

Intervención educativa de enfermería en el nivel de conocimientos de autocuidado en embarazadas

MC. Ramona Armida Medina Barragán*, MC. María de Jesús Medina Sánchez*, MC. Maritza Espericueta Medina*, MC. Ramona Pérez Pérez*, MC. Daniela Lizbeth Salas Medina*, MC. Imelda de Jesús Vázquez Arámbula* MC. María Raquel Moya García*

**Profesores de TC de la Unidad Académica de Enfermería de la Universidad Autónoma de Nayarit. Tepic, Nayarit. México.*

Correspondencia:

MC Ramona Armida Medina Barragán: armidamedina74@hotmail.com Unidad Académica de Enfermería de la Universidad Autónoma de Nayarit. Cd. De la Cultura "Amado Nervo" Tepic, Nayarit. México. CP 63000 Tel. 311 2118824.

RESUMEN

En México la salud materno infantil continúa siendo uno de los grandes retos de salud pública. Los problemas relacionados con el embarazo, parto y puerperio, representan una de las principales causas de mortalidad en mujeres en edad reproductiva y están altamente determinados por las condiciones socioeconómicas y por falta de conocimiento. **Objetivo:** Evaluar una intervención educativa de enfermería en el nivel de conocimientos sobre autocuidado durante el embarazo.

Metodología: Estudio cuantitativo de tipo pre-experimental, mediante un programa de intervención educativa de enfermería dirigida a fortalecer los conocimientos de autocuidado en el embarazo. **Resultados:** En relación a la evaluación previa a la aplicación de la estrategia educativa (pre-test) se dedujo que las embarazadas contaban con un conocimiento inadecuado respecto al autocuidado del embarazo; ya que de acuerdo con el nivel de conocimiento el 26.7% obtuvo un conocimiento bueno, el 43.3% regular y 30.0 % se ubicó en malo. **Discusión:** Una vez aplicada la estrategia educativa, los resultados obtenidos a través del post-test evidenciaron que el nivel de conocimientos de autocuidado de las embarazadas se incrementó, mostrando un mejor

nivel, ya que solo el 6.7% se ubicó como regular y el 93.3. % se caracterizó por tener un conocimiento bueno. Lo que indica que fue favorable la intervención educativa de enfermería en el conocimiento sobre autocuidado de las embarazadas.

Conclusiones: Es de suma importancia resaltar la efectividad de la intervención educativa de enfermería utilizando el sistema de apoyo educativo como herramienta para fortalecer acciones de autocuidado en la gestante.

Palabras clave: Intervención educativa, nivel de conocimientos, autocuidado, embarazo.

ABSTRACT

In Mexico, maternal and child health remains as one of the major public health challenges. The problems related to pregnancy, childbirth and postpartum period represent a major cause of mortality among women of reproductive age, and are highly determined by the socioeconomic conditions and lack of knowledge.

Objective: to evaluate a nursing educational intervention at the level of self-care skills during pregnancy.

Methodology: Quantitative study of pre-experimental type, through a nursing educational

intervention aimed at strengthening the skills of self-care in pregnancy. **Results:** In relation to the previous assessment of the educational strategy (previous test) it was inferred that pregnant women had inadequate knowledge about the self-care of pregnancy, given that according to the level of knowledge 26.7% obtained a good knowledge, 43.3% regular and 30.0% was located in bad. **Discussion:** In relation to the preliminary evaluation of the nursing intervention. In relation to posterior test results, the level of knowledge of pregnant women increased from pretest to posttest, presenting a higher level of knowledge, since only 6.7% received regular knowledge and 93.3.% were characterized by having a good knowledge, which indicates that the nursing education program to self-care for pregnant women had influence on them. **Conclusions:** It's very important to highlight the effectiveness of nursing educational intervention using educational support system as a tool to strengthen self-care actions in pregnant women.

Key words: Educational intervention, level of knowledge, self-care, pregnancy.

