EsSalud

"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"
"Año de la Universalización de la Salud"

RESOLUCIÓN DE GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD Nº 45 -GCPS-ESSALUD-2020

Lima, 22 DIC 2020

VISTO:

La Nota N° 324 -GPNAIS-GCPS-ESSALUD-2020 con el Informe N° 203 -GPNAIS-GCPS-ESSALUD-2020 de la Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud y,

CONSIDERANDO:

Que, el artículo I del título preliminar de la Ley N° 26842, Ley General de salud, establece que la salud es indispensable del desarrollo humano y medio fundamental para alcanzar el bienestar individual y colectivo;

Que, el numeral 1.2 del artículo 1º de la Ley Nº 27056, Ley de Creación del Seguro Social de Salud, establece que ESSALUD tiene por finalidad dar cobertura a los asegurados y sus derechohabientes, a través del otorgamiento de prestaciones de prevención, promoción, recuperación, rehabilitación, prestaciones económicas, y prestaciones sociales que corresponden al régimen contributivo de la Seguridad Social en Salud, así como otros seguros de riesgos humanos;

Que, mediante Resolución de Presidencia Ejecutiva N° 767-PE-ESSALUD-2015 se aprobó el texto actualizado y concordado del Reglamento de Organización y Funciones del Seguro Social de Salud - ESSALUD, estableciéndose en el artículo 158° que la Gerencia Central de Prestaciones de Salud es el órgano de línea encargado de elaborar, proponer, monitorear y evaluar el cumplimiento de las políticas, normas y estrategias relacionadas con la atención integral de salud que se brindan a los usuarios a través de las IPRESS propias, de terceros y otras modalidades, así como en salud ambiental, seguridad y salud en el trabajo y medicina complementaria, en el marco de las normas sectoriales, dependiendo de la Gerencia General;

Que, la Organización Mundial de la Salud ha calificado con fecha 11 de marzo del 2020, el brote de Coronavirus (COVID-19) como una pandemia al haberse extendido en más de cien países del mundo de manera simultánea;

Que, mediante el Decreto Supremo N° 008-2020-SA se declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario, dictando medidas de prevención y control del COVID-19, el cual ha sido ampliando con Decreto Supremo Nº 031-SA hasta el 7 de marzo del 2021;

Que, según Decreto Legislativo N° 1490-2020, se aprueba el Decreto que fortalece los alcances de la Telesalud, servicio de salud a distancia prestado por personal de salud a través de las tecnologías de información y comunicación;

Que, con Decreto Supremo N° 010-2020-SA, modificado por Decreto Supremo N° 011-2020-SA, se aprueba el "Plan de Acción – Vigilancia, contención y atención de casos del nuevo COVID-19 en el Perú"; y, la relación de "Bienes o servicios requeridos para las actividades de la emergencia sanitaria COVID 19", correspondientes al Ministerio de Salud, al Instituto Nacional de Salud y al Seguro Social de Salud – EsSalud;

Que, mediante Resolución Ministerial Nº 217-2020-MINSA, se aprueba la Directiva Sanitaria Nº 094-MINSA/2020/DGIESP, "Directiva Sanitaria para garantizar la salud de las gestantes y la continuidad de la atención en planificación familiar ante la infección por COVID 19", con la finalidad de contribuir a la prevención del contagio, reducción y manejo de los casos de pacientes obstétricas y/o mujeres en edad reproductiva sospechosas o infectadas por el COVID 19;

RESOLUCIÓN DE GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD Nº 45 -GCPS-ESSALUD-2020

Que, mediante Resolución Ministerial N° 361-2011/MINSA, se aprueba la "Guía Técnica para la Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal", cuya finalidad es estandarizar los procesos de la psicoprofilaxis obstétrica y estimulación prenatal, en los servicios de obstetricia de los establecimientos de salud para contribuir a la reducción de la morbimortalidad materna perinatal;

Que, mediante Resolución de Gerencia General N° 551-GG-ESSALUD-2010, se aprueba la Directiva Nº 10- GG-ESSALUD-2010 "Normas Generales de Telesalud en el Seguro Social de Salud", la cual tiene por objetivo establecer los lineamientos generales y criterios técnicos que regulan la Telesalud en las Prestaciones Asistenciales, la Gestión y acciones de Información, Educación y Comunicación en el Seguro Social de Salud – EsSalud";

Que, mediante Resolución de Gerencia General N° 900-GG-ESSALUD-2016, se aprueba el "Plan Cuidado de la Salud Materna y Perinatal en EsSalud 2016-2021", la cual tiene por objetivo establecer las directrices que orienten el desarrollo de las intervenciones a realizar para mejorar la oportunidad y calidad de la atención de la salud materna y perinatal;

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud Nº 86 -GCPS- ESSALUD -2017, se aprueba la Directiva N° 02 GCPS-ESSALUD-2017: "Atención Integral de la Salud Materna en las Etapas Preconcepcional, Embarazo, Parto y Puerperio en EsSalud", la cual tiene por objetivo establecer los procesos para la atención integral de la salud materna;

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud Nº19-GCPS-ESSALUD-2020, se aprueba el Documento Técnico "Implementación de Trabajo Remoto para el personal asistencial de EsSalud", con el objetivo de establecer los criterios y procesos para el desarrollo de la telemedicina en pacientes con enfermedad crónica o continuador, por medio de teleconsulta, teleorientación y/o telemonitoreo para el acceso a las prestaciones de salud;

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 020 -GCPS-ESSALUD-2020 se aprueba el Documento Técnico "Reactivación Progresiva de los servicios de Salud de las IPRESS del primer Nivel de atención y con población Adscrita en EsSalud", con el objetivo de establecer líneas de acción para la reactivación progresiva de las prestaciones de salud brindadas a los asegurados a través de las IPRESS del primer nivel de atención e IPRESS con población adscrita de EsSalud en el marco de la pandemia del COVID 19;

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°029-GCPS-2020-ESSALUD, se aprueba el Documento Técnico "Salud Materna en el contexto de la pandemia por COVID 19", con el objetivo de establecer las actividades a desarrollar en las IPRESS para la atención de la gestante durante el embarazo, parto y puerperio en el contexto de la pandemia del COVID 19;

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°30- GCPS-ESSALUD-2020, se aprueba el Documento Técnico "Teleorientación a la gestante en el contexto de la Pandemia COVID 19 en EsSalud", con el objetivo de brindar a la gestante información y educación en salud que aporte en el logro de una maternidad saludable y segura en el contexto de la pandemia COVID 19, en las Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud de EsSalud;

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°038-GCPS-ESSALUD-2020, se aprueba el Documento Técnico "Disposiciones para la reactivación de los servicios de salud en las fases de mitigación, control y respuesta frente a la emergencia sanitaria por COVID 19 en EsSalud";

EsSalud

"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"
"Año de la Universalización de la Salud"

RESOLUCIÓN DE GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD Nº45 -GCPS-ESSALUD-2020

Que, mediante Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 039-GCPS-ESSALUD-2020, se aprueba, el Documento Técnico "Atención del Parto vertical con enfoque de interculturalidad en EsSalud";

Que, la Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud presenta a la Gerencia Central de Prestaciones de Salud la propuesta de Proyecto de Documento Técnico: "Guía técnica de psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia por la COVID 19 en el Seguro Social de Salud - EsSalud", con el objetivo de estandarizar las actividades en la psicoprofilaxis obstétrica para asegurar la continuidad de las prestaciones en las IPRESS mediante el uso de las tecnologías de la información y comunicación , en el contexto de la pandemia por la COVID 19, para el logro de una maternidad saludable y segura;

Que, conforme al Reglamento de Organización y Funciones es competencia de la Gerencia Central de Prestaciones de Salud formular y aprobar documentos técnicos normativos de prevención, promoción y rehabilitación de la salud;

Estando a lo propuesto y en uso de las atribuciones conferidas;

SE RESUELVE:

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - ESSALUD - V°B° Dra. I. PAREDES O. Gerente

1. **APROBAR,** el Documento Técnico: "Guía técnica de psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia por la COVID 19 en el Seguro Social de Salud - EsSalud", que en anexo adjunto forma parte integrante de la presente Resolución.

