



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.



ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ENFERMERÍA

**“EFECTO DE UN PROGRAMA EDUCATIVO DE ESTIMULACIÓN PRENATAL EN
GESTANTES EN LA CULMINACIÓN DE LA ATENCIÓN DE PARTO”**

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PRESENTA:

DENISSE MORENO ESCUDERO

ASESORA DE TESIS:

LIC. CLAUDIA ALICIA VIGIL PÉREZ

Coatzacoalcos, Veracruz

AGOSTO 2019



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Dedicatoria

Esta tesis se la dedico a mi dios quien supo guiarme por el buen camino, darme fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin desfallecer en el intento.

A mi madre la Sra. Elva Escudero Reyna, a mi tía la Sra. Teresa de Jesus Sanchez Mendoza y mi tío el Sr. Francisco Hernández García por su apoyo, consejos, comprensión, amor, ayuda en los momentos difíciles y por ayudarme con los recursos necesarios para estudiar. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, mi perseverancia, mi coraje para conseguir mis objetivos.

Gracias por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que incluye este. Me formaron con reglas y con algunas libertades, pero al final de cuentas, me motivaron constantemente para alcanzar mis anhelos.

A mis hermanos con todo cariño:

Erick Hernández Sanchez

Antonia Escudero Reyna

A mis sobrinos para llegar algún día ser ejemplo de perseverancia y superación:

Iberica Hernández Cruz

Octavio Reyna Escudero

David Reyna Escudero

Agradecimientos

Gracias a mi madre Sra. Elva Escudero Reyna ejemplo de superación constante, cariño y apoyo a los cuales agradezco todos sus esfuerzos por ser la principal promotora de mis sueños, gracias por cada día confiar y creer en mí y en mis expectativas, gracias por estar dispuesta a acompañarme cada larga y agotadora noche de estudio, agotadoras noches en las que su compañía y la llegada de sus cafés eran para mí como agua en el desierto; gracias por siempre desear y anhelar siempre lo mejor para mi vida, gracias por cada consejo y cada una de sus palabras que me guiaron durante mi vida.

Gracias a dios por la vida de mi madre, también porque cada día bendice mi vida con la hermosa oportunidad de estar y disfrutar al lado de las personas que sé que me aman y a las que yo sé que más amo en mi vida, gracias a dios por permitirme amar a mi madre y gracias a ella por permitirme conocer de dios y de su infinito amor.

Gracias a la vida por este nuevo triunfo y gracias a mi asesora de tesis MCE. Claudia Alicia Vigil por su valiosa participación, con respeto a mi directora académica la Lic. Adela Martínez Perry por su apoyo incondicional, a mis maestros por compartirme su sabiduría.

Contenido

Caratula	1
Dedicatoria.....	2
Agradecimiento.....	3
Contenido	4
Resumen	5-6
I. Marco teórico	7-15
II. Justificación	16-17
III. Planteamiento del problema	18-19
III. Pregunta de investigación	19
IV. Objetivo.....	20
V. Hipótesis.....	21
VI. Material y métodos.....	22
V.1 Criterios de selección.....	23
VI.2 Variables de estudio.....	24-26
VI.3 Descripción general del estudio.....	27
Análisis estadístico.....	28
Consideraciones éticas.....	28
Procesamiento de datos y aspectos estadísticos.....	29-30
VI.5 Recursos, financiamiento y factibilidad.....	31-32
Cronograma de actividades.....	33
Bibliografía.....	34-35
Consentimiento informado.....	36
Instrumento de investigación	37-43
Carta descriptiva	44-54

“Efecto de un programa educativo de estimulación prenatal en gestantes en la culminación de la atención de parto”

1.-Claudia Alicia Vigil Pérez

2.- Moreno Escudero Denisse

1.- Subjefe de Educación e Investigación en Enfermería y Áreas Técnicas Adscrita al Hospital General de Zona N0.36 de Coatzacoalcos, Ver. Tel 9212147520 calle Román Marín Esquina Independencia col. Manuel Ávila Camacho cp.96420 Claudia.vigil@imss.gob.mx , Matrícula: 11597887

2.-Investigador, estudiante de enfermería adscrita a la universidad de sotavento A.C campus Coatzacoalcos, ver con clave de incorporación 8859/62 Calle mártires de chicago, col el Tesoro cp. 96536 denisse120996@gmail.com Matrícula: 415525921

Resumen estructurado:

Autores:

1.-Claudia Alicia Vigil Pérez

2.- Moreno Escudero Denisse

- **Antecedentes.** La estimulación prenatal es una ciencia que se ha fundamentado a través de los años con el objetivo de mejorar la interacción de la madre, del padre y del bebé en formación, optimizar el desarrollo de los sentidos que son la base para el aprendizaje así como promover la salud física y mental del niño por nacer. Existe evidencia que la duración del trabajo de parto en pacientes que participan en programas psicoprofilácticos favorece que la culminación de su parto se efectúe de forma eutócica.
- **Objetivo:** Medir el efecto de un programa de estimulación prenatal en gestantes en la culminación de la atención de parto.
- **Material y métodos:** Se realizará un estudio descriptivo con un diseño cuasi experimental en una unidad de medicina familiar ubicada en el puerto de Coatzacoalcos Veracruz, donde se ejecutará un programa educativo en pacientes gestantes que acepten participar en la estrategia firmando una carta de consentimiento informado y cumplan con el 80% de asistencia en las actividades, y requirieran adecuadamente el instrumento de evaluación que aplicara al inicio y al término de la estrategia para determinar el nivel de conocimientos, el cual consta de 60 ítems divididos en 5 dimensiones: motora, táctil, auditiva, gustativa-afectiva y visual, así como variables sociodemográficas. Se dará seguimiento posterior a la estrategia mediante medios electrónicos con la nota médica de egreso para determinar el tipo de culminación del parto.

Análisis estadístico: Para este estudio se utilizarán frecuencias absolutas y relativas para las variables cualitativas y medidas de tendencia central (media y mediana) para variables cuantitativas. El nivel de significancia aceptado será de ≤ 0.05 . La base de datos y análisis se realizarán en el programa SPSS en su versión 23 y Stat Calc.

- **Recursos e infraestructura:** Sala de usos múltiples que la institución nos proporciona, se ocuparan materiales didácticos diseñados para el desarrollo de la técnica de estimulación prenatal y se utilizara material de papelería.
- **Experiencia del grupo:** Se darán a conocer los resultados a través de una tesis recepcional y foro científico
- **Tiempo a desarrollarse:** Agosto 2019-julio 2020
- **Palabras claves:** Estimulación prenatal, programa educativo.

I.Marco teórico

Watson afirmaba que venimos al mundo como una página en blanco. Esta frase, en la actualidad no tiene validez alguna, porque muchas investigaciones sobre el desarrollo del feto en el vientre han determinado que está en capacidad de ver, escuchar, sentir, e incluso posee un nivel de conciencia rudimentario, esto implicaría que posiblemente algunos recuerdos sean rememorados e influyan en su vida futura. La estimulación en útero, también llamada estimulación prenatal o intrauterina, se refiere a las técnicas físicas y de relajación aplicadas por padres o cuidadores durante la gestación, con el objetivo de favorecer el desarrollo del sistema nervioso, la comunicación y los vínculos afectivos con la madre, el padre o ambos, en los mejores casos. De este modo, se observa al bebé como un ser con características propias y únicas, capaz de actuar y reaccionar en el vientre de su madre. También se ofrecen espacios de relajación física y mental para la madre, y se brinda apoyo emocional y de pareja para el disfrute del embarazo.¹

A través de varias investigaciones es como esta ciencia se ha fundamentado a través de los años, el primer científico del que se tiene registro que habla acerca de la receptividad prenatal a factores externos fue Aristóteles en el 350 AC, en el 400 AC, Platón afirmaba que la vibración es el principio cósmico primario y en el 450 AC, en la Cultura china se incluía la música como parte de la salud, reconociendo sus efectos emocionales y estimulantes en la maternidad. Con la fundación de la primera organización profesional en Viena, en 1971, la Psicología prenatal comienza como una disciplina científica. En 1989-1990 el Dr. Brent Logan diseñó un sistema de estimulación fetal denominado BabyPlus. En 2003, publica “Antes del nacimiento: Cada niño merece Superdotación”, Posteriormente y en honor a la labor del Dr. Logan, el 11 de noviembre de 2006, en Hong Kong se proclamó el Día Mundial de la estimulación Prenatal.²

En la actualidad existen escasos programas de educación para la salud en relación a la estimulación prenatal en unidades de primer nivel de atención, en el actual gobierno hay un Programa de Acción Específico Salud Materna y Perinatal que va desde el 2013-2018.