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha calculado que al año mueren más de 500,000 mujeres por causas relacionadas con el embarazo, parto y puerperio. Cada día cobra más importancia en el campo de la obstetricia la vigilancia de la mujer durante el desarrollo del embarazo (1); la cuarta parte de la población enfrenta serios problemas de salud, como: embarazos no deseados, situación que conlleva a la falta del cuidado prenatal, ocasionando complicaciones en el embarazo, parto y puerperio. (2)

Cada año a nivel mundial 536 000 mujeres mueren por complicaciones durante el embarazo o el parto; el 99% de ellas ocurren en países en vías de desarrollo, los avances en la reducción de la morbilidad y mortalidad maternas dependen en gran medida de la mejora al acceso de los

servicios de salud materna y reproductiva y la utilización de los mismos. (3)

En México la morbilidad y mortalidad perinatal continúan siendo uno de los grandes problemas de salud que afectan a la mujer en edad reproductiva; en el periodo de 1996–2000 se presentaron 533 muertes maternas por complicaciones en el embarazo, parto y puerperio, en el 2005 se registró una tasa de mortalidad materna por afecciones en la etapa perinatal del 6.2 a nivel nacional y en el estado de Nayarit ésta se incrementó considerablemente a 10.15 por 10,000 nacidos vivos (4)

En nuestro país cada año fallecen alrededor de 1400 mujeres por afecciones perinatales; el 70% de estas muertes ocurren en los estados del centro y sureste del país, registrando una tasa de 13.0 (4). Nayarit fue de 7.1. en el 2009 y de 5.0 en el 2010 por cada 10,000 nacidos vivos (5).

Existen factores de riesgo en la etapa del embarazo los cuales están estrechamente relacionados con los hábitos higiénicos y nutricionales, factores ambientales, omisión de la consulta prenatal y sobre todo la falta de información de las embarazadas acerca de su cuidado. Estos factores de riesgo se relacionan estrechamente con las complicaciones del embarazo, parto y puerperio, lo que dificulta el curso de éste y aumenta la morbilidad y mortalidad materna. (6).

Los datos anteriores muestran lo importante que es para la mujer que durante la gestación se le proporcionen cuidados adecuados para garantizar un embarazo saludable y parto libre de riesgos. Una estrategia que utiliza el profesional de enfermería para disminuir las complicaciones durante el embarazo es la educación para la salud, a través de actividades encaminadas a la vigilancia prenatal adecuada y fundamentalmente a la educación personalizada y específica, con la finalidad de prevenir y/o identificar

oportunamente los trastornos más frecuentes en el binomio madre-hijo; de suma importancia es el control prenatal como área de oportunidad para detectar factores de riesgo susceptibles de prevención y Control.

La educación y el autocuidado son estrategias sencillas que pueden influir sobre este problema, de tal forma que si la embarazada tiene mayor conocimiento de cómo cuidarse durante esta etapa, disminuirá los riesgos mediante la intervención de enfermería.

La contribución de enfermería en este ámbito, consiste en educar a la mujer embarazada y fortalecer en ella la conciencia del valor de la salud y proveer el cuidado de acuerdo a las necesidades de la usuaria mediante la aplicación de procedimientos de intervención y evaluación de los resultados.

El autocuidado, es la práctica de las actividades que las personas jóvenes y maduras emprenden con arreglo a su situación temporal con el fin de seguir viviendo, mantener la salud, prolongar el desarrollo personal y conservar su bienestar. (7).

Es una actividad aprendida por los individuo orientados hacia un objetivo y durante el embarazo es fundamental, porque la práctica del mismo influye positivamente en el nivel de salud y la calidad de vida de la embarazada, al lograr que mejoren sus conocimientos y destrezas para cuidar de su propia salud y la de su hijo; fomentando su capacidad de decidirse a buscar ayuda profesional cuando sea necesario. (8)

La mayoría de los daños obstétricos y los riesgos para la salud de la madre y del niño pueden ser prevenidos, detectados y tratados con éxito, mediante la aplicación de procedimientos normados para la atención, entre los que destacan el uso del enfoque de riesgo y la realización de

actividades eminentemente preventivas y la eliminación o racionalización de algunas prácticas que llevadas a cabo en forma rutinaria aumentan los riesgos. Las acciones propuestas tienden a favorecer el desarrollo normal de cada una de las etapas del proceso gestacional y prevenir la aparición de complicaciones.