2. **ENCARGAR,** a la Gerencia Central de Operaciones las acciones de supervisión, evaluación y control del cumplimiento de lo dispuesto en la presente Resolución.

3. **DISPONER,** que la Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud-GCPS, se encargue de la difusión y asistencia técnica del presente Documento Técnico.

Subgerencia de Promoción, Prevención y Complejidad Creciente-GPNAIS-GCPS V°B° D. ARCE B. Sub Gerente - ESSALUD -

REGÍSTRESE Y COMUNÍQUESE.

Dra. CECILIA M. BEDOYA VELASCO
GERENTE CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD
ESSALUD

EsSalud

SEGURO SOCIAL DE SALUD – ESSALUD

RESOLUCIÓN DE GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD

Nº 45 -GCPS-ESSALUD-2020

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

DOCUMENTO TÉCNICO:

GUÍA TÉCNICA DE PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR LA COVID 19 EN EL SEGURO SOCIAL DE SALUD – ESSALUD.

Subgerencia de Atención de Prevent., Promocional y Comunidad Saludable - GCPS - ESSALUD - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente

PERÚ-2020

EsSalud

INDICE

I.	Objetivos	3
II.	Finalidad	3
III.	Marco Normativo	3
IV.	Ámbito de aplicación	4
V.	Glosario de términos	4
VI.	Responsabilidades	5
VII.	Disposiciones Generales	5
VIII.	Disposiciones Específicas	6
IX.	Anexos	31





EsSalud

DOCUMENTO TÉCNICO: GUÍA TÉCNICA DE PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR LA COVID 19 EN EL SEGURO SOCIAL DE SALUD – ESSALUD.

I.OBJETIVO

Estandarizar las actividades de psicoprofilaxis obstétrica para asegurar la continuidad de las prestaciones en las IPRESS mediante el uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), en el contexto de la pandemia por la COVID 19.

II.FINALIDAD

Contribuir a reducir la morbimortalidad materno perinatal, mediante la educación en salud a la gestante, pareja y familia durante el embarazo y post-parto, en el contexto de la pandemia por la COVID-19.

III.MARCO NORMATIVO

1. Ley Nª 26842, Ley General de Salud.
2. Ley N° 26790, Ley de Modernización de la Seguridad Social en Salud ESSALUD y su Reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 009-97-SA y sus ampliatorias y modificatorias.
3. Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19, se dispone el aislamiento social obligatorio (cuarentena), por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19 y sus modificatorias.
4. Decreto Supremo Nº 184-2020 PCM que declara estado de emergencia nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de las personas a consecuencias de la COVID 19 y establece las medidas que debe seguir la ciudadanía en la nueva convivencia social.
5. Decreto Supremo N°116-2020-PCM que establece las medidas que debe observar la ciudadanía en la nueva convivencia social y prorroga el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencias del COVID-19.
6. Decreto Supremo N° 008-2020-SA, que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19 y sus modificatorias.
7. Decreto Supremo N° 013-2020-SA, que establece medidas para asegurar la continuidad de las acciones de prevención, control, diagnóstico y tratamiento del coronavirus – COVID-19.
8. Ley N° 28124 Ley de la Promoción de la Estimulación Prenatal y Temprana, su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 002-2006.
9. Resolución Ministerial N° 361-2011/MINSA, que aprueba la "Guía Técnica para la Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal".
10. Resolución Ministerial Nº 217-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Sanitaria Nº 094-MINSA/2020/DGIESP, Directiva Sanitaria para garantizar la salud de las gestantes y la continuidad de la atención en planificación familiar ante la infección por COVID-19.
11. Resolución Ministerial Nº 245-2020-MINSA que aprueba la Directiva Sanitaria Nº 97-MINSA/2020/DGIESP, "Directiva Sanitaria para la Prevención y Atención de la Gestante y del Recién Nacido con Riesgo o infección por COVID-19".
12. Resolución Ministerial N° 116-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Administrativa N° 284-MINSA/2020/DIGTEL: "Directiva de Telegestión para la implementación y desarrollo de Telesalud", que establece criterios y procesos de planificación, organización, dirección y control en la Telegestión para brindar los servicios de Telesalud en las IPRESS.

13. Resolución Ministerial N° 146-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Administrativa N° 286-MINSA/20202/DIGTEL: "Directiva Administrativa para la Implementación y Desarrollo de los Servicios de Teleorientación y Telemonitoreo".
14. Resolución N° 001- GDP- 2006, Guía de Psicoprofilaxis Obstétrica ESSALUD-2006.
15. Resolución de Gerencia General N° 487- GG-ESSALUD-2014 que aprueba la Directiva 005-GG-ESSALUD-2014 la Cartera de Servicios de Salud de Complejidad Creciente del Seguro Social de Salud (EsSalud).
16. Resolución de Gerencia Central N° 1005-GCGP-ESSALUD-2014 que aprueba "Indicadores de rendimiento laboral de las principales actividades asistenciales del profesional Obstetriz/ Obstetra en EsSalud.
17. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 70-GCPS-ESSALUD-2017. "Lineamientos de Programación de Prestaciones de Salud"
18. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 86 que aprueba la Directiva 002-GCPS-ESSALUD-2017 Atención Integral de la Salud Materna en las etapas preconcepcional, embarazo, parto y puerperio.
19. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°019-GCPS_ESSALUD-2020 Documento Técnico" Implementación de trabajo Remoto para el personal Asistencial en EsSalud".
20. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 020-GCPS-ESSALUD-2020 Documento Técnico "Reactivación Progresiva de los servicios de Salud de las IPRESS del Primer Nivel de Atención y con población Adscrita en EsSalud".
21. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°029-GCPS-2020-ESSALUD Documento Técnico "Salud Materna en el contexto de la pandemia por COVID19"
22. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°30- GCPS-ESSALUD-2020"Teleorientación a la gestante en el contexto de la Pandemia COVID19 en EsSalud".
23. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°038-GCPS-ESSALUD-2020 Documento Técnico "Disposiciones para la reactivación de los servicios de salud en las fases de mitigación, control y respuesta frente a la emergencia sanitaria por COVID 19 en EsSalud".
24. Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 039-GCPS-ESSALUD-2020 Documento Técnico "Atención del Parto vertical con enfoque de interculturalidad en EsSalud".