El Programa plantea la necesidad de mejorar la calidad de los servicios de salud, su efectividad, el seguimiento y la rendición de cuentas y lograr que se disminuyan los rezagos en salud que afecta a la población. Pero no aterriza un programa de estimulación intrauterina.³

Fisiológicamente está documentado que la Estimulación Prenatal (EP) ofrece resultados a corto y largo plazo en el caso de Australia el pionero en esta rama fue el psiquiatra Graham Farent Primal el cual revivía las vidas intrauterinas de sus pacientes y de esta manera comprobó que el feto es consciente y puede dar explicaciones a lo que vive. Para los años 80 el profesor Rene Van De Carr (Obstetra californiano), creó unos programas de estimulación prenatal para sus propios pacientes, unos ejercicios de comunicación para que se comunicasen con el feto, otro programa desarrollado en Tailandia realizado por un joven obstetra Chairat Panthuraamphorn en un Hospital de Bangkok empieza a la 12ª semana de gestación. El programa sugería un ritual, con baños y masaje abdominal, ejercicios de respiración, relajación, existe otro programa de Estimulación Intrauterina llevado a cabo en Venezuela, en Caracas por la psicóloga Beatriz Manrique este programa está hecho para 680 familias entre las más desfavorecidas de Caracas por otro lado en Valencia se lleva a cabo el método FIRSTART, ideado por una pareja de músicos, Rosa Plaza y Manuel Alonso, quien a través de sencillos sonidos de violín y lecciones más complejas, propician la estimulación.^{4,5}

La importancia de la vida prenatal, era tan desconocida hace 15 años atrás, ahora ya se sabe científicamente que el feto antes de nacer es un ser comunicativo, social, tiene una gran capacidad de aprendizaje, percibe los sonidos, le llegan numerosas sensaciones de su madre, emociones, etc. La actividad neuronal del feto es funcional a muy temprana edad, reconoce su entorno aun estando en el útero de la madre, la constitución del cerebro humano, su potencialidad, la manera de funcionar, está en relación directa con el fenómeno de la conectividad neuronal. Tras los primeros diecisiete días de concepción, el feto empieza a desarrollar las primeras conexiones sinápticas, que determinarán la estructura de su cerebro. En el quinto mes de embarazo la cantidad total y definitiva de neuronas del cerebro está determinada y empieza el

proceso de mielinización de los axones y arborización dendrítica. La estimulación prenatal promueve el incremento de estas conexiones, que de no establecerse, llevarían a la desaparición de las neuronas no estimuladas, por el proceso de muerte neuronal. Los distintos programas de estimulación/intervención prenatal, producen diferentes efectos en la morfología funcional del cerebro. Durante la gestación, el desarrollo de las estructuras nerviosas y particularmente del cerebro es muy rápido, lo que conduce a un elevado grado de plasticidad. El desarrollo cerebral, requiere tanto excitación como inhibición de las sendas neurales y la sobre estimulación neutraliza la inhibición.⁶

La conducta fetal es el último paso en la evolución psicofisiológica del niño uterino, a diferencia de los reflejos prenatales, provocados por el experimentador y consistentes en una sola respuesta ante un determinado estímulo, las conductas fetales son espontáneas y en su configuración pueden intervenir varias pautas de acción dirigidas y subordinadas a un fin determinado; como las conductas gustativas (deglución de líquido amniótico), conducta alimenticia postnatal (succión del pulgar en el útero, fotográficamente demostrada por Nilsson), conductas pre respiratorias, estudiadas por Gessell, (el hipo o el llanto fetal).⁷

El feto es capaz de aprender en el útero durante los dos últimos meses de embarazo tal y como demuestran los experimentos de Spelt, con aparición de condicionamiento y extinción experimental y recuperación espontánea. El ultrasonido de tiempo real revela, con respecto al sentido del tacto, la cantidad de presión que podemos aplicar sobre el útero grávido para provocar movimiento y "tocar" al feto. Hay exámenes de ultrasonido que muestran la frecuencia cardiaca del bebé, que aumenta en 15 latidos o más por minuto, una vez que percibe el estímulo.⁴ Con respecto al gusto y el olfato, se sabe que el feto puede deglutir el líquido amniótico y puede sentir los olores y sabores, a través de la concentración de diferentes sustancias en el torrente sanguíneo de la madre, por medio de la placenta. Si se encuentra en el líquido amniótico sustancias dulces, las traga fácil y rápidamente, si detecta un sabor amargo hace muecas. Respecto a la visión, los estudios afirman que los bebés en el útero son capaces de reaccionar ante estímulos luminosos, pueden abrir o cerrar los ojos ante la fuente visual. Los fetos que

aún se encuentran en el útero son capaces de realizar movimientos corporales como dar patadas, abrir y cerrar las manos, girar el cuerpo, fruncir el ceño y moverse tratando de localizar la fuente de un estímulo sonoro o visual. El sentido del oído, es probablemente, el más desarrollado antes del nacimiento, existen numerosos experimentos que revelan una importante conexión entre los sonidos, la música, la memoria y el aprendizaje prenatal.⁸

Los bebés en útero, muestran un marcado interés y atención en la voz de la madre; su ritmo cardíaco y sus movimientos se aceleran; después de nacer, ese mismo estímulo musical les tranquiliza y relaja, reducen su frecuencia cardíaca y entran en un estado de alerta, evidenciando una memoria prenatal. Muchos estudios coinciden en que las actitudes y sentimientos de la madre, influyen en el desarrollo emocional del feto y por tanto en su personalidad.⁹ Cuando la madre sufre estrés emocional constante y mantenido, el feto se mueve con mayor fuerza y frecuencia que cuando la madre se encuentra en un buen estado emocional. Si la madre tiene estados de ánimo negativos duraderos, su organismo liberará catecolaminas atravesando la barrera placentaria, en cambio, en estados anímicos positivos se liberan endorfinas llevando al bebé a ese mismo estado. Por lo antes expuesto observamos que los beneficios de la estimulación prenatal son variados desde mejorar la interacción de la madre, del padre y del bebé en formación ,hasta optimizar el desarrollo de los sentidos promueve la salud física y mental del niño por nacer, desarrolla el vínculo afectivo niño – padres – familia , desarrolla la comunicación, el lenguaje, el vocabulario, la coordinación vasomotora, la memoria, el razonamiento y la inteligencia social , al estimular prenatalmente al bebé se estará logrando que posteriormente el menor sea explorador del mundo que lo rodea, sea curioso y tienda a la investigación, aprenda que el mundo existe aunque no lo vea tenga un pensamiento flexible permitiendo nuevos modos de interrelación con el mundo aparte de la experiencia directa, aprenda a comparar y relacionar situaciones entre sí , Son capaces de concentrar su atención por más tiempo , captan, procesan y aprenden más rápidamente, presentando CI superiores , desarrolla la comunicación, la coordinación vasomotora, la memoria, el razonamiento, la música y creatividad ,duermen mejor fortaleciendo el sistema inmune y se calman con mayor facilidad al oír las voces y la música que escuchaban mientras estaban en el útero nacen más

relajados, lloran menos nacen con las manos y ojos abiertos ,son más curiosos y activos, excelente prensión y succión durante el amamantamiento y logran mayor adaptación a su medio ambiente al momento de nacer y durante sus primeros 45 días y se observa que la duración del trabajo de parto en las pacientes que recibieron el programa de estimulación prenatal su trabajo de parto tuvo una duración menor de 6 horas y este se logra de forma eutócica.^{8.9}

La estimulación prenatal tiene que tener características definidas ya que estas son las que harán que se determine una estimulación en útero eficaz, los cuales tienen que ser estímulos sencillos, se tiene que presentar de forma organizada, en un contexto coherente y repetitivo , debe ser constante, como el latido del corazón de la madre, sin cambios bruscos de timbre, ritmo, volumen o número de decibelios , asegurarse de que esté despierto antes de iniciar una sesión de estimulación ,tener en cuenta variables moduladoras: frecuencia, intensidad, la fecha de comienzo, los momentos más apropiados para su administración, tipo de estimulación y su calidad, para que sea adecuada al nivel de desarrollo del no nacido y pueda ser asimilada, sin sobresaltarle y sin alterar su bienestar , las técnicas deben aplicarse dos o tres veces por semana como mínimo , rodearse de emociones positivas y evitar las negativas y propiciar y disfrutar de la participación del padre y demás miembros de la familia para estrechar vínculos afectivos , Por lo tanto las técnicas de estimulación prenatal están divididas en motora, táctil, auditiva, visual , gustativa y afectiva. ¹⁰

El embarazo es una experiencia grata para los padres, se estrechan momentos positivos y se desechan los negativos. Algunos psicólogos expresan que los futuros padres, reviven su propia gestación, e incluso vuelven a nacer en su feto. El trato que los padres den al niño estará condicionado por el trato infantil que ellos recibieron, por sus creencias acerca del manejo del niño y las influencias del medio. Los padres deben reconocer que otras circunstancias rodean a este nacimiento, para que se sientan libres de temores con respecto a su infancia y vida adulta. Es importante que al inicio de la gestación, cada padre se acepte como un ser capaz de amar, llorar, sentir alegría, miedo, equivocarse y tener esperanzas. Si el estrés o ansiedad no pueden ser llevados por la gestante es importante que busque ayuda profesional, la tranquilidad y los

sentimientos de aceptación hacia el niño le afectaban directamente, la madre es la fuente de los mensajes que reciba el bebé, es la productora de señales que provocarán en el niño una reacción. De la calidad de las emisiones dependerá la calidad de la estimulación.¹¹

La situación de la madre soltera o sola es muy singular. Sin embargo el hecho de que no tenga un compañero, no significa que tenga que pasar su embarazo sola, Puede buscar el apoyo que necesita en sus padres o amigos, que le puedan ayudar física y emocionalmente durante todo el embarazo. Esta persona puede participar en las sesiones de estimulación, acompañarla a las visitas prenatales, convirtiéndose en el apoyo que la madre necesita, para ayudar en la preparación de la llegada del bebé. El estado de ánimo influye en el organismo, la tensión nerviosa, los disgustos o preocupaciones, repercuten sobre la salud. Los vínculos que se establecen entre la madre y el bebé durante el embarazo son tan estrechos que el bebé reacciona según el estado de ánimo de su mamá. Si la gestante se siente triste, feliz, angustiada, enojada, preocupada, el feto recibe estas emociones. No quiere decir que toda preocupación, duda o ansiedades ocasionales o fugaces que tenga una mujer repercutirán sobre su hijo.¹²