Las acciones para el autocuidado de la salud pueden ser reforzadas si la madre recibe la orientación adecuada sobre los cuidados prenatales y los signos de alarma y se corresponsabiliza junto con su pareja (o familia) en el cuidado de su propia salud (9)

Por otra parte la educación en todos sus ámbitos incluyendo la salud, es un proceso dinámico, permanente e inacabado de experiencias de aprendizaje intencionales o incidentales entre el individuo y su entorno biopsicosocial que ejerce influencia en su forma de pensar, sentir, actuar y lo convierte en un producto de su cultura, con la capacidad de reproducir o transformar el ambiente que lo rodea (10).

Así pues la educación para la salud es un proceso dinámico y permanente de acciones intencionadas capaces de influir favorablemente en los conocimientos, conductas y hábitos de las personas; estimulan su participación activa, consciente y responsable para el autocuidado de su salud, familia y comunidad; permite capacitar a la población a través de procesos educativos para que se protejan de los riesgos que ponen en peligro su salud, para que desarrolle hábitos que mejoren sus condiciones de vida. (10)

Estudios de investigación que se han realizado, confirman que la educación contribuye de manera fundamental para disminuir las complicaciones durante el embarazo al observar mejores resultados en el neonato principalmente en los factores que son modificables a través de la educación, por lo que esta es una estrategia

fundamental para facilitar la práctica del autocuidado de la mujer embarazada en control prenatal, por lo anteriormente citado, el objetivo de la investigación es evaluar la intervención educativa de enfermería en el nivel de conocimientos de autocuidado durante el embarazo.

METODOLOGÍA

Previo consentimiento informado se realizó un estudio prospectivo y de intervención (pre-experimental) sin grupo control a 30 embarazadas que acudieron a control prenatal en un Hospital de la Ciudad de Tepic, Nayarit. La estrategia estuvo estructurada en cuatro etapas:

- 1.- Primeramente se aplicó un pre-test para evaluar el nivel de conocimientos sobre autocuidado.
- 2.- Se desarrolló el programa de apoyo educativo de enfermería mediante pláticas, entrega de un manual y trípticos informativos, se utilizó el método activo participativo y de realimentación sobre la importancia de los cuidados durante el embarazo, alimentación, vestimenta, higiene personal, señales de alarma, cuidados de la piel, relajación, reposo, ejercicios, complicaciones durante el embarazo, lactancia materna, métodos anticonceptivos, toxicomanías entre otros temas.
- 3.- Se realizaron técnicas de: relajación, ejercicios, clasificación de alimentos (plato de buen comer), lactancia materna y cuidados de la piel con devolución de técnicas.
- 4.- Aplicación del pos test para evaluar los cambios en el nivel de conocimientos del embarazo y cuidados del mismo.

Se aplicó un pre test y pos test con una guía de valoración de datos básicos de la embara-

zada, y requisitos de autocuidado universales, integrado por 38 reactivos de carácter mixto (si, no) y 4 preguntas cerradas. Cada respuesta se codificó con valor 1 si la respuesta era (si) y 0 si la respuesta era (no), obteniéndose un valor mínimo de (0) y un valor máximo de (38); para valorar los resultados se consideraron tres niveles de conocimientos: bueno para valores mayores de 25 puntos, regular para quienes se ubicaron entre 15 a 24 y malo para menores de 14 puntos.

Para el análisis estadístico se utilizó el paquete SPSS versión 15.0, con el cual se realizó estadística descriptiva para variables sociodemográficas y estadística inferencial: t de Student para comparación de medias y ji-cuadrada para variables nominales; se adoptó un valor de significancia estadística de $p < 0.05$ y una confiabilidad del 95%

RESULTADOS

La edad de las embarazadas fluctúa entre los 16 a 39 años; de 16 a 21 se ubica el 50 %, de 22 a 27 el 30%, de 28 a 33 con el 16.7% y de 34 a 39 se presenta un 3.3 %. Referente al estado civil se clasificó en casadas que representan un 50%, en unión libre 26.7%, dentro del rubro de madres solteras se ubicó el 23.3%. La escolaridad de las embarazadas fue: de nivel primaria a profesional, de nivel básico primaria se ubicó el 3.3%, con secundaria el 40.0%, de bachillerato el 23.3%, y con nivel licenciatura 33.3%. Respecto a la ocupación se encontró que el 70% se dedican al hogar, el 16.7 % estudian y sólo el 13.3% son empleadas. Con relación a la vivienda, el mayor porcentaje 36.6% cuentan con casa propia, 30.0% viven con familiares, 20% rentan y el 13.3 %, viven en casa prestada.