IV.ÁMBITO DE APLICACIÓN

El presente documento es de cumplimiento obligatorio en las Instituciones Prestadoras de los Servicios de Salud (IPRESS) de los tres niveles de atención, propias, de terceros o bajo modalidad de Asociación Público-Privada (APP), de acuerdo con los términos y condiciones establecidas en el contrato suscrito

V.GLOSARIO DE TÉRMINOS

1. **Psicoprofilaxis Obstétrica:** Proceso educativo donde se integran conocimientos teóricos, técnicas físicas, técnicas de respiración, de relajación y otros, dirigidas a la gestante y puérpera, haciendo del embarazo, parto y postparto una experiencia saludable, para la madre, su bebé y entorno. Comprende la Psicoprofilaxis Prenatal y Psicoprofilaxis Postnatal.
2. **Psicoprofilaxis Prenatal**: Conjunto de actividades de educación, prevención y promoción de la salud, dirigidas a la mujer durante la etapa del embarazo y parto; consta de la preparación física y del componente educativo.
3. **Psicoprofilaxis Postnatal:** Preparación integral, teórica, física y psicoafectiva que se brinda a la madre después del parto, con la finalidad de contribuir a su recuperación y reincorporación óptima en el seno familiar y laboral de corresponder, promoviendo la lactancia materna y los cuidados en su salud sexual y reproductiva.
4. **Componente Educativo**: Charlas/Talleres referidos a temas de educación en Salud, utilizando las TIC.
5. **Teletalleres:** referido al desarrollo de talleres a través del uso de las TIC de forma sincrónica o asincrónica, que permite a las personas usuarias del Programa Psicoprofilaxis obstétrica acceder desde cualquier punto del país a Talleres realizados por las obstetras del Programa.

6. **Teleorientación:** es un conjunto de acciones que desarrolla un profesional de salud, mediante el uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) para proporcionar a la persona usuaria de salud, consejería y asesoría con fines de promoción de la salud, prevención, recuperación o rehabilitación de enfermedades.
7. **Gestante Preparada:** Es aquella Gestante que recibe 6 sesiones de psicoprofilaxis obstétrica prenatal.
8. **Gestante Educada:** Es aquella gestante que recibe como mínimo los 6 módulos del componente educativo.
9. **Gimnasia Obstétrica:** Actividad física a través de ejercicios y movimientos generales y/o localizados que realiza la gestante/puérpera para lograr bienestar, entre ellos: fortalecimiento de músculos, elasticidad de tejidos, flexibilidad de articulaciones, mejor oxigenación tanto pulmonar como tisular, utilizando las TIC.
10. **Técnicas de Respiración:** son las diferentes modalidades de efectuar la oxigenación pulmonar, la que a su vez mejora la oxigenación celular en la madre y el bebé, dependiendo del momento y la necesidad de la gestante o parturienta, con lo cual logrará también mayor comodidad, tranquilidad, facilitando la relajación y control de las molestias propias de cada fase de la gestación o trabajo de parto.
11. **Técnicas de Relajación:** son las diferentes modalidades de lograr un estado de reposo tanto físico como mental en la madre, con la finalidad de hacerle ahorrar energía, lograr alivio de tensiones o molestias, y mejorar su capacidad de concentración.
12. **Posiciones Antálgicas:** posturas que reducen las molestias o incomodidad del dolor.
13. **Derechos humanos:** Son garantías jurídicas universales que protegen a individuos y grupos contracciones que interfieran en sus libertades fundamentales y en la dignidad humana (OMS).
14. **Interculturalidad:** el enfoque Intercultural promueve la paridad de trato entre los diferentes grupos culturales; considera la Salud como un derecho fundamental y entiende como implícita la capacidad de los profesionales de la salud de poder integrar el conocimiento con las creencias y las prácticas tradicionales al momento de enfrentar una enfermedad (OPS/OMS).
15. **Acompañamiento:** es el acompañamiento de una persona relacionada afectivamente con la gestante, esto será sumamente importante, ya que establece un vínculo de apoyo tanto físico y psicológico, aumenta la seguridad, confianza de la gestante.

VI. RESPONSABILIDAD

1. El Gerente /Director de Red Prestacional/Asistencial/ Director de IPRESS, es responsable de gestionar los recursos humanos, logísticos, tecnológicos para el desarrollo de las actividades de la atención integral de la gestante que incluye la psicoprofilaxis obstétrica, teniendo en cuenta la demanda de atención, oferta de servicios, en el marco de la normativa sectorial vigente en el contexto de la pandemia COVID 19.

2. El director de la IPRESS es el responsable del cumplimiento de las medidas de bioseguridad en el proceso de reactivación de los servicios de salud, según contexto epidemiológico.

3. El Jefe de Servicio es responsable de la programación mensual del profesional de obstetricia para el desarrollo de las actividades de la psicoprofilaxis obstétrica (teletaller, Teleorientación), en los tres niveles de atención, articulando las prestaciones de salud de la gestante en la atención presencial y/o remota, teniendo en cuenta la demanda de atención, oferta de servicios y el contexto epidemiológico actual.

VII. DISPOSICIONES GENERALES

1. Las IPRESS implementan las actividades de Psicoprofilaxis Obstétrica, considerando el desarrollo continuo de la atención a la gestante con calidad y oportunidad con el uso de las TIC mientras dure la pandemia por la COVID 19.

2. La actividad de Psicoprofilaxis Obstétrica es desarrollada por profesionales Obstetras que cuenten con competencias fortalecidas (especialidad en Psicoprofilaxis Obstétrica, diplomado, cursos, pasantías, etc.).

3. El profesional obstetra, es responsable de coordinar y desarrollar los contenidos de los módulos y sesiones educativas a través de la teleorientación y teletaller dirigido a la gestante.

VIII. DISPOSICIONES ESPECÍFICAS

8.1. De la captación de gestantes/puérpera y programación de los profesionales para el desarrollo de la psicoprofilaxis Obstétrica:

a. Las sesiones de Psicoprofilaxis obstétrica prenatal se inician de preferencia desde las 20 semanas de edad gestacional, para ello toda gestante en la primera consulta debe contar con una cita para Psicoprofilaxis Obstétrica (teleorientación y teletaller) a través de admisión o EsSalud en Línea.
b. La psicoprofilaxis obstétrica se desarrolla teniendo como referencia el flujo de atención (Anexo N°01).
c. La psicoprofilaxis prenatal comprende el desarrollo de 06 sesiones virtuales, psicoprofilaxis Postnatal comprende el desarrollo de 04 sesiones virtuales.
d. Las sesiones de Psicoprofilaxis Postnatal se inician a partir de la tercera semana de puerperio, siendo captada desde la consulta post – parto, en su IPRESS de origen o en el momento del alta post-parto.
e. La psicoprofilaxis obstétrica (prenatal, postnatal y componente educativo) durante el periodo de la pandemia por la COVID 19, se programa en teleorientación, en la actividad atención no médica ambulatoria (código B1) y sub-actividad teleorientación (código 109) y teletaller en la actividad colectivo intramuro (código A1) y sub-actividad teletaller (código142).
f. El desarrollo de la psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia teletaller y teleorientación se registra en el sistema informático de salud inteligente (ESSI) con el código CIE X: Z71.8 /código de procedimiento A0217.
g. Las IPRESS difunden las actividades de la gestante: Atención prenatal, psicoprofilaxis obstétrica, teletaller, telemonitoreo y Teleorientación.
h. Los teletalleres de psicoprofilaxis obstétrica y Teleorientación se realizan teniendo en cuenta el enfoque de interculturalidad y de derechos humanos, y podrán ser adaptadas a cada realidad local.