La ansiedad crónica o la intensa ambivalencia con respecto a la maternidad pueden dejar una profunda marca en la personalidad de un niño no nacido. Estos sentimientos que se podrían describir como crónicos, intensos y difíciles de librarse pueden afectar al niño por que la madre los siente como un tormento o una carga permanente. En estas situaciones es recomendable la ayuda profesional para poder eliminarlos. Por otro lado, las emociones intensas como la alegría, el regocijo, pueden contribuir significativamente al desarrollo emocional de un niño sano. Las emociones intensas de la madre como la ira, liberan adrenalina, el miedo y la ansiedad extrema liberan catecolaminas, estas se originan en las suprarrenales*, y cuando atraviesan la barrera de la placenta, también le perturban al bebé. Esta oleada de hormonas le arranca de su estado normal en el útero, y el feto trata de dar explicación a lo que sucede. Gradualmente, a medida que su cerebro y sistema nervioso maduran, él comenzará a encontrar respuestas a los estados emocionales de su madre, de manera que el niño

en el sexto o séptimo mes, podría realizar discriminaciones con relación a las actitudes y sentimientos de su madre e incluso responder a ellos. Si el bebé es feliz, se fortalecerá físicamente gracias a la estabilidad de su ambiente, así mismo, si su ambiente es inestable e inseguro él se volverá enfermizo y emocionalmente inestable.^{12, 13}

En 1970, el Doctor Dennis Stott estudió las reacciones de los bebés a las emociones maternas. Los datos del doctor demostraron que aunque las tensiones externas que afronta una mujer tienen importancia, lo más esencial es lo que ella siente hacia su hijo no nacido. Aunque la madre con su hijo no comparten ni el sistema nervioso ni el cerebro, y que cada uno cuenta con su propio aparato neurológico y su propio sistema de circulación sanguínea, es a través de los enlaces neurohormonales que la madre y el hijo intrauterino pueden sostener un diálogo emocional.¹³

Los efectos de la estimulación en útero quedarían anulados, si la madre descuida su alimentación. Una alimentación equilibrada ha sido la garantía de niños sanos y saludables, incluso el número de complicaciones durante el parto y después del mismo, es mucho menor que en las gestantes mal alimentadas. También es menor el número de recién nacidos muertos o que mueren inmediatamente después del parto. YUSUF, Mostró que la malnutrición retarda la mielinización y que, a pesar de la rehabilitación nutricional, no se logra un adecuado desarrollo. Cuando la mala nutrición ocurre en el proceso de formación celular, este se retarda, disminuyendo el número de células en forma permanente. Si la mala nutrición ocurre en el período de hipertrofia, las alteraciones pueden ser reversibles con un programa de recuperación nutricional.¹⁴

La estimulación prenatal ayuda en gran medida a la formación neurosensorial del bebe en gestación , esto se debe a los estímulos que se le ofrecen en cada sesión de la estimulación prenatal , en base a esta investigación podemos concluir que la implementación de un programa de educación para la salud de estimulación en útero no es muy común que sean utilizadas en los hospitales de primer nivel a pesar de los grandes beneficios que se ofrecen sin mencionar que se estaría apostando por un plan preventivo el cual sería más beneficioso para el feto, la madre y la familia. Esto explica lo importante que es la implementación de un programa de educación para la salud ya

que de esta manera se observaría la efectividad de este programa y el impacto que esto provocaría en el desarrollo cognitivo del futuro bebe y del vínculo afectivo que tendría en relación a la madre, el padre y él bebe.

En Australia el psiquiatra Graham Farent obtuvo resultados favorables en sus talleres en donde ayudaba a sus pacientes a revivir sus vidas intrauterinas de esta manera logro que desapareciera la depresión que muchos de sus pacientes padecían. También encontraron datos significativos en la forma en que el bebé trataba de hablar desde muy pequeño, en el desarrollo de los dientes y en el tiempo que eran amamantados. Un segundo estudio utilizó 20 bebés como sujetos de experimento y 20 bebés de control, con datos obtenidos de las madres utilizando un test de percepción neonatal.

Un cuestionario de embarazo y nacimiento y una escala para las mamás y recién nacido creada por los investigadores. Las madres que estaban en el experimento dieron una puntuación más alta a sus bebés, viendo los avances de una forma más positiva, y estaban más contentas con sus embarazos y con las experiencias de sus nacimientos, incluso sentían que podían interpretar mejor las señales del bebé, que tenían más confianza en satisfacer las necesidades del bebé, que las madres del grupo de control. Observaron que en los niños que habían realizado el programa, la circunferencia de la cabeza era más grande, por lo que dedujeron que había mayor desarrollo cerebral, hablaron antes que los otros, el parto fue más fácil y la lactancia se prolongaba durante más tiempo, y las madres se sentían más seguras de cuidar a sus bebés una vez que habían nacido, en Tailandia con el obstetra Chairat Panthuraamphorn los resultados del test fueron muy positivos. Físicamente estaban más avanzados los que habían seguido dicho programa, hubo mejores partos, buena lactancia, y durante las primeras semanas sonreían más que los otros niños. (El sonreír al nacer es muy importante y significa algo, y no es muy normal, significa que tienen una preparación ideal).

II. Justificación

La estimulación prenatal es un conjunto de actividades que estimulan al bebe dentro del útero esto quiere decir que en esta práctica se comprueba que el feto dentro del útero es capaz de escuchar, sentir, saborear y sentir el entorno de la madre y a ella

misma, él bebe a través de las sesiones de la estimulación podrá llegar a identificar a cada miembro de la familia es por eso que uno de los beneficios de la estimulación prenatal es el mejorar el vínculo familiar y fortalecerlo.¹ Esta técnica es uno de los cuidados claves en el desarrollo psicomotor del niño: "mientras aún está en su útero el bebé siente, oye, ve, saborea, responde y hasta aprende y recuerda". Las conexiones neuronales, como cita Ernesto Plata y Francisco leal en su libro preguntas de madres, "necesitan más que aminoácidos y grasas; para funcionar necesitan estímulos psicosensoriales como luz, sonido, caricias y diálogo, lo cual genera innumerables efectos en el desarrollo y crecimiento del nuevo ser".¹

Dicha práctica puede llevarse a cabo para optimizar el desarrollo del feto normal, así como también, para prevenir la aparición de déficit asociados a un riesgo biológico, psicológico o social; hechos que pueden estar presentes en embarazos de alto riesgo como en el caso de las madres adolescentes y añosas, por no encontrarse éstas en una adecuada condición de maduración físico y psicológica.³

Es muy importante rescatar que se ha demostrado mediante estudios que la práctica de la estimulación prenatal ayuda a que el parto de la practicante sea natural lo que reduce a gran medida las cesáreas y con ello los riesgos de una cirugía.

La estimulación prenatal en nuestro país se ha desarrollado desde hace algunos años, sin embargo se sigue actuando como si el desarrollo y el vínculo madre - hijo surgiera espontáneamente, sin la necesidad de la estimulación prenatal, ante ello la preocupación por un buen desarrollo es todavía incipiente y son escasos los esfuerzos orientados a mejorar las condiciones en que viven las gestantes con respecto a la estimulación prenatal. Según la organización mundial de la salud cada día mueren aproximadamente 830 mujeres por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y el parto y en el 2015 se estimaron unas 303 000 muertes de mujeres durante el embarazo y el parto después de ellos.¹⁵

Durante el proceso gestacional, el estrés prolongado y las preocupaciones que genera este período pueden alterar el desarrollo y la función del hemisferio derecho; de ahí la importancia que se atribuye a los distintos programas de estimulación temprana dirigido a las mujeres gestantes. ¹³

De acuerdo a lo antes mencionado es necesario desarrollar e implementar un programa de educación para la salud sobre estimulación prenatal ya que los beneficios que le ofrece al nuevo ser son infinitos y no solo para el momento de su alumbramiento si no que los tendrá a lo largo de su desarrollo físico –cognitivo y social fuera del útero así como también la madre obtendrá beneficios que le serán de gran ayuda para su pronta recuperación además que fortalecerá la integración de la familia para la llegada del nuevo miembro.

Es importante que en una institución de primer nivel se realicen estas prácticas ya que es ahí donde la embarazada tiene su primer contacto y lleva su control prenatal además que , es en estas clínicas donde se les imparte información acerca del cuidado de su embarazo, durante el proceso del alumbramiento y en su pos parto, con estas sesiones se intentara disminuir la tasa de muertes maternas durante un procedimiento quirúrgico y aumentar los partos humanizados ya que uno de los beneficios de la estimulación prenatal es que la mujer embarazada alcance un parto natural.

III. Planteamiento del problema

En México la práctica de estimulación prenatal en las clínicas de primer nivel no es llevada como un cuidado y una prevención de embarazos de alto riesgo para la mujer embarazada ,tampoco no es catalogado como como un programa de educación para la salud y es poco observable lugares establecidos en donde se imparta estimulación

prenatal con personal certificado ; en Coatzacoalcos, Veracruz no existe un lugar en donde se realice esta práctica lo que dificulta que la mujer embarazada tenga contacto con este tipo de actividades que ayudaran al crecimiento sano de su bebe y de su embarazo.

Los programas de educación sanitaria durante la etapa prenatal son considerados como actividades básicas de prevención y promoción de la salud. Comprenden una serie de medidas educativas y de apoyo que ayuda a las mujeres embarazadas a comprender sus propias necesidades sociales, emocionales, psicológicas y físicas durante el embarazo, el parto, el puerperio y la maternidad, contribuyendo a la reducción de la morbi-mortalidad materna y neonatal.