A través del pre-test de acuerdo a las preguntas realizadas antes de la aplicación de la intervención educativa, se observó que el nivel de conocimiento que tenían las embarazadas con respecto al autocuidado presentaba una media de 19.53, con una desviación estándar de 6.37

con un mínimo de 7 aciertos y un máximo de 30. La calificación pre-test fue de 19.53 ± 6.37 con un rango de 7 a 30. Lo que muestra que el 30.0% contaban con un conocimiento malo o nulo, el 43.3% con un conocimiento regular, y solo el 26.7% restante con un conocimiento bueno.

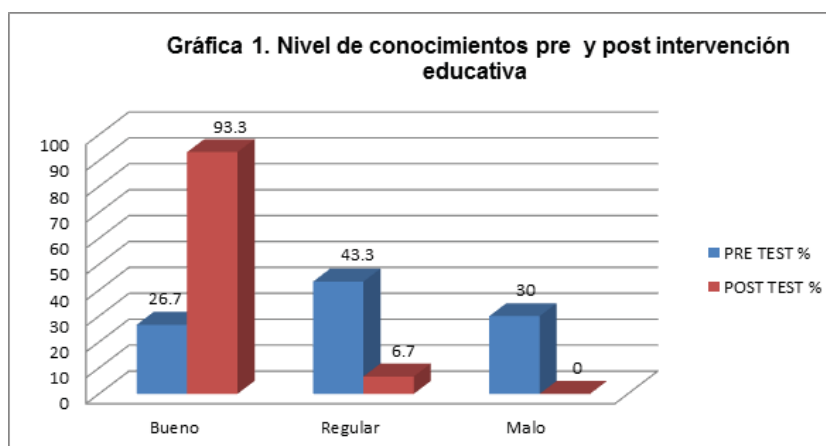
En relación con el nivel de conocimientos que tuvieron posterior a la estrategia educativa

(post-test) se observó una media de 28.77 y una desviación de 3.00 con un mínimo de 20 aciertos y un máximo de 33, de los cuales 2 que corresponden al 6.7% se ubican con un conocimiento regular, y 28 que pertenece al 93.3% con un conocimiento bueno. La calificación post-test fue de 28.77 ± 3.00 con un rango de 20 a 33 ($p < 0.0001$).

Cuadro1. Nivel de conocimientos pre y post intervención educativa

NIVEL DE CONOCIMIENTOS	PRE TEST		POST TEST	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Bueno	8	26.7	28	93.3
Regular	13	43.3	2	6.7
Malo	9	30.0	0	0

Fuente: Cuestionario



Fuente: Cuestionarios

Cuadro 2. Resultados obtenidos del cuestionario para medir nivel de conocimientos en las embarazadas. (Pre-test)

No.	PREGUNTAS	Correcto	Incorrecto
		%	%
1	¿Sabe que hacer en caso de tener problemas para respirar?	40.00	60.00
2	¿Realiza caminatas al aire libre?	43.33	56.67
3	¿Habita lugares contaminados?	26.67	73.33
4	¿Frecuenta lugares concurridos?	36.67	63.33