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - Gcps - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

8.2. Del desarrollo de la psicoprofilaxis obstétrica

Supervisión de Atención de Prevento, Promocional y Complicidad Creciendo - GCPS - ESSALUD - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente

a. La psicoprofilaxis obstétrica está compuesta por psicoprofilaxis prenatal(teletaller), psicoprofilaxis postnatal(teletaller), y el componente educativo (teleorientación).
b. El componente educativo de la Psicoprofilaxis Obstétrica está dirigido a todas las gestantes/puérpera independientemente de su edad gestacional y riesgo obstétrico, pudiendo iniciarse desde el primer trimestre de gestación. Consta de 10 módulos educativos, considerando un mínimo de 6 módulos para considerar gestante educada. Que incluya los módulos trazadores: Lactancia materna, planificación familiar, nutrición y prevención de cáncer de cuello uterino y mama, y 2 módulos de acuerdo al criterio profesional considerando el contexto local.
c. Informar a la gestante y puérpera las siguientes recomendaciones para las sesiones virtuales:
   1. Puntualidad.
   2. Tener un cuaderno de notas, lapicero y reloj.
   3. Usar ropa cómoda de acuerdo con la estación y respetando sus patrones culturales.
d. Actividades para realizar en la Psicoprofilaxis obstétrica:
   1. Contenido teórico de acuerdo con la clase programada.
   2. Desarrollo de la práctica de acuerdo con el riesgo obstétrico.
   3. Gimnasia obstétrica, (con calistenia previa).
   4. Ejercicios de relajación.
   5. Ejercicios de respiración.
   6. Preguntas y respuestas.

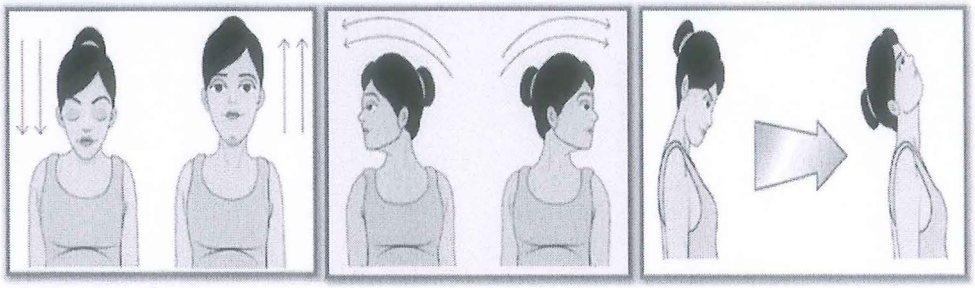
e. Metodología para desarrollar en los teletalleres de psicoprofilaxis obstétrica:
1. Expositiva - interactiva (sesión educativa).
2. Demostrativa: (teletaller).

8.3. De la Estructura de las sesiones de Psicoprofilaxis Obstétrica Prenatal:

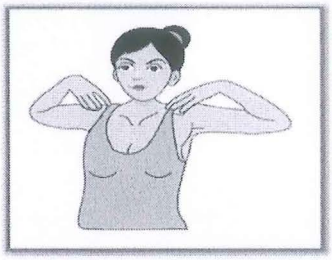
A. Sesión I: Cambios durante el embarazo y signos de alarma

ACTIVIDADES	METODOLOGÍA /TÉCNICAS	MATERIALES	DURACIÓN
-Bienvenida. -Presentación del programa -Integración del grupo y motivación	-Expositiva -Participativo	Registro	25 minutos
DESARROLLO TEÓRICO			
-Importancia y beneficios de la psicoprofilaxis prenatal -Anatomía y fisiología del aparato reproductor femenino y sus modificaciones durante el embarazo -Cambios físicos y psicológicos en el embarazo. -Desarrollo embrionario y fetal -Signos y síntomas de alarma.	-Expositiva-Interactiva	Presentación de diapositivas: Cambios durante el embarazo y signos de alarma	45 minutos
DESAROLLO PRÁCTICO			
-Ejercicios de calentamiento y estiramiento muscular en posición de pie. -Ejercicios de flexibilidad. -Posturas adecuadas. -Cambios posturales para cada actividad. -Relajación	-Demostrativa	-Fondo musical relajante	30 minutos
-Retroalimentación -Recomendaciones	-Participativa		10 minutos
-Registro (Libro y ESSI)			10 minutos

Gimnasia de ablandamiento: posición de Pie (imágenes referenciales).
a. Movilización de cabeza y cuello: Llevar suavemente la cabeza hacia adelante y atrás, luego lateralmente hacia la derecha e izquierda. (repetir tres veces).
Llevar suavemente la cabeza formando círculos en sentido y en contra de las agujas de reloj. (Solo uno cada vez).



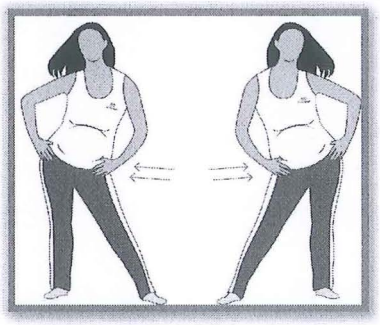
b. Rotación de hombros
Rotar suavemente el hombro derecho hacia atrás, luego hacia delante. Repetir el movimiento de rotación con el hombro izquierdo. Los dos hombros juntos hacia delante y luego hacia atrás. (Repetir tres veces).



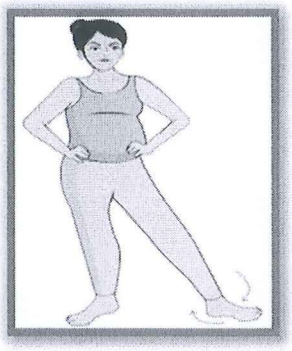
c. Movilización de cadera : Colocar la mano derecha en el pubis y la otra en la región sacra balancear la pelvis hacia delante y luego hacia atrás, manteniendo la columna recta.(Repetir tres veces)**(*)**[1]