Muchas investigaciones sobre el desarrollo del niño en el vientre han determinado que él bebe está en capacidad de ver, escuchar, sentir, e incluso posee un nivel de conciencia rudimentario, esto implicaría que posiblemente algunos recuerdos sean rememorados e influyan en su vida futura.²

Una de las problemáticas que se observa en el entorno del ámbito clínico es el desconocimiento de las estrategias para la estimulación prenatal; ya que existe poca información en las gestantes; las instituciones de salud si prioriza la atención madre-hijo; sin embargo, no existen suficientes programas en donde se desarrollen correctamente estrategias de enseñanza-aprendizaje referente a la estimulación intrauterina; así mismo la falta de capacitación del personal de salud, haciendo énfasis en el profesional de enfermería. La inversión en programas de salud de estimulación prenatal verá reflejada en el costo beneficio de las instituciones de salud.

México se encuentra en el quinto lugar de países con más cesáreas, siendo la hemorragia la primera causa de muerte y la segunda en México. Se encuentra que dos de cada tres cesáreas que se realizan en México son innecesarias a nivel nacional y 45 de cada 100 nacimientos son por cesáreas y según las estadísticas de la secretaria de salud es el triple del máximo recomendado por la Organización Mundial de la Salud. ¹⁶

Es gracias a los resultados de estas investigaciones nos planteamos la siguiente pregunta:

III.Pregunta de investigación.

¿Cuál es el efecto de un programa de estimulación prenatal en gestantes en la culminación de la atención de parto?

IV. Objetivo

IV.1 Objetivo general

Evaluar el efecto de un programa de estimulación prenatal en gestantes en la culminación de la atención de parto.

IV.2 Objetivo específico

- Documentar el efecto de las intervenciones de un taller de estimulación prenatal al terminar el periodo gestacional detallando la forma de nacimiento de esos productos.
- Identificar la comprensión adquirida por parte de las gestantes en relación a la estimulación en útero al finalizar el programa de estimulación.
- Dar seguimiento posterior a la estrategia para evaluar la vía de culminación del parto vía eutócica o distócica.
- Identificar número de gesta en las pacientes que participan.

V. Hipótesis

V.1 Hipótesis nula

El efecto de un programa de estimulación prenatal en gestantes no tiene impacto e en la culminación de la atención del parto

V.2 Hipótesis alternativa

La aplicación de un programa de estimulación prenatal en gestantes propicia efectos positivos hasta la concepción en la madre y el producto promoviendo el parto eutócico.

VI. Material y métodos

Diseño de estudio

Se trata de una investigación cuantitativa, con un diseño de estudio cuasi experimental, porque se implementará un programa de estimulación prenatal en el cual se tratará de demostrar la efectividad de esta técnica durante el embarazo se trata de un estudio longitudinal porque se hará una evaluación durante el desarrollo de la estrategia y post a la implementación se evaluara el tipo de nacimiento del producto (eutócico o distócico).

Universo de trabajo

- ✚ **Población:** Mujeres que se encuentren en estado de gestación pertenecientes a una unidad de medicina familiar en la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz.
- ✚ **Muestra y muestreo:** 60 mujeres que se encuentren en estado de gestación pertenecientes a una unidad de medicina familiar en la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz. Seleccionadas por muestreo no probabilístico por conveniencia.
- ✚ **Lugar donde se desarrollará el estudio :**El programa de estimulación prenatal se realizara en una unidad de medicina familiar del puerto de Coatzacoalcos, Ver

V.1 criterios de selección

Inclusión

- ✚ Mujeres en estado de gestación con menos de 32 semanas. Embarazadas interesadas en el tema de la estimulación prenatal.
- ✚ Mujeres que tengan disponibilidad de horario.
- ✚ Gestantes que tengan disposición e iniciativa para participar en las diferentes actividades que se efectuaran.
- ✚ Mujeres que lleven a un acompañante en cada sesión ya sea esposo o familiares.
- ✚ Embarazadas que estén afiliadas al instituto mexicano del seguro social y que hayan firmado el consentimiento informado.
- ✚ Mujeres que sepan leer y escribir.
- ✚ Pacientes gestantes sin embarazo de riesgo con menos de 32 SDG

Exclusión

- ✚ Gestantes que presenten amenaza de aborto o incapacidad de la movilidad

Eliminación

- ✚ Mujeres que acumulen no cumplan con el 80% de asistencia durante las sesiones del programa de estimulación prenatal.
- ✚ Embarazadas que no completen el cuestionario.
- ✚ Gestantes que presenten algún impedimento medico durante las sesiones de estimulación prenatal.
- ✚ Mujeres no conformes con su participación durante el programa.

VI.2 Variables del estudio

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	CATEGORÍA	ESCALA DE MEDICIÓN
DEPENDIENTE				
EFFECTO DEL PROGRAMA EDUCATIVO	<p>Conjunto de acciones implementadas por un gobierno con el objetivo de mejorar las condiciones sanitarias de la población. De esta forma, las autoridades promueven campañas de prevención y garantizan el acceso democrático masivo a los centros de atención.</p>	<p>Se medirá por las conductas modificadas de manera positiva de manera individual en cada una de las participantes y plasmadas por el paciente en las 5 dimensiones: técnica motora, visual, táctil, auditiva, gustativa-afectiva del cuestionario elaborado expresamente para la presente investigación el cual medirá la comprensión de las temáticas abordadas durante las 5 sesiones del programa de educación para la salud de estimulación prenatal en un hospital de primer nivel</p>	<p>Se considerara sin efectividad de 0-14 aciertos, efectividad regular de 16-30 aciertos, de 31-46 aciertos se considerara bueno y de 47-61 aciertos será un efectividad excelente</p>	<p>cualitativa Ordinal</p>
INDEPENDIENTE				
EDAD GESTACIONAL	<p>Periodo de tiempo entre la concepción y el nacimiento del feto.</p>	<p>Se tomara en cuenta la edad gestacional que las participantes tengan el primer día de actividades del programa de educación para la salud de estimulación prenatal en una hospital de primer nivel.</p>	<p>En este rubro será a libre expresión ya que no existe una edad gestacional estándar</p>	<p>Cualitativa de razón</p>

ESCOLARIDAD	Se refiere al grado más alto de estudios de una persona ha cursado	Se refiere al grado máximo de estudios académicos con los que cuentan las gestantes en el momento de la aplicación del programa de educación para la salud de estimulación prenatal en un hospital de primer nivel.	Se medirá de acuerdo al grado máximo de estudios académicos los cuales se considerará; primaria, secundaria, preparatoria, universidad trunca o titulada.	Cualitativa Ordinal
EDAD	Tiempo que ha vivido una persona y otro ser vivo contando desde su nacimiento	Tiempo de vida medida en años de la gestante participante en el programa educativo de estimulación prenatal	Se medirá en cuestión a los años con los que cuentan las participantes en el momento de dar inicio con las actividades del programa educativo de estimulación prenatal.	Cualitativa de razón
ESTADO CIVIL	Condición de una persona según el registro civil / situación legal	Situación civil de la embarazada al momento de responder la encuesta en relación a su situación de convivencia con alguna pareja.	Se considerará la situación civil que la participante plasme de las 4 opciones; casada, madre soltera, viuda o unión libre.	Cualitativa Nominal
OCUPACIÓN	Tipo de trabajo que desempeña la embarazada que le genera recursos económicos	Actividades que la participante desempeñe en el ámbito laboral durante el desarrollo de la estrategia educativa	Se tomarán en consideración 5 rubros los cuales son: ama de casa, empleada, desempleada, comerciante, profesionalista y este punto se les pedirá que especifiquen cual	Cualitativa Nominal

CULMINACIÓN DE EMBARAZO	Es el periodo de término de semanas de gestación en la mujer embarazada	forma de obtención del producto de la concepción al cumplir las semanas a término de gestación	Forma de nacimiento del producto al término de la estrategia parto eutócico cesárea	Cualitativa nominal
--------------------------------	---	--	---	---------------------

VI.3 Descripción general del estudio.

Procedimientos:

1.- A las pacientes obstétricas de la unidad de medicina familiar se les invitara de manera general a la participación para después llevar a cabo el proceso de selección para poder apegarnos a los criterios de selección del trabajo de investigación, se les explicara ampliamente el contenido del programa a trabajar como también las ventajas que obtendrá de esas sesiones, una vez logrando la muestra se empezara a llevar a cabo las sesiones una vez por semana en la primera sesión del programa de estimulación prenatal se pretende estimular el sentido táctil para esto se ocupara crema anti estrías , pelotas sensoriales , tapete de meditación y las manos del familiar y la embarazada esto para favorecer el entorno y se llevaran a cabo actividades que desarrollen el sentido táctil y favorezca la atención afectiva entre el binomio , la siguiente sesión se dará actividades relacionadas con el sentido auditivo esto para favorecer el sentido del habla y escucha del bebe y de igual manera el lazo afectivo ayudando a que él bebe reconozca la voz de mama y de algún familiar para que este al momento que nazca se tranquilice y reconozca su entorno por medio de las voces que le presentaron cuando aún estaba en el vientre de su madre, en la tercera sesión se llevara a cabo una clase motora lo que significa que las madres harán ejercicio de bajo impacto y risoterapia lo que ayudara a mejorar su estado de ánimo y ayudara al bebe a estar de buen humor y tener pensamientos alegres tanto a ella como el bebe además que se ayudara a mejorar la condición física , el buen tono muscular y la elasticidad de la embarazada factor que influirá en la culminación de un parto eutócico , en la cuarta sesión se darán a conocer los sabores al bebe por medio de probaditas de porciones de comida salada, acida, agridulce y dulce de esta manera despertamos el interés del bebe de reconocer nuevos sabores y olores lo que al momento de que el empiece a comer no tendrá problema para adaptarse a los sabores y olores de la comida que le prepararan por ultimo en la técnica visual se desarrollan actividades en las que él bebe se entrenara para distinguir entre el día y la noche y reconocer diferentes tipos de colores a traves de luz que le presentamos en la panza de su madre de esta manera se lograra que el futuro bebe cuando nazca su reloj biológico este correcto y no llore de día y quiera despertar de noche , a través de instrucciones que le dará la embarazada él bebe empezara a aprender cosas aun estando en el vientre de su madre ya que ella a través de su voz le estará transmitiendo información que poco a poco él bebe ira aprendiendo , esto es muy importante el que la mama le hable al bebe ayuda en gran medida en crear un vínculo afectivo muy fuerte entre ellos lo que disminuirá la probabilidad de que la embarazada sufra depresión post parto.