No.	PREGUNTAS	Correcto	Incorrecto
		%	%
5	¿Sabe la cantidad de agua que debe tomar diariamente una embarazada?	36.67	63.33
6	¿El agua que consume para beber es purificada?	96.67	3.33
7	¿Conoce los grupos básicos de alimentos?	23.33	76.67
8	¿Sabe cómo debe ser su alimentación?	30.00	70.00
9	¿Sabe qué alimentos debe consumir más y evitar durante el embarazo?	16.67	83.33
10	¿Ha tenido que cambiar su alimentación a causa del embarazo?	36.67	63.33
11	¿Sabe cuántos kilos debe aumentar durante su embarazo?	36.67	63.33
12	¿Sabe con qué frecuencia debe orinar durante el día una embarazada?	16.67	83.33
13	¿Sabe con qué frecuencia debe evacuar durante el día una embarazada?	36.67	63.33
14	¿Sabe qué hacer en caso de estreñimiento?	33.33	66.67
15	¿Conoce cuáles son los ejercicios que debe realizar durante su embarazo?	6.67	93.33
16	¿Realiza algún tipo de ejercicio de acuerdo a su embarazo?	13.33	86.67
17	¿Conoce las contraindicaciones para realizar ejercicio durante su embarazo?	16.67	83.33
18	¿Acostumbra descansar durante el día?	46.67	53.33
19	¿Sabe cuántas horas debe dormir en la noche una embarazada?	43.33	56.67
20	¿Conoce las medidas higiénicas durante el embarazo?	46.67	53.33
21	¿Se baña diario?	93.33	6.67
22	¿Se cepilla los dientes?	93.33	6.67
23	¿Conoce cómo debe usar su ropa durante el embarazo?	76.67	23.33
24	¿Sabe cómo debe usar su calzado durante el embarazo?	70.00	30.00
25	¿Sabe cómo cuidarse su piel durante el embarazo?	13.33	86.67
26	¿Sabe cómo cuidarse sus senos durante el embarazo?	20.00	80.00
27	¿Sabe qué hacer en caso de náuseas durante el embarazo?	26.67	73.33
28	¿Evitar fumar durante el embarazo?	36.67	63.33
29	¿Evita consumir bebidas alcohólicas?	80.00	20.00
30	¿Consume algún tipo de drogas o medicamentos?	10.00	90.00
31	¿Conoce la técnica de Relajación durante el embarazo?	23.33	76.67
32	¿Se siente contenta con su embarazo?	83.33	16.67
33	¿Sabe cuándo debe evitar las relaciones sexuales durante su embarazo?	20.00	80.00
34	¿Conoce las señales de alarma en el embarazo?	23.33	76.67
35	¿Conoce las complicaciones en el embarazo?	26.67	73.33
36	¿Conoce las ventajas de la lactancia materna?	33.33	66.67
37	¿Conoce los métodos anticonceptivos?	30.00	70.00
38	¿Conoce las ventajas y desventajas métodos anticonceptivos?	20.00	80.00

Fuente: cuestionario

Cuadro No. 3: Resultados obtenidos del cuestionario para medir nivel de conocimientos en las embarazadas. (Post-test)

No.	PREGUNTAS	Correcto	Incorrecto
		%	%
1	¿Sabe que hacer en caso de tener problemas para respirar?	80.00	20.00
2	¿Realiza caminatas al aire libre?	80.00	20.00
3	¿Habita lugares contaminados?	6.67	93.33
4	¿Frecuenta lugares concurridos?	13.33	86.67
5	¿Sabe la cantidad de agua que debe tomar diariamente una embarazada?	96.67	3.33
6	¿El agua que consume para beber es purificada?	100.00	0.00
7	¿Conoce los grupos básicos de alimentos?	90.00	10.00
8	¿Sabe cómo debe ser su alimentación?	96.67	3.33
9	¿Sabe qué alimentos debe consumir más y evitar durante el embarazo?	93.33	6.67
10	¿Ha tenido que cambiar su alimentación a causa del embarazo?	76.67	23.33
11	¿Sabe cuántos kilos debe aumentar durante su embarazo?	86.67	13.33
12	¿Sabe con qué frecuencia debe orinar durante el día una embarazada?	80.00	20.00
13	¿Sabe con qué frecuencia debe evacuar durante el día una embarazada?	80.00	20.00
14	¿Sabe qué hacer en caso de estreñimiento?	90.00	10.00
15	¿Conoce cuáles son los ejercicios que debe realizar durante su embarazo?	86.67	13.33
16	¿Realiza algún tipo de ejercicio de acuerdo a su embarazo?	73.33	26.67
17	¿Conoce las contraindicaciones para realizar ejercicio durante su embarazo?	83.33	16.67
18	¿Acostumbra descansar durante el día?	86.67	13.33
19	¿Sabe cuántas horas debe dormir en la noche una embarazada?	93.33	6.67
20	¿Conoce las medidas higiénicas durante el embarazo?	93.33	6.67
21	¿Se baña diario?	100.00	0.00
22	¿Se cepilla los dientes?	100.00	0.00
23	¿Conoce cómo debe usar su ropa durante el embarazo?	100.00	0.00
24	¿Sabe cómo debe usar su calzado durante el embarazo?	96.67	3.33
25	¿Sabe cómo cuidarse su piel durante el embarazo?	80.00	20.00
26	¿Sabe cómo cuidarse sus senos durante el embarazo?	70.00	30.00
27	¿Sabe qué hacer en caso de náuseas durante el embarazo?	83.33	16.67
28	¿Evitar fumar durante el embarazo?	96.67	3.33
29	¿Evita consumir bebidas alcohólicas?	100.00	0.00
30	¿Evita consumir algún tipo de drogas o medicamentos?	0.00	100.0
31	¿Conoce la técnica de Relajación durante el embarazo?	76.67	23.33
32	¿Se siente contenta con su embarazo?	100.00	0.00
33	¿Sabe cuándo debe evitar las relaciones sexuales durante su embarazo?	90.00	10.00
34	¿Conoce las señales de alarma en el embarazo?	96.67	3.33
35	¿Conoce las complicaciones en el embarazo?	93.33	6.67
36	¿Conoce las ventajas de la lactancia materna?	96.67	3.33
37	¿Conoce los métodos anticonceptivos?	90.00	10.00
38	¿Conoce las ventajas y desventajas métodos anticonceptivos?	76.00	24.00