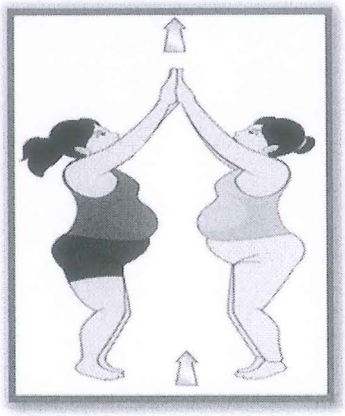
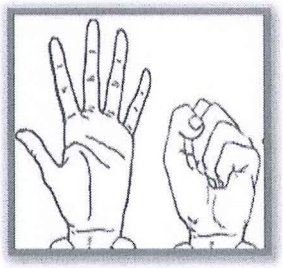
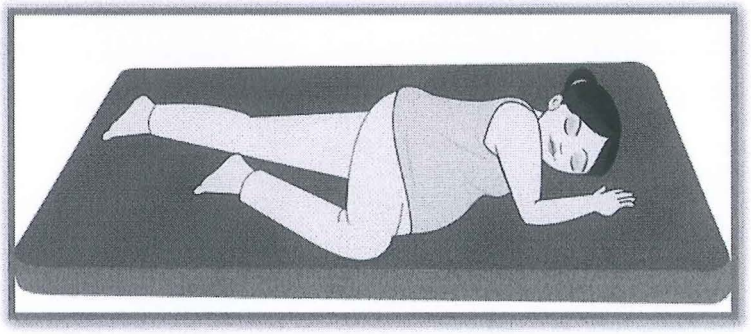
d. Variante: Con las manos en la cintura, levantar la cadera hacia el lado derecho y luego hacia el izquierdo. En la misma posición movimientos circulares de la cadera en sentido y en contra de las agujas del reloj. (repetir tres veces). **(*)**



e. Movilización del pie: Solas o tomadas de la mano levantar la pierna derecha y mover el pie en forma circular en sentido y en contra de las agujas del reloj. Repetir el ejercicio con el pie del lado izquierdo. Este ejercicio busca estabilizar el centro de gravedad de la gestante.



[1] (*) Bajo Supervisión

f. **Ejercicios de Estiramiento:** En posición de pie dos gestantes, en puntas de pie con los brazos en alto, ejercer presión mutuamente contando hasta 3, bajar los brazos y pies, repetir por 3 veces. [2](*)	
2.Gimnasia de relajación y respiración	
a. Ejercicios de relajación: Ejercicios de control muscular. (contracción-relajación): en posición cómoda, contraer un grupo muscular, mientras se relaja el resto del cuerpo. Llamar la atención hacia las desventajas que produce la contracción muscular sostenida (cansancio y dolor en la zona contraída).	
b. Ejercicios de Respiración: Respiración Profunda y Lenta: Realizar una inhalación profunda por la nariz y exhalar lentamente por la boca. **Posición Ideal de Reposo (PIR)** En decúbito lateral izquierdo, pierna izquierda semi-extendida, pierna derecha flexionada hacia delante, brazo izquierdo extendido al lado del cuerpo, brazo derecho flexionado al costado de la cabeza sobre la colchoneta mientras se realiza la relajación y respiración descritas. Esta práctica de relajación y respiración se realiza al finalizar todos los talleres.	
	

Dirección de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
V°B°
Dra. T. PAREDES Q.
Gerente
-ESSALUD-

Subgerencia de Atención de Prevención, Promoción y Complejidad Creciente-GCPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
-ESSALUD-

B. Sesión II: Contracción Uterina

ACTIVIDADES	METODOLOGÍA/ TÉCNICAS	MATERIALES	DURACIÓN
Recepción y bienvenida. Retroalimentación de la sesión anterior.	-Participativa	Registro	15 minutos

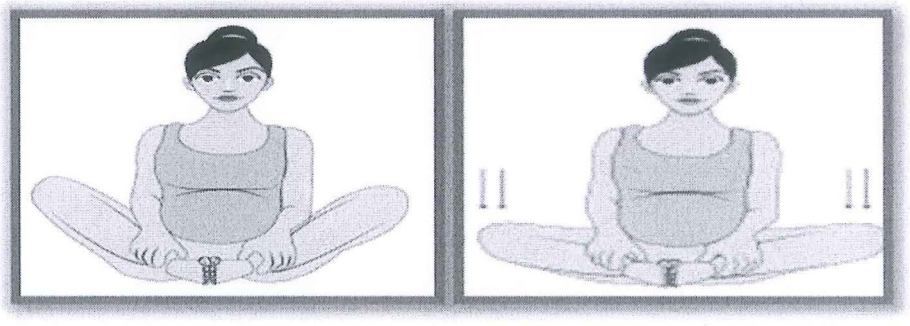
[2] (*) Bajo Supervisión

DESARROLLO TEÓRICO			
-Concepto de contracción uterina -Características de la contracción uterina -Tipos de contracción uterina: Contracciones de Braxton Hicks. Contracciones de parto. -Momento indicado para acudir al establecimiento.	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Contracción Uterina	45 minutos
DESARROLLO PRÁCTICO			
-Calentamiento y estiramiento Gimnasia: -Posición sentada, posición de gateo. Gimnasia de fortalecimiento dorso sacra: -Posición de pie -Posición sentada -Posición acostada -Posición de adoración	-Demostrativa	Fondo musical relajante	30 minutos
Relajación Posición ideal de relajación (PIR)	-Demostrativa		10 minutos
Refuerzo y recomendaciones	Participativa		10 minutos
Registro al sistema ESSI			10 minutos

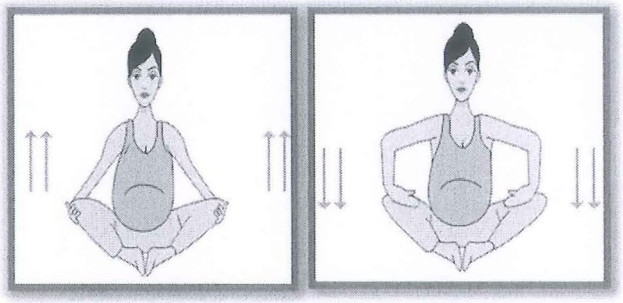
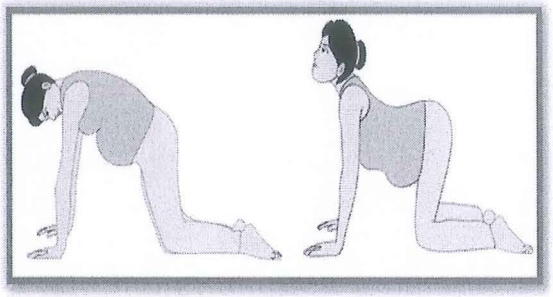
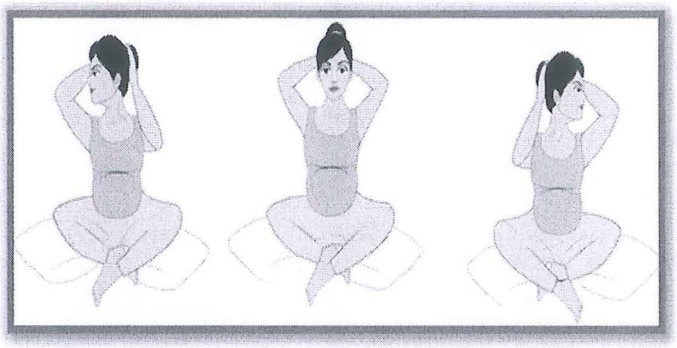
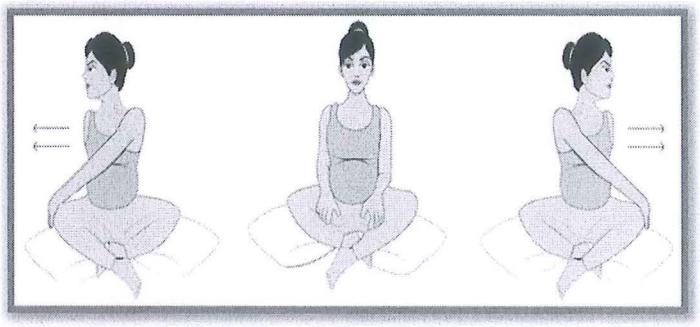
Gimnasia Obstétrica: (imágenes referenciales).
Realizar flexiones, extensiones y contracciones de los diferentes paquetes musculares y articulaciones de la pelvis, miembros inferiores y superiores en posición de pie, sentada, acostada.