Análisis estadístico

Para este estudio se utilizarán medidas de tendencia central (media y mediana) y de dispersión (desviación estándar y rangos).

El nivel de significancia aceptado será de ≤ 0.05 . La base de datos y análisis se realizarán en el programa SPSS en su versión 19 y Stat Calc

Consideraciones éticas

El proyecto cumplirá con todas las normas éticas establecidas en el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, con lo establecido en la declaración de Helsinki de 1975 enmendada en 1989 y con los códigos y normas Internacionales vigentes para las buenas prácticas en la investigación clínica. Además, se respetarán cabalmente los principios contenidos en el Código de Núremberg, la Declaración de Helsinki y sus enmiendas, el informe Belmont, el Código de reglamentos Federales de Estados Unidos.

La información que se obtenga del estudio será estrictamente confidencial y no se identificará a ninguna persona en las publicaciones o presentaciones que deriven de este estudio.

Los participantes tendrán el derecho de retirar su autorización en cualquier momento del estudio, sin que ello afecte la atención que recibe en la institución en que estudia. El investigador principal, tendrá la obligación de dar cualquier otra información adicional que sea necesaria, a las personas participantes o aquellas que se encuentren interesadas en el proyecto.

Se les explicará en que consiste el estudio, se aclararán sus dudas las veces que sean necesarias y se guardará especial cuidado en el anonimato y confidencialidad de los mismos. Una vez que requisiere la carta de consentimiento informado a todos los participantes, se reportarán los datos, por ser pacientes mayores de edad no requieren de un representante legal, la investigación de acuerdo a ley general de salud es de riesgo mínimo.

Procesamiento de datos y aspectos estadísticos.

El siguiente cuestionario es coexpreso validado por ronda de expertos y se encuentra dividido en dos secciones en la primera parte se muestra una cedula de identificación la cual ayudara a conocer datos sociodemográficos y esto por ende arrojará datos de características sociales de la población , este apartada contiene preguntas abiertas que son; la fecha en la cual se aplicara el cuestionario, el número de afiliación de las gestantes, la edad, las semanas de gestación y si para el momento de la aplicación del instrumento también podrá compartir el sexo de su bebe , las siguiente pregunta es dicotómica en la cual se cuestiona el área de su residencia, las siguientes preguntas son policotómicas y se hacen cuestiones como el estado civil de las participantes, el grado máximo de estudios que tienen y su ocupación actualmente.

En la siguiente sección se llevan a cabo preguntas propias de la estimulación prenatal esto con el objetivo de medir el nivel de conocimiento de las gestantes sobre este tema en particular, de la pregunta 1 a la 12 son de tipo dicotómicas y policotómicas en las cuales el contenido de las preguntas son conocimiento general en relación a la estimulación en útero , de la cuestión 13 a la 19 hace énfasis a la técnicas de estimulación prenatal táctil y son de tipo dicotómicas, de la pregunta 20 a la 30 se refiere a la técnica visual y de igual manera son de espécimen dicotómicas, de la 31 a la 44 se especifica técnica visual y se ocuparon preguntas de tipo policotómicas y dicotómicas , de la pregunta 45 a la 52 puntualiza a la técnica motora y se utilizan preguntas de tipo dicotómicas y policotómicas y por último de la 53 a la 61 se exponen preguntas de técnicas de estimulación afectiva y gustativa y se utilizan preguntas dicotómicas , en este cuestionario obtendrán por cada acierto correcto (1) punto y de contestar la pregunta incorrectamente se le proporcionara el valor de (0).

El puntaje más alto al que pueden aspirar las participantes será de 61 puntos, de los cuales si obtienen de 0-14 aciertos se considerara un nivel de aprovechamiento malo, de 15-30 será regular, de 31-46 se tomara como bueno y de 47- 61 aciertos será excelente.

Es importante señalar que en la redacción del instrumento se hace mención de las instrucciones para contestarlo de manera idónea esto para evitar que las preguntas sean anuladas, una vez realizada la recolección de los datos se procederá a realizar una base de datos la cual se analizara a través de paquete estadístico SPSS versión 20; se utilizaran estadísticas descriptivas de las cuales se obtendrán distribución de frecuencias y porcentajes , se aplicaran medidas de tendencias centrales; moda, media y mediana y medidas de variabilidad ;desviación estándar y rango máximo y mínimo para finalmente presentar los datos en diferentes gráficas para un mejor análisis de datos.

VI.5 Recursos, Financiamiento y Factibilidad

<i>Categoría</i>	<i>Costo unitario</i>	<i>Factor Multiplicador</i>	<i>Costo total</i>
<i>Materiales</i>			
Placa de unicel	\$80.00	Único	\$80.00
Crema antiestrias	\$80.00	Único	\$80.00
Pelotas sensoriales	\$10.00	25	\$250.00
Bolsas de plástico	\$50.00	Único	\$50.00
Hielo	\$20.00	Único	\$20.00
Telefono umilical (Tubo Flexible Naranja , pintura , botellas de plastico)	\$15.00	25	\$375.00
Flautas	\$30.00	5	\$150.00
Panderos	\$20.00	5	\$100.00
Tambores	\$20.00	5	\$100.00
Guitarritas	\$20.00	5	\$100.00
Tela negra	\$30.00	2 metros	\$60.00
Cartulina blanca	\$6.00	5	\$30.00
Papel celofan de colores	\$10.00	5	\$50.00
Lamparas	\$8.00	25	\$200.00
Cartulina negra	\$10.00	3	\$30.00
Helado napolitano	\$30.00	Único	\$30.00
Toronja	\$10.00	2	\$20.00
Naranja congelada con chamoy	\$10.00	25	\$250.00

Copias e impresiones	\$250.00		\$25000
Fomi y pinturas	\$100.00		\$100.00

Obtención de financiamiento.

Este será otorgado por parte de los investigadores.

Factibilidad.

El trabajo de investigación que se presenta es factible ya que se determinará los beneficios que al implementar este programa se puede llegar a alcanzar tanto como a la madre como al bebe que viene en camino, así como el costo – beneficio que incluye al hospital ya que al aplicar este programa se trataría de disminuir la tasa de muertes maternas y aumentar los partos naturales.

Bibliografía

1. Hernández Suárez, mn. Habitación fetal a la estimulación vibro acústica reiterada. Tesis doctoral. Facultad de medicina. Universidad de la laguna. Curso 2004-05. Ciencias y tecnología/1.
2. Sallenbach, william (1994/1998). Clair: un estudio de caso en el aprendizaje prenatal. Revista de psicología y salud, **9** (1), 33-56 prenatal y perinatal. Disponible en el link: <https://sociedadpsicologiaysalud.jimdo.com/revista/revista-iberoamericana-de-psicolog%c3%ada-y-salud-1/vol-5/>
3. Programa de acción específico salud materna y perinatal 2013-2018 : disponible en http://cneqsr.salud.gob.mx/contenidos/descargas/smp/saludmaternayperinat_al_2013_2018.pdf
4. Lafuente, mj, grifol, r, segarra, j., soriano, j. Gorba, ma y montesinos, a. (1997). Efectos del método firststart de estimulación prenatal en el desarrollo psicomotor: los primeros seis meses. Pre y perinatal diario de psicología.
5. Moreno mora r, Pérez Díaz c, Hernández mesa n, Álvarez torres i. Impacto de un proyecto comunitario de estimulación temprana en el neurodesarrollo en niños de la Habana vieja. Rev haban cienc méd .disponible en el link http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1729-519x2008000400010
6. Luis barbeito “microglia in degenerative neurological disease” glia (página de internet) disponible en: <http://fundacionannavazquez.wordpress.com/2007/07/18/desarrollo-delsistema-nervioso/>.revisión preparada por luis barbeito en base a los trabajos de spranger & fontana (1996) “activation of microglia: a dangerous interlude in inmune function in the brain” the neuroscientist; 2: 293-299 y mc geer et al. (1993) “microglia in degenerative neurological disease”.
7. Estimulacion prenatal y conectividad neuronal ; disponible en: <http://www.psicologiayneurorehabilitacion.com/2017/07/11/estimulacion-prenatal-conectividad-neuronal/>
8. Quiroz, r. Tesis “beneficios de la estimulación prenatal “colombia 2004 león aranibal é. “la obstetricia y la estimulación prenatal. Artículo científico”. Catedrática de la escuela profesional de obstetricia – foe usmp. 28011.
9. Peña, herrera cárdenas, ethel; sánchez garcía; luz; “estimulación prenatal y los beneficios para el recién nacido y la madre”; lima; [tesis]; universidad nacional de san martín; 1999 – 2000.
10. Villanueva; alejandra “calidad del servicio en la atención de la gestante y estimulación prenatal”; tesis; universidad nacional mayor de san marcos.2003.
11. Implicaciones para el niño de los trastornos puerperales de la madre, montse molina vives disponible en; http://www.paidopsiquiatria.cat/files/implicaciones_para_nino_trastornos_puerperales_de_la_madre.pdf