Fuente: cuestionario

La prueba *t* de Student y la de Ji –cuadrada (χ^2) realizada, arrojó un valor de 20.000 que comparado en el valor crítico de las tablas que es de 3.84 al 0.05 de significancia se puede observar que es altamente significativo ($p < 0.0001$) lo que demuestra la efectividad de la estrategia educativa implementada en las mujeres embarazadas que acudieron a control prenatal.

DISCUSIÓN.

La mujer durante la etapa del embarazo, parto y puerperio; el apoyo es básico para el cuidado de la salud, tanto para ella como para su futuro hijo. Tomando en cuenta que el autocuidado; conlleva la capacidad humana de los individuos para realizar acciones con el objeto de cuidar de sí mismo y de otros el aprendizaje del autocuidado y de mantenimiento continuado, son funciones humanas que implican acciones intencionadas (11).

En lo referente a los rubros de edad y estado civil, las embarazadas se ubicaban en la etapa de la adolescencia y se encuentran en unión libre y/o madres solteras, con relación a la ocupación se encontró que el mayor porcentaje se dedican a labores propias del hogar, factor importante que influye en sus condiciones de vida y de salud de las mujeres como sus hijos que viven en condiciones de inseguridad médica, social, jurídica y económica. Estos resultados son similares a los encontrados por M. Pastor y cols. (11). En donde los datos de ambas variables fueron semejantes encontrando mayor porcentaje de adolescentes embarazadas y la mayoría de ellas se dedicaban al hogar.

De acuerdo con los resultados obtenidos a través del cuestionario para medir el nivel de conocimientos que tenían las embarazadas en el pre-test reflejó un mayor porcentaje de regular a malo. Es importante señalar que la información que tenían las embarazadas se centraba básicamente en aspectos generales acerca de la higiene personal, algunos métodos anticonceptivos, pero ignoraban las ventajas y desventajas

de los mismos y conocían a grandes rasgos las repercusiones de las adicciones para la salud durante esta etapa; lo anterior permitió deducir que a pesar del conocimiento que tenían, no existían los elementos necesarios para evitar las posibles complicaciones que se presentan cuando existen factores de riesgo durante el embarazo, ya que desconocían aspectos importantes como: una equilibrada nutrición, peso adecuado, relajación, las señales de alarma, entre otros que son fundamentales para lograr un embarazo saludable.

De manera general los resultados encontrados fueron: que no contaban con los conocimientos mínimos necesarios para llevar a cabo el autocuidado en el embarazo, lo que demuestra que no habían recibido ningún tipo de educación, los datos son similares en algunos aspectos a los encontrados en el estudio realizado por Carmona y cols. (12). En donde las participantes manifestaron un nivel de conocimientos de medio y bajo, la información que manifestaron fue: nutrición materna, higiene personal y métodos de planificación familiar. Resultados similares se encontraron en un estudio realizado por Serrano Silva, E. y Meneses Peña, T. (13) en donde existe deficiencias en el conocimiento acerca de una nutrición equilibrada ingiriendo alimentos ricos en cantidad y pobres en calidad nutricional, desconocimientos es la inapropiada vestimenta que utilizan diariamente las madres gestantes.