a. **En posición sentada: Posición de campesina, sastre o buda.**

Posición que consiste en mantenerse sentada con los miembros inferiores, en abducción, flexionados y pies juntos. En posición de campesina, juntar las plantas de los pies y con las manos sosteniendo los tobillos, movilizar las rodillas de arriba hacia abajo.[3](**)



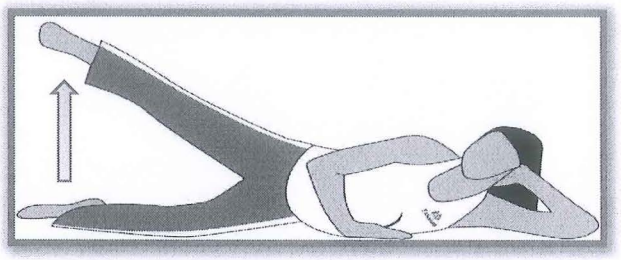
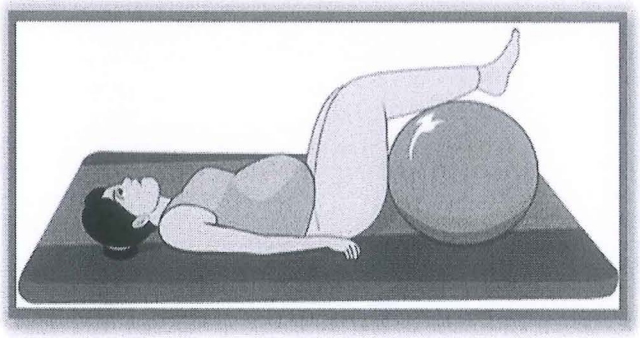
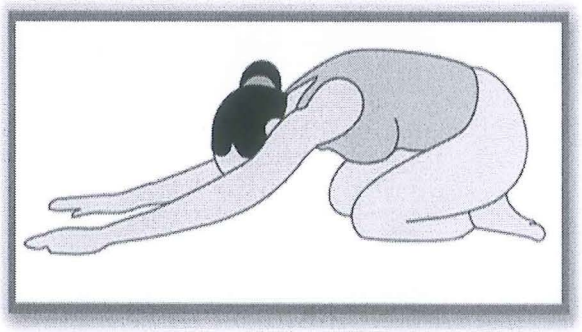
[3] (**) Proscrito

Variante: En posición de campesina con las manos en las rodillas intentar acercarlas suavemente hacia la colchoneta, mantenerlas en esa posición durante breves segundos y aflojar (repetir tres veces) (**)[4].	
b.Posición el gato: arrodillada, manos sobre la colchoneta y mirada al frente, inspiración profunda mientras se eleva la espalda la espalda elevándola y se baja la cabeza formando un arco. Después de tres segundos, espirar relajando la espalda y volver a la posición inicial con la espalda recta. **(**)**	
c.Fortalecimiento Dorso sacro: En posición sentada: Posición de campesina: Con manos en la nuca, rotar la zona dorsal hacia el lado izquierdo, centro y derecho. Variante, con las manos en la nuca llevar el codo derecho hacia la rodilla izquierda. Repetir el ciclo con el otro codo en forma alterna por 3 veces. [5](*)	
d. En la misma posición llevar el brazo derecho hacia la rodilla izquierda. Repetir el ciclo con el otro codo en forma alterna por 3 veces. (*)	

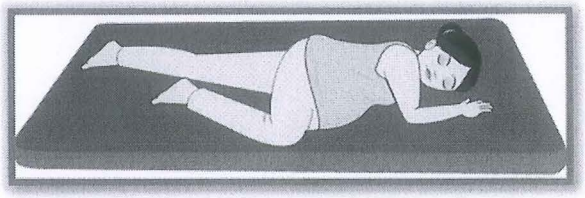
Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

Subgerencia de Atención de Prevento, Promocional y Complejidad Ciclocentte-GPNAIS-SGPS - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente - ESSALUD -

[4] (**) Proscrito
[5] (*) Bajo Supervisión

e. Posición de pie: Dos gestantes, en puntas de pie con los brazos en alto, ejercer presión mutuamente contando hasta 3, bajar los brazos y pies, repetir por 3 veces. (**)[6]	
f. Posición acostada: Levantar el miembro inferior hacia arriba haciendo círculos con el pie, en sentido y en contra de las agujas del reloj, alternar con ambas piernas. (repetir 3 veces) [7](*)	
g. En posición acostada con uso de balón: Recostada con los miembros inferiores apoyados en un balón, sostener la cabeza con las manos e incorporar la cabeza girando el miembro superior derecho al lado opuesto, mantener esta posición por 3 segundos. Volver a la posición inicial, repetir con el miembro superior izquierdo. (**)	
h. **En posición de adoración:** Sentada sobre los talones con las manos a cada lado del cuerpo sirviendo de apoyo, inclinarse hacia delante extendiendo los brazos lo más lejos posible mientras se eleva la pelvis, y se desciende la cabeza, mantenerse en esa posición unos breves segundos, volver a la posición inicial (**)	

[6] (**) Proscrito
[7] (*) Bajo Supervisión

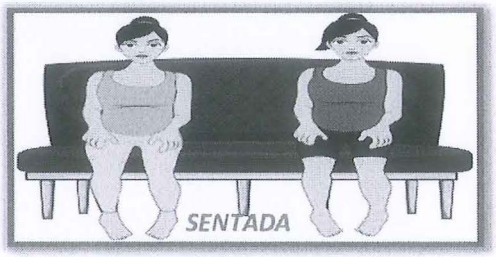
i. Finalizar la gimnasia realizando la práctica de relajación y respiración en posición ideal de reposo.	

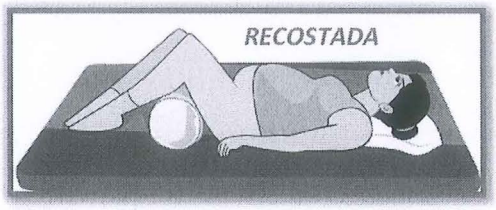
C. Sesión III: Respiración, relajación y manejo del dolor

ACTIVIDADES	METODOLOGÍA/ TÉCNICAS	MATERIALES	DURACIÓN
Recepción y bienvenida. Retroalimentación	Participativa	Registro	10 min
DESARROLLO TEÓRICO			
-Beneficios de una adecuada respiración y relajación en el embarazo y trabajo de parto. -Tipos de Respiración -Técnicas de Relajación. -Técnicas Alternativas de Relajación Fisiología del dolor.	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Respiración, relajación y manejo del dolor	20 min
DESARROLLO PRÁCTICO			
Calentamiento y estiramiento Tipos de Respiración -Normal -Profunda y lenta -Jadeante -Profunda y Sostenida **Gimnasia Obstétrica**	-Demostrativa		35 min
Relajación Posición ideal de relajación(PIR) -De pie. -Sentada Con elementos de soporte debajo de las rodillas **Técnicas Alternativas de Relajación** Masajes de paquetes musculares; sacro- dorsales **Posiciones Antálgicas y otras alternativas**	-Demostrativa	Fondo musical relajante	45 minutos
Registro al sistema ESSI			10 min

Gimnasia Obstétrica (imágenes referenciales).
a. Posturas para la Relajación: Ir guiando ordenadamente la relajación de cada grupo muscular, hasta lograr la relajación total (ámbito físico y mental). Promover participación del/la acompañante. Ejercicios de Relajación durante el periodo de dilatación: Posiciones de Relajación.

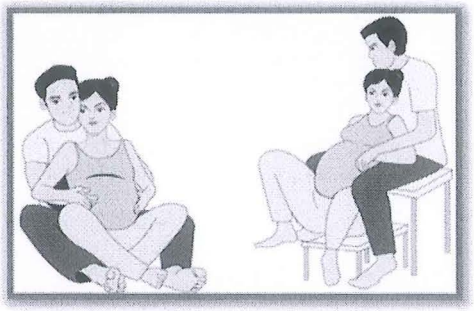
EsSalud







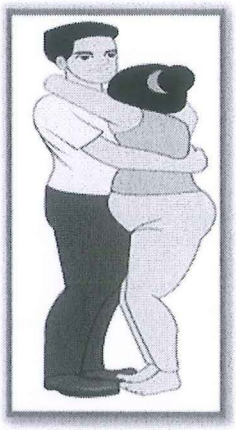
b. Técnicas Alternativas de Relajación: Masajes de paquetes musculares; sacro-dorsales.







Posturas Antálgicas con soporte y apoyo de acompañante



Supervisión de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
V°B°
Dra. T. PAREDES Q.
Gerente
-ESSALUD-
Supervisión de Prevención, Promoción y Competencias Creciendo-PNSAISCPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
-ESSALUD-

EsSalud

c.Ejercicios de relajación y respiración con simulación de contracción uterina

En posición ideal de reposo guiar la práctica de la respiración y relajación aprendida con simulacro de contracción uterina para cada etapa del periodo de dilatación.

Parada y con deambulación: práctica de control de dinámica uterina con duración, intensidad, frecuencia.

Posturas Antálgicas con almohadas y pelotas



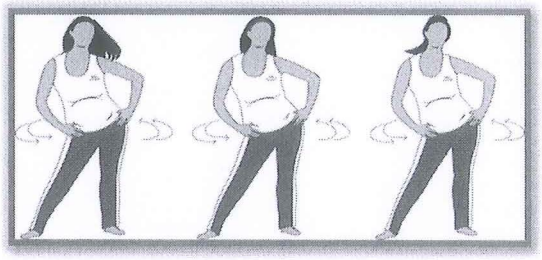
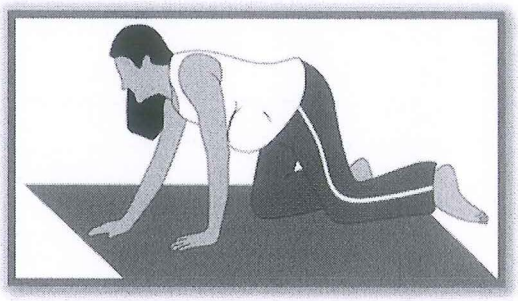
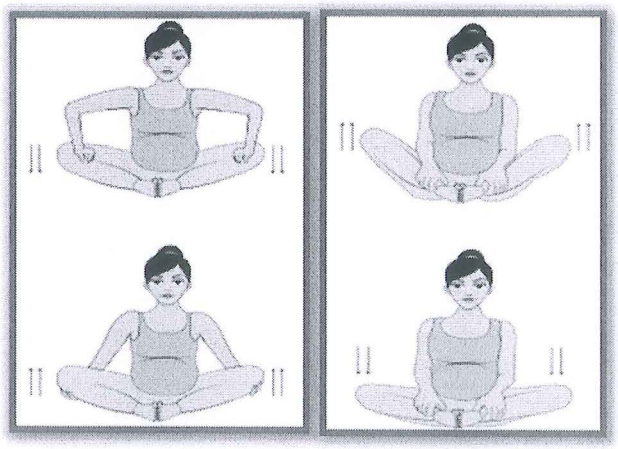
D. Sesión IV: Periodos del trabajo de parto

ACTIVIDADES	TÉCNICAS-METODOLOGÍA	MATERIALES	DURACIÓN
Recepción y bienvenida Retroalimentación	Expositiva	Registro	15 minutos
DESARROLLO TEÓRICO			
-Periodos del trabajo de parto: Dilatación, expulsivo y alumbramiento. -Mecanismo del trabajo de parto. -Tipos de parto: Eutócico y Distócico.	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Periodos del trabajo de parto.	45 minutos
DESARROLLO PRÁCTICO			
Calentamiento y estiramiento Gimnasia Obstetrica -Reforzar los músculos pélvicos, tejidos y articulaciones para mayor flexibilidad y elasticidad en el trabajo de parto -Ejercicios preparatorios para el periodo expulsivo. Técnicas de pujo Simulacro de pujo con las técnicas de respiración.	Demostrativo	Música relajante	30 minutos
Relajación Posición ideal de relajación (PIR)	Demostrativo		10 minutos
Retroalimentación y Recomendaciones	Expositiva		10 minutos
Registro al sistema ESSI			10 minutos

Dirección de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente - ESSALUD -

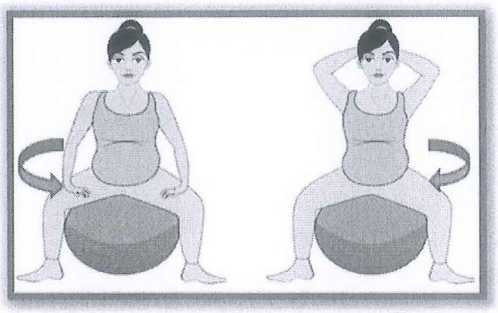
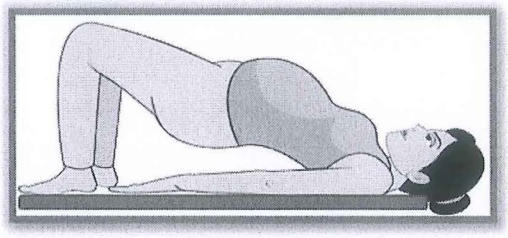
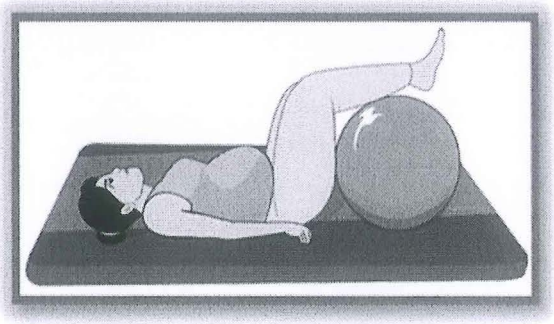
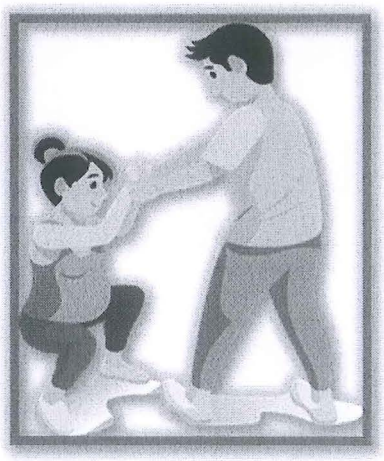
Subgerencia de Atención Preventiva, Promocional y Complejidad Creciente-DPNAIS-GCPS V°B° D. ARCE B. Sub Gerente - ESSALUD -

EsSalud

Gimnasia Obstétrica: (imágenes referenciales)	
a. Balanceo de pelvis: En posición de pie: movilización de pelvis hacia la Izquierda, al centro, a la derecha, al centro, adelante y atrás sosteniendo abdomen y sacro con las manos. Movilización de la cadera formando círculos en sentido y en contra de las agujas del reloj (repetir 3 veces).	
b. Posición de gateo: en posición de gateo balancear la pelvis suavemente llevándola de derecha a izquierda y viceversa (repetir tres veces) Ejercicio alternativo: Gateo con desplazamiento y balanceo de pelvis (**)	
Variante: Ejercicio alternativo: La madre en posición en cuatro puntos con estiramiento alternado de miembros inferiores. (**)	
c. En posición sentada: en posición de sastre, planta con planta de los pies, manos en los tobillos, efectuar movimientos de vaivén, intentando que las rodillas se acerquen al suelo. (**)	

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
V°B°
Dra. T. PAREDES Q.
Gerente
ESSALUD

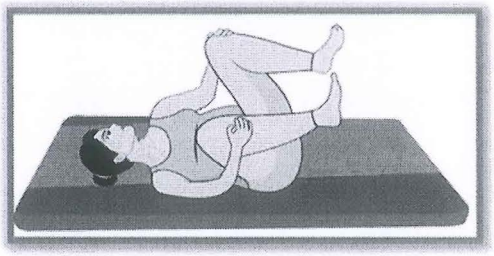
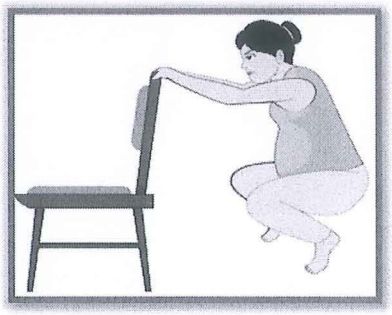
Subgerencia de Prevención, Promocional y Complejidad Creciente-GAGPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
ESSALUD

Variante: Sentada con ayuda de un balón, dar círculos con la pelvis en y en contra de las agujas del reloj hasta 3 veces. Variante con las manos en la cabeza. (**)	
d. En posición decúbito dorsal Con las piernas flexionadas y los talones alineados a la cadera, elevar la pelvis y descenderla suavemente. (repetir 3 veces).	
Variante: En decúbito dorsal, con la ayuda de un balón apoyar los miembros inferiores y ascender y descender la pelvis. [8](**) **Variante**:Con las piernas flexionadas y los talones alineados a la cadera, elevar la pelvis, llevarla suavemente hacia la derecha, luego a la izquierda y volver a la posición inicial (repetir 3 veces).(**)	
e. Control y Fortalecimiento de piso pélvico **En posición de pie**: Dos gestantes tomadas de la mano y paradas frente a frente, una de ellas flexiona las piernas, realizando contracción sostenida del suelo pélvico, mientras desciende, relajándolos al ascender. Intercambiar actividad con su pareja. Repetir 3 veces cada gestante. (**)	

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - GAIS - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

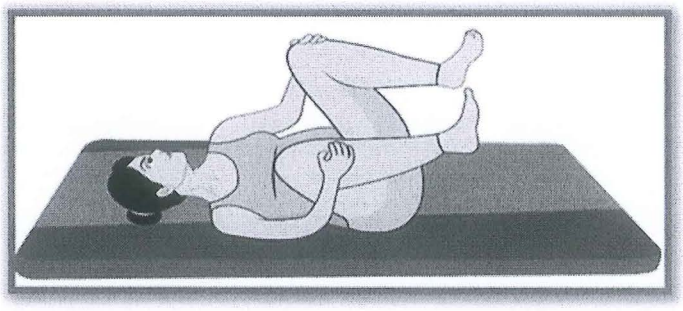
Subgerencia de Atención de Preventivo, Promocional y Complejidad Creciente-GAIS-SCPS - ESSALUD - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente

[8] (**) Proscrito

f. En Posición de sastre - Realizar inspiración sostenida mientras se contraen los músculos del suelo pélvico durante unos segundos, espirar mientras se relajan los músculos.	
g. En posición decúbito dorsal. Con las piernas flexionadas en abducción, realizar contracción sostenida y relajación controlada de los músculos perineales (repetir 5 veces). Enfatizar que este ejercicio te prepara para exámenes vaginales. (**)	
Variante: En cunclillas contraer los glúteos, contando hasta tres, luego aflojar lentamente. Repetir 3 veces. (**)	

h.Ejercicios para la preparación en el periodo de expulsivo:

La gestante debe encontrarse en decúbito dorsal con las piernas flexionadas en semiabducción, pies fijos al piso, brazos paralelos al cuerpo, realizar una inspiración profunda mientras se elevan los brazos y la cabeza hacia delante queriendo alcanzar las rodillas, mantener esta posición contando mentalmente hasta ocho (ir incrementando según tolerancia de la gestante), volver a la posición inicial mientras se practica la espiración. (**)

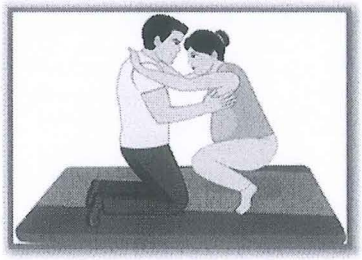


Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
VºBº
Dra. T. PAREDES O.
Gerente
-ESSALUD-

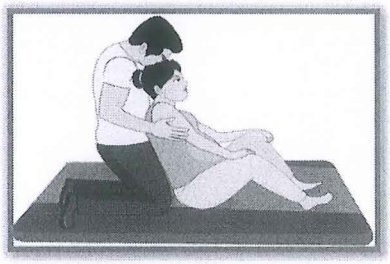
Sub Gerencia de Atención de Prevento, Promocional y Complicados Crecientes-GPNAIS-GCPS
VºBº
D. ARCE B.
Sub Gerente
-ESSALUD-

i.Simulación de pujo durante el periodo expulsivo: la gestante en decúbito dorsal, con piernas flexionadas en abducción, pies fijos al piso, brazos paralelos al cuerpo, sujetar con la palma de la mano la zona de las rodillas, inspirar profundamente mientras se levantan la cabeza y el tórax hacia delante, mentón pegado al pecho, mantener esta posición contando mentalmente según tolerancia de la gestante. Volver pausadamente a la posición inicial. A realizarse según caso clínico. [9](**)





Variante: En Cuclillas



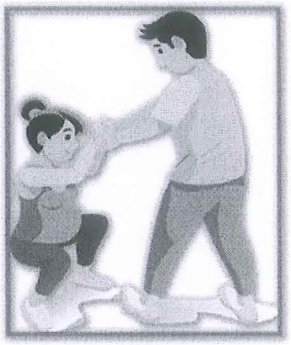
