entrevista diseñada a los fines del proyecto, y revisando sus historias clínicas. Variables estudiadas: trimestre de gestación, edad (<20 años, 20-34, >34 años), estado nutricional según Calvo y cols. (embarazadas adultas) e IMC/edad OMS (adolescentes), prácticas de autocuidado: embarazo planificado, control prenatal precoz (inicio antes semana 13), consumo de alcohol, drogas, tabaquismo, cuidado del cuerpo y aseo, actividad laboral y realización de actividad física recreativa, lugar de consulta ante problemas de salud. Análisis univariado utilizando programa SPSS v.15.

**Resultados:** 13,4% cursaban primer trimestre de gestación, siendo adolescentes un 21%. Estado nutricional: 9,7% en déficit y 31% con sobrepeso/obesidad. Planificaron embarazo el 43%, controlándose precozmente un 65%. En el presente embarazo no consumieron alcohol (95%), no fumaron (97%), no se drogaron (99%). Un 90% mencionaron cuidar su cuerpo, su aseo y sus vestimentas. El 84% concurre a centros de salud asistenciales ante problemas de salud. El 68,8% fueron amas de casa, y un 56,7% refirió no practicar ningún tipo de actividad recreativa.

**Conclusiones:** Las embarazadas en su mayoría asisten en forma precoz a los controles de salud y presentan buen estado nutricional; cuidan su cuerpo, sin hábitos tóxicos, no planifican sus embarazos y realizan escasa actividad física recreativa.

**Palabras Clave:**

EMBARAZO, AUTOCUIDADO

Self care of pregnant controlled in health centers. Salta capital. Argentina.

<sup>1</sup>Borelli MF, <sup>1</sup>Mayorga M, <sup>1</sup>De la Vega SM, <sup>1</sup>Contreras NB, <sup>1</sup>Passamai MI

<sup>1</sup>Consejo de Investigación. I.I.E.N.Po. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de Salta.

**Abstract:**

**Introduction:** Self care actions of women in gestational period imply the ability to do activities that tend to regulate factors that affect the functioning and development of themselves and the gestation product and that are compatible with the life, health and welfare of both of them.

**Objectives:** To describe pregnant women self care practices assisted in Health Centres of Salta Capital city in 2012 and 2013.

**Material and Method:** Descriptive transversal study, in the context of CIUNSa Project 2135, carried out to pregnant women who attended to 5 First Level Attention Health Centres (southwest and centre areas – Salta Capital city) during three weeks in 2012 and 2013. Sample constituted by 187 controlled pregnant women that accepted to participate signing a consent form. An interview carried out according to the project objectives was performed to them and their case histories were revised. Studied Variables: gestational trimester, age (<20 years, 20-34, >34 years), nutritional condition according to Calvo et al. (adult pregnant women) and BMI / age WHO (teenagers), self care practices: planned pregnancy, early prenatal control (less than 13 weeks) alcohol and drug consumption, smoking, body care and tidiness, labour activity and the practice of leisure physical activity, consultation place when having health problems. Univariate analysis using the SPSS v.15 programme.

**Results:** 13.4% were in the first gestational trimester being teenagers 21%. Nutritional condition: 9.7% with deficiency and 31% with overweight/ obesity. 43% planned the pregnancy and 65% controlled early. During the current pregnancy 95% did not consume alcohol, 97% did not smoke, 99% did not use drugs. 90% mentioned that they take care their bodies, tidiness and clothes. 84% attend to aid health centres when having health problems. 68.8% were housewives and 56.7% mentioned to practice any kind of leisure activity.

**Conclusions:** Most pregnant women attend to early health controls and have a good nutritional condition, they take care their body, do not have toxic habits, do not plan their pregnancies and practice scarce leisure physical activity.

**Keywords:**

PREGNANCY, SELF-CARE