12. "situación de las madres solteras, visto desde la teoría de erving goffman". Disponible en; https://www.uaeh.edu.mx/nuestro_alumnado/esc_sup/actopan/licenciatura/situacion%20de%20las%20madres%20solteras.pdf
13. Aspectos psicológicos y emocionales durante la gestación y el puerperio, universidad de valladolit; disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/11938/1/tfg-h292.pdf>
- 14.
15. Lepe m, bacardí g, castañeda lm, pérez me, jiménez a. Efecto de la obesidad materna sobre la lactancia: revisión sistemática. Nutr hosp 2011; 26 (6): 1266-1269.
16. Observatorio de muertes maternas en mexico, disponible en; <http://www.omm.org.mx/>
17. Periodismo de datos, el universal ; disponible en ; <http://www.eluniversal.com.mx/articulo/periodismo-de-datos/2017/01/22/nacen-por-cesarea-la-mitad-de-los-mexicanos>

Consentimiento Informado

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Nombre del estudio:	“EFECTO DE UN PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES EN LA CULMINACIÓN DE LA ATENCIÓN DE PARTO”
Lugar y fecha:	UNIDAD DE MEDICINA FAMILIAR NÚMERO
Número de registro:	
Justificación y objetivo del estudio:	MEDIR EL EFECTO DE UN PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES EN LA CULMINACIÓN DE LA ATENCIÓN DE PARTO
Posibles beneficios que recibirá al participar en el estudio:	OBTENER UN PARTO EUTÓCICO
Información sobre resultados y alternativas de tratamiento:	SE LES INFORMARÁN A LOS PACIENTES DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS
Participación o retiro:	EN EL MOMENTO EN QUE EL PACIENTE LO SOLICITE
Privacidad y confidencialidad:	EN TODO MOMENTO

Nombre y firma de quien obtiene el consentimiento

Nombre y firma de quien concede el consentimiento

Este formato constituye una guía que deberá completarse de acuerdo con las características propias de cada protocolo de investigación, sin omitir información relevante del estudio.

Instrumento de investigación.

CUESTIONARIO DE ESTIMULACION PRENATAL



**ELABORADO POR:
E.E MORENO ESCUDERO DENISSE.**

**DIRIGIDO: A LAS MUJERES PARTICIPANTES EN EL PROGRAMA
DE EDUCACION PARA LA SALUD DE ESTIMULACION
PRENATAL.**

DURACION MAX: 30 MINUTOS.

CEDULA DE IDENTIFICACIÓN

Responda las siguientes preguntas que se muestran a continuación:

Fecha: _____ Número de afiliación: _____

Edad: _____ Semanas de Gestación: _____ Sexo del bebe: _____

Marque con una "X" la respuesta correcta dentro del paréntesis.

Área de residencia: () Urbana () Rural

Estado Civil: () Casada () Madre Soltera () Viuda () Unión Libre

Grado Máximo de Estudios: () Primaria () Secundaria () Preparatoria

() Universidad trunca () Titulada

Ocupación: () Ama de casa () Empleada () Desempleada () Comerciante

() Profesionista; especifique cual: _____



**INSTRUMENTO
DE**



EVALUACIÓN PARA MEDIR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ESTIMULACIÓN PRENATAL:

OBJETIVO DEL CUESTIONARIO: Con el fin de realizar un trabajo de investigación sobre estimulación prenatal, se ha diseñado este cuestionario para identificar el nivel de conocimiento que tienen las participantes en el programa de estimulación prenatal sobre este tema. Esta información es confidencial y solo se utilizará específicamente para complementar este trabajo. Sugerimos sinceridad en las respuestas. Gracias por su colaboración.

INTRUCCIONES PARA CONTESTAR EL CUESTIONARIO: Antes de resolver el cuestionario, lea cuidadosamente cada una de las instrucciones, contestar de favor el siguiente cuestionario con letra legible con tinta negra o azul. Evitar borrones, tachaduras y el uso de corrector ya que en su caso, la respuesta será anulada.

Marque la respuesta correcta con una “X” dentro del paréntesis:

- 1.- ¿Ha escuchado hablar alguna vez sobre estimulación prenatal? Si () No ()
2.- ¿Sabe Usted que es la estimulación prenatal? Si () No ()

Opción múltiple. Resuelva el siguiente cuestionario, escribiendo en el paréntesis la letra de la opción que corresponda a lo que se plantea.

3. () ¿Qué es la estimulación prenatal?
A) Técnica que no ayuda al desarrollo físico y mental del bebé.
B) Conjunto de actividades que promueve el aprendizaje en los bebés cuando están en la pancita, optimizando su desarrollo mental y sensitivo.
C) Se realiza en recién nacidos.
D) Curso que lleva la embarazada para saber cómo cuidar a su bebe cuando nace.
4. () ¿En qué momento se realiza la estimulación prenatal?
A) Desde las primeras semanas de embarazo.
B) A los 8 meses de embarazo.
C) Cuando el bebé nace.
D) Todas las anteriores.

Marque la respuesta correcta con una “X” dentro del paréntesis:

5. ¿Sabe usted si la estimulación prenatal tiene algún beneficio para él bebe?
Si () No ()

De los siguientes enunciados marque con una “X” seleccionando “Si o No” si considere que es un beneficio de la estimulación prenatal.

	SI	NO
6. Promueve la salud física y mental del niño por nacer.		
7. Desarrolla el vínculo afectivo niño – padres – familia.		
8. Desarrolla la comunicación, el lenguaje, el vocabulario, la coordinación, la memoria, el razonamiento y la inteligencia social.		

9. Él bebe duerme mejor, fortaleciendo el sistema inmune y se calma con mayor facilidad al oír las voces y la música que escuchaban mientras estaban en la pancita.		
10. Tienen excelente succión durante el amamantamiento.		
11. Logran mayor adaptación a su medio ambiente al momento de nacer y durante sus primeros 45 días.		
12. Se observó que las madres que recibieron estimulación prenatal durante su embarazo tuvieron una duración menor de trabajo de parto y este se logró de forma natural.		

Técnicas de estimulación prenatal técnica táctil.

Marque la respuesta correcta con una "X" dentro del paréntesis:

13. ¿Sabe si su bebé puede sentir sus manos aunque el este aun dentro de su pancita? Si () No ()

14. ¿Puede utilizar vibradores o chorros de agua sobre su abdomen para estimular a su bebe? Si () No ()

15. ¿Sabe de qué manera puede acariciar su abdomen para estimular a su bebe? Si () No ()

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando "Si o No" los que considera que sean actividades de la estimulación táctil:

	SI	NO
16. Colocar compresas frías y tibias en la pancita.		
17. Aplicar crema corporal y dar masajes con las manos en la pancita principalmente con la yema de los dedos.		
18. Con una pelota sensorial realizar movimientos rotatorios en la pancita.		
19. Colocar un masajeador corporal en la pancita de la mama.		

Técnica visual:

Marque la respuesta correcta con una "X" dentro del paréntesis:

20. ¿Sabe si su bebé puede ver dentro de su pancita? Si () No ()

21. ¿Sabe qué materiales puede utilizar para realizar la estimulación en la técnica visual? Si () No ()

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando materiales se pueden utilizar en la técnica visual, pueden ser más de una opción correcta.

	SI	NO
22. Lámpara		
23. Crema corporal		
24. Papel celofán de colores		
24. Tela oscura		

Marque la respuesta correcta con una "X" dentro del paréntesis:

25. ¿Se puede estimular con la luz del sol al bebe? Si () No ()

26. ¿Él bebe puede diferenciar entre la luz y la obscuridad dentro su pancita?

Si () No ()

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando "Si o No" los que considera que sean actividades de la estimulación visual, pueden ser más de una opción correcta:

	SI	NO
27. Con una lámpara iluminar la pancita en diferentes direcciones.		
28. Con la lámpara través del papel celofán (de colores) iluminar la pancita creando diferentes formas.		
29. Con una tela oscura cubrir la pancita de la madre por unos segundos y posterior exponerla a la luz, repetir la acción varias veces.		
30. Leerle un cuento al bebe.		

Técnica auditiva

Marque la respuesta correcta con una "X" dentro del paréntesis:

31. ¿Sabe si su bebé puede escuchar dentro de su pancita? Si () No ()

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando los géneros musicales que ayudan a la estimulación auditiva del bebe, puede ser más de una opción correcta.

	SI	NO
32. Rock and roll.		
33. Salsa /Cumbias.		
34. Instrumental /Sonidos de la Naturaleza.		
35. Baladas románticas.		

Opción múltiple. Resuelva el siguiente cuestionario, escribiendo en el paréntesis la letra de la opción que corresponda a lo que se plantea.

36. () ¿A partir de que semana se puede empezar a realizar la estimulación auditiva?

- A) 1 semana de gestación.
- B) 6 semanas de gestación.
- C) 14 semanas de gestación.
- D) 35 semanas de gestación.

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando "Si o No" los que considera que sean actividades de la estimulación auditiva, pueden ser más de una opción correcta:

	SI	NO
37. Escuchar sonidos de la naturaleza.		
38. Hablarle al bebe suavemente a través del teléfono umbilical.		
39. Crear sonidos por ejemplo con sonajas, latas con piedras, flautas etc... Para que él bebe pueda escucharlos.		
40. Dar masaje a la pancita aplicando crema humectante sobre sus manos.		

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando "Si o No" los que considera que sean instrumentos que pueden ser musicales que se puedan utilizar para la estimulación auditiva, pueden ser más de una opción correcta:

	SI	NO
41. La voz materna o de familiares.		
42. Sonajas.		
43. Panderos.		
44. Latas rellenas con arroz.		

Técnica motora.

Marque la respuesta correcta con una "X" dentro del paréntesis:

45. ¿Realizar ejercicio durante el embarazo ayuda a la relajación de la madre?

Si () No ()

46. ¿La técnica motora hará que el bebe sea un gran deportista? Si () No ()

Opción múltiple. Resuelva el siguiente cuestionario, escribiendo en el paréntesis la letra de la opción que corresponda a lo que se plantea.

47. () ¿A partir de que semana se puede empezar a realizar técnicas de estimulación motora?

A) 1 semana de gestación.

B) 6 semanas de gestación.

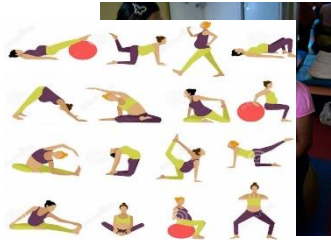
C) 10 semanas de gestación.

D) 35 semanas de gestación.

De los siguientes enunciados marque con una "X" seleccionando "Si o No" los que considera que sean beneficios de la estimulación motora, pueden ser más de una opción correcta:

	SI	NO
48. Ayudan a que la madre realice un trabajo con sus músculos y órganos que tendrán actividad directa en el desarrollo del parto natural.		
49. Se estimulan las glándulas endocrinas (oxitocina) que es la encargada de provocar las contracciones necesarias para que el bebé pueda salir y para que el cuello de la matriz se dilate y permita el paso del bebé, logrando un parto natural.		
50. El desarrollo de los sentidos del bebé le ayudara a obtener información de su entorno dentro y fuera de la pancita de su madre.		
51. A través de su sistema nervioso y muscular, aprende y esto le ayudara a responder a variados estímulos cuando haya nacido y este en casita con su mama y papa lo que lo hará un bebe despierto y explorador.		

52. De las siguientes imágenes tache la que considere que es una actividad de la estimulación motora.



Técnica afectiva y gustativa

Marque la respuesta correcta con una "X" dentro del paréntesis:

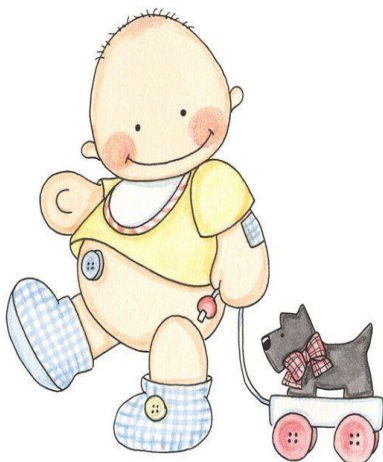
- 53. ¿Su bebe siente el amor de su familia? si () No ()
- 54. ¿Su bebe es capaz de reconocer los sabores a través de lo que usted come? Si () No ()
- 55. ¿Si usted está triste, su bebe esta triste? Si () No ()
- 56. ¿A su bebe le gustan los abrazos? Si () No ()

Identifique el tipo de estimulación prenatal, para ello coloque a lado de cada una de las oraciones la técnica a la que se refiera (estimulación afectiva o gustativa)

57. Probar sabores dulces y ácidos con los ojos cerrados	
58. Leerle un cuento al bebe diario	
59. Cocinar su comida favorita	
60. Colocarle un sobrenombre al bebe de identificación entre madre e hijo	
61. Expresarle lo mucho que quiere y desea su llegada al bebe y lo importante que es su llegada a sus vidas.	

¡GRACIAS POR PARTICIPAR!

DISFRUTA EL MILAGRO DE DAR VIDA A UN SER AL QUE AMARAS TODA LA VIDA



Carta descriptiva

Nombre del taller: Bebé a Bordo					No. De sesion: 1			
Lugar: Sala de taller, Coatzacoalcos ver .								
Objetivo: Presentacion de los ponentes y desarrollar el vinculo afectivo entre bebe –madre y padre								
Tema	Horario	Estrategia de enseñanza	Estrategia de aprendizaje	Técnica	Actividades	Duración	Material	Responsable
Conociendo a mamá	11:30 a 11:45	Dinámica de presentación.	Participación individual. Participación por equipo.	Dinámica grupal “presentación telaraña” .	-Bienvenida a las abrazadas por parte del expositor. -Desarrollo de la dinámica grupal “presentación por dinámica de telaraña; por parte de los integrantes del grupo.	10 min. 15 min.	Estrambre	E.E. Denisse Moreno
	11:45 a 11:55	Cuestionario	Participación individual	Cuestionario	-Entrega del consentimiento informado -se repartirá un cuestionario sobre la estimulación prenatal para medir el nivel de conocimiento que las embarazadas tengan acerca del tema.	10 min	Lapicero encuesta borrador	E.E. Denisse Moreno
	11:55 a 12:15	Exposición	Participación individual. Lluvia de ideas. Resolviendo inquietudes .	Lanzar mueca Exposición a través de diapositivas con fotos e imágenes.	-Desarrollo de la exposición por parte de los ponentes explicando que es la estimulación prenatal y sus beneficios , resolviendo las inquietudes que le vayan surgiendo a las gestantes.	15 min 20 min.	Lap-top. Cañón proyector. Extensión. Bocinas.	E.E. Denisse Moreno

	12:15 a 12:25	Redaccion	Participación individual.	“El correo llega al bebe”	-Actividad Para efectuar el vinculo Madre-hijo , donde llevara acabo la gestante en escribir una carta y a si efectuar el vinculo con su hijo. Seguido de eso las embarazadas pegaran la foto de su ultrasonido mas reciente en un cuadro de unicel , esto con el fin de que en todas las sesiones el bebe este presente entre nosotros.	10 min.	Libreta Lapiceros Cuadro de unicel pegamento	E.E. Denisse Moreno
	12:25 a 12:30	“La papa Caliente”	Participacion individual Participacion grupal	Tecnica de reforzamient o de conocimient os adquiridos	-Dinamica donde se reforzara el conocimiento obtenido en la sesion , donde utilizaremos una pelota y al lanzarla se preguntara al azar a, cada participante y la que responda correctamente obtendra un regalo de cortesia .	5 min	Pelota Sensorial	E.E. Denisse Moreno

Carta descriptiva

Nombre del taller: Bebé a Bordo				No. De sesion: 2				
Lugar: Sala de taller, Coatzacoalcos ver .								
Objetivo General: Implementar tecnicas de relajacion,efectivas y tactiles para una estimulacion prenatal efectiva.								
Tema	Horario	Estrategia de enseñanza	Estrategia de aprendizaje	Técnica	Actividades	Duración	Material	Responsable
Estimulacion Prenatal Tectica tactil	11:30 a 11:35	Presentación	Participación individual y grupal .	"Sonrisitas"	- Bienvenida a las embarazadas a la cuarta sesion de estimulacion prenatal,explicando que en esta sesion el tema principal sera la estimulacion tactil	5 min	-Voz de los ponentes.	E.E. Denisse Moreno
	11:35 a 11:45	Ejercicios de relajacion	Participación individual. Participación grupal.	Tecnicas de respiración. Tecnicasde relajación muscular . Musica de relajación .	-Las gestantes estarán sentadas en sus tapetes de yoga, escuchando sonidos de la naturaleza y se iniciaran con técnicas de respiración profunda posterior a eso se levantaran y harán ejercicios básicos de calentamiento como lo son el estiramiento de cuello y cabeza, estiramiento de hombros, estiramiento de la parte alta de la espalda	5 min a 10 min	-Tapetes de yoga -Toalla . -Lap-top. -Proyector. -Extensión. -Bocinas -Musica con sonidos de la naturaleza	E.E. Denisse Moreno
	11:45 a 12:20	Exposicion y dinamicas	Participación individual	Tecnica tactil "El temblor "	-Exponer la técnica táctil de estimulación prenatal para que posterior a ello se pueda realizar las actividades que esta técnica tiene para una mejor comprensión. -Aplicar un Masajeador corporal sobre el abdomen de la madre durante unos segundos cambiándolo de posición en intervalos de tiempo. -Toques con compresas frías sobre el abdomen de la embarazada.	15 min. 35 min.	-Aceite de coco -Pelotas sensoriales -Compresas tibias -Compresas frias -Masajeador vibratorio -Musica relajante -laptot -Proyector -Bocinas	E.E. Denisse Moreno

					<p>-Toques con compresas tibias sobre el abdomen de la embarazada.</p> <p>-Masajes con pelota sensoriales sobre su pancita, girar la pelota en diferente direcciones.</p> <p>-Ejercicios de puño "Gusi gusi" araña "esta técnica se realiza aplicando aceite de coco sobre las manos de la embarazada y posterior a eso ella dará toques sobre toda su pancita principalmente con la yema de sus dedos.</p>			
	12:20 a 12:25	"El correo llega"	Participacion individual	Tecnica Afectiva	-Actividad para efectuar el vinculo Madre-hijo ,en donde la madre escribira una pequeña carta en una libreta de ella a su bebe, donde redactara lo que ella quiera decirle a su hijo no importando el numero de lineas que escriba.	5 min	-Libreta -Lapicero	E.E. Denisse Moreno
	12:25 a 12:30	"La papa caliente "	Participacion individual Participacion grupal	Tecnica de reforzamiento de conocimientos Adquiridos	-Dinamica donde se reforzara el conocimiento obtenido en la sesion , donde utilizaremos una pelota y al lanzarla preguntar , cada participante que responda bien obtendra un regalo de cortesia.	5 min	Pelota Sensorial	E.E. Denisse Moreno

Carta descriptiva

Nombre del taller: Bebé a Bordo				No. De sesion: 3				
Lugar: Sala de taller, Coatzacoalcos ver .								
Objetivo General: Implementar tecnicas de relajacion ,efectivas y auditivas para una estimulacion prenatal efectiva.								
Tema	Horario	Estrategia de enseñanza	Estrategia de aprendizaje	Técnica	Actividades	Duración	Material	Responsable
Tecnica auditiva	11:30 a 11:35	Presentacion	Participación individual y grupal .	“Sonrisitas”	- Bienvenida a las embarazadas a la cuarta sesion de estimulacion prenatal,explicando que en esta sesion el tema principal sera la estimulacion auditiva	5 min		E.E. Denisse Moreno
	11:35 a 11:45	Ejercicios de relajacion	Participación individual. Participación grupal.	Tecnicas de respiración. Tecnicas de relajación muscular . Musica de relajación .	-Las gestantes estarán sentadas en sus tapetes de yoga, escuchando sonidos de la naturaleza y se iniciaran con técnicas de respiración profunda posterior a eso se levantaran y harán ejercicios básicos de calentamiento como lo son el estiramiento de cuello y cabeza, estiramiento de hombros, estiramiento de la parte alta de la espalda.	5 min a 10 min	-Tapetes de yoga -Toalla . -Lap-top. - Proyector. - Extensión. -Bocinas -Musica clasica	E.E. Denisse Moreno
	11:45 a 12:20	Exposicion y dinamicas	Participación individual	Tecnica auditiva “La orquesta del Bebé”	-Exponer la técnica auditiva de estimulación prenatal para que posterior a ello se pueda realizar las actividades que esta técnica tiene para una mejor comprensión -En la orquesta del bebe se proporcionara sonidos diferentes con instrumentos musicales para estimular el oido del bebe dicos instrumentos musicales seran manipulados por los mismos padres hasta lograr una armonia en los sonidos . -En el Telefono umbilical , la madre y los familiares le hablaran al bebe por medio	15 min a 35 min	-Tapete de yoga -Musica -Proyector -Lap-top - Extencion -Bocinas -Telefono umbilical -Latas con arroz	E.E. Denisse Moreno

					de un telefono que elaboraran los ponentes en dicha platica se le dira al bebe lo importante que es para ellos y lo mucho que lo desean y quieren ademas que se aprovechara para leerle un cuento de esta manera se desarrolla un vinculo afectivo. -las madres cerraran los ojos y se relajaran para que ellas y los bebes escuchen la musica que los ponentes les pondran las cuales seran de diferentes generos musicales.		-Flautas -Panderos -cuentos	
	12:20 a 12:25	“El correo llega” “	Participacion individual	Tecnica Afectiva	-Actividad para efectuar el vinculo Madre-hijo ,en donde la madre escribira una pequeña carta en una libreta de ella a su bebe, donde redactara lo que ella quiera decirle a su hijo no importando el numero de lineas que escriba.	5 min	-libreta -lapicero	E.E. Denisse Moreno
	12:25 a 12:30	“La papa caliente “	Participacion individual Participacion grupal	Tecnica de reforzamiento	-Dinamica donde se reforzara el conocimiento obtenido en la sesion , donde utilizaremos una pelota y al lanzarla preguntar , cada participante que responda bien obtendra un regalo de cortesia .	5 min	-Pelota Sensorial	E.E. Denisse Moreno

Carta descriptiva

Nombre del taller: Bebé a Bordo					No. De sesion: 4			
Lugar: Sala de taller, Coatzacoalcos ver .								
Objetivo General: Implementar tecnicas de relajacion ,efectivas y motoras para una estimulacion prenatal efectiva.								
Tema	Horario	Estrategia de enseñanza	Estrategia de aprendizaje	Técnica	Actividades	Duración	Material	Responsable
Tecnica de relajación y Motora	11:30 a 11:35	Presentacion	Participación individual y grupal .	“sonrisitas”	-Bienvenida a las embarazadas a la cuarta sesion de estimulacion prenatal,explicando que en esta sesion el tema principal sera la estimulacion motora.	5 min	Voz de ponentes	E.E. Denisse Moreno
	11:35 a 11:45	Ejercicios de relajacion	Participación individual. Participación grupal.	Tecnicas de respiración. Tecnicasde relajación muscular . Musica de relajación .	-Las gestantes estarán sentadas en sus tapetes de yoga, escuchando sonidos de la naturaleza y se iniciaran con técnicas de respiración profunda posterior a eso se levantaran y harán ejercicios básicos de calentamiento como lo son el estiramiento de cuello y cabeza, estiramiento de hombros, estiramiento de la parte alta de la espalda.	5 min a 10 min	-Tapetes de yoga - Toalla . -Lap-top. - Proyector. - Extensión. -Bocinas -Musica clasica	E.E. Denisse Moreno
	11:45 a 12:20	Exposicion y tecnicas motoras de estimulacion prenatal	Participación individual	Tecnica de relajación y motora “Afinando la llegada ”	-En la dinamica de “el semaforo” , es un juego de tarjetas de diferentes colores(verde,rojo y amarillo) en la cual cada color significara una actividad fisica para crear un circuito de ejercicios , por ejemplo si el ponente pone una tarjeta verde a las participantes	15 min a 35 min	-Proyector -Lap-top - Extencion -Musica -Bocina -Tarjetas de colores	E.E. Denisse Moreno

					ellas haran cardio de bajo impacto el cual lo realizaran siguiendo a los ponentes los cuales pondran los ejercicios , la siguiente tarjeta sera amarilla en donde ellas caminaran en circuito practicando ejercicios de respiracion profunda y cuando se ponga la tarjeta roja empezaran hacer "risoterapia" la cual consistira en caminar en forma desordenada por todo el aula saludando de mano y riendo con todas las participantes sin parar hasta que la actividad concluya			
	12:20 a 12:25	"El correo llega" "	Participacion individual	Tecnica afectiva	-Actividad para efectuar el vinculo Madre-hijo ,en donde la madre escribira una pequeña carta en una libreta de ella a su bebe, donde redactara lo que ella quiera decirle a su hijo no importando el numero de lineas que escriba.	5 min	-libreta -lapicero	E.E. Denisse Moreno
	12:25 a 12:30	"La papa caliente "	Participacion individual Participacion grupal	Tecnica de reforzamiento	-Dinamica donde se reforzara el conocimiento obtenido en la sesion , donde utilizaremos una pelota y al lanzarla preguntar , cada participante que responda bien obtendra un regalo de cortesia .	5 min	-pelota sensorial	E.E. Denisse Moreno

Carta descriptiva

Nombre del taller: Bebé a Bordo					No. De sesion: 5			
Lugar: Sala de taller, Coatzacoalcos ver .								
Objetivo General: Implementar tecnicas de relajacion ,efectivas, visual y gustativas para una estimulacion prenatal efectiva.								
Tema	Horario	Estrategia de enseñanza	Estrategia de aprendizaje	Técnica	Actividades	Duración	Material	Responsable
Tecnica gustativa y visual	11:30 a 11:35	Presentacion	Participación individual y grupal .	“Sonrisitas”	-Bienvenida a las embarazadas a la quinta sesion de estimulacion prenatal,explicando que en esta sesion el tema principal sera la estimulacion gustativa y visual retomando el vinculo afectivo con el que se ha venido trabajando a lo largo de las sesiones	5 min	-Voz de los ponentes	E.E. Denisse Moreno
	11:35 a 11:40	Ejercicios de relajacion “Mis 5 minutos mikey way “	Participación individual. Participación grupal.	Tecnicas de respiración. Tecnicasde relajación muscular . Musica de relajación .	-Las gestantes estarán sentadas en sus tapetes de yoga, escuchando sonidos de la naturaleza y se iniciaran con técnicas de respiración profunda posterior a eso se levantaran y harán ejercicios básicos de calentamiento como lo son el estiramiento de cuello y cabeza, estiramiento de hombros, estiramiento de la parte alta de la espalda.	5 min a 10 min	-Tapetes de yoga -Toalla . -Lap-top. -Cañón proyector. -Extensión. -Bocinas -Musica con sonidos naturales	E.E. Denisse Moreno

	11:40 a 12:00	Exposición y Dinamicas	Participación individual Y grupal .	Tecnica Gustativa "AM AM "	La embarazada con los ojos cerrados por medio de pañuelos probara diferentes sabores y descubriría el nombre de los alimentos estos van desde lo dulce hasta lo salado, amargo o picoso	15 min.	-Helado napolitano -Paletas de chamoy -Toronja -Paleta de dulce -Pica piñas -Tajin -Pañuelos	E.E. Denisse Moreno
	12:00 a 12:30	Exposicion y Dinamicas	Participacion individual	Tecnica Visual "llamando al batimovil"	-Se expondra la tecnica visual de estimulacion prenatal -La embarazada se sentara en los tapetes y con una lampara hara circulos con la luz de la misma sobre su pancita -La embarazada tapara su pancita con una tela negra y despues de unos segundos la destapara para que le de la luz natural de esta manera estimulara a su bebe La embarazada a travez de las hojas de papel celofan de colores en forma de figuras se iluminara con la lampara para que se haga la forma en la pancita y se refleje luces de colores	30 min	-hojas de celofan de colores -Lamparas -Tela negra	E.E. Denisse Moreno
	12:30 a 13:00	Cuestionario	Participacion individual	Midiendo el nivel de	Se aplicara un cuestionario final para medir el	30min	Cuestionario Lapiz	E.E. Denisse Moreno

				conocimientos adquiridos	conocimiento adquirido durante el programa de estimulación prenatal			
	13:00 13:30	Convivio	Participación grupal	La despedida	El taller de estimulación prenatal dará fin, y el grupo de embarazadas recibirá un reconocimiento por su participación en el programa además que se hará un convivio de despedida en donde se manifestarán los aprendizajes obtenidos y su experiencia en este taller y como ha influido en el proceso de su embarazo	30 min	Bocadillos Frutas Agua de jamaica Flan napolitano Reconocimiento	E.E. Denisse Moreno