Los resultados obtenidos en la presente investigación referente al nivel de conocimientos de las embarazadas reflejaron incremento del pre-test al post-test; Las respuestas que se incrementaron significativamente fueron en relación a identificar las señales de alarma, las complicaciones en el embarazo, los métodos anticonceptivos, ventajas de la lactancia materna, así como las técnicas de relajación, ejercicios que se deben de realizar durante el embarazo, aspectos relacionados con la nutrición, importancia de acudir al control prenatal desde el inicio de su embarazo entre otros.

Con base en lo anterior se deduce que las embarazadas no tenían información sobre la importancia de practicar el autocuidado durante esta etapa, lo que refleja que a muchas de ellas les falta motivación para acudir a control prenatal y sobre todo que se comprometan a cuidar de su salud, así mismo estarse capacitando para llevar a cabo su autocuidado.

CONCLUSIONES

- Es fundamental que se otorgue educación acerca del autocuidado en las embarazadas, a través del apoyo y guía que le proporcione el personal de enfermería para lograr cambios de actitud y comportamientos que promuevan y conserven un óptimo estado de salud tanto de la gestante como en el bebé.
- Es de suma importancia resaltar la efectividad de la intervención de enfermería utilizando el sistema de apoyo educativo como herramienta para fortalecer acciones de autocuidado en la gestante.
- El aspecto educativo es responsabilidad del personal de enfermería, es una de las actividades que juega un papel importante en la disminución de los factores de riesgo, sobre todo aquellos que son modificables a través de la educación.
- Los resultados obtenidos permiten aceptar la hipótesis; por lo que la estrategia educativa de enfermería es determinante para lograr cambios significativos en el nivel de conocimientos de autocuidado en el embarazo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Burroughs Arlene, Med. RN Enfermería Materno Infantil de Bleir 7ª Ed. Editorial McGraw Hill 2006.
2. Stern C. El embarazo en la adolescencia como problema público: una visión crítica. Salud pública de México 2005.
3. OMS. Estadísticas sanitarias mundiales 2009. Isbn 978 92 4 356381 7 (Clasificación nlm: wa 900.1)
4. Consejo Nacional de Población. (CONAPO) Programa Nacional de Planificación Familiar 2006-2012. México, D.F. 2006
5. Secretaria de Salud en Nayarit (SSN) estadísticas de mortalidad materna 2001–2010 programa de arranque pareja en la vida octubre 2011
6. Langer A, Tolbert. A. La salud reproductiva de la mujer en México: una agenda para la investigación y la acción. México, D.F. 2006, pag. 38 y 54.
7. Orem, Dorotea E. Modelo de Orem: conceptos de enfermería en la práctica. Savannag, ga. Ed. Científicas y técnicas, S.A. Barcelona, España 1986.
8. Mariner, A. 2005. Modelos y teorías de enfermería. Barcelona. Ediciones Rol. S.A.
9. Norma Oficial Mexicana NOM-007-SSA 2-1993, Atención de la mujer durante el embarazo, parto y puerperio y del recién nacido. Criterios y procedimientos para la prestación del servicio. Recuperado en el mes de junio del 2012
10. OPS/OMS. Colombia 2009 ¿Qué hacer para una maternidad responsable?
11. M. Pastor y cols. Conocimientos y prácticas sobre autocuidado que influyen en la salud de la mujer, durante el embarazo y el puerperio. CESAMO, Depto. El Paraíso, Honduras. Universidad Nacional Autónoma de Honduras Rev. Fac. Cienc. Méd. • Julio - Diciembre 2006 .
12. Carmona Mariana Hurtado y Cols. Propuesta de un programa sobre autocuidado en salud, dirigido a adolescentes embarazadas usuarias de la consulta prenatal del Hospital Distrital Bejuma, Estado Carabobo, año 2007
13. Serrano Silva, E. y Meneses Peña, T. Autocuidado en mujeres embarazadas en el subcentro de salud "los vergeles" Universidad Estatal de Milagro Agosto. 2012
<http://hdl.handle.net/123456789/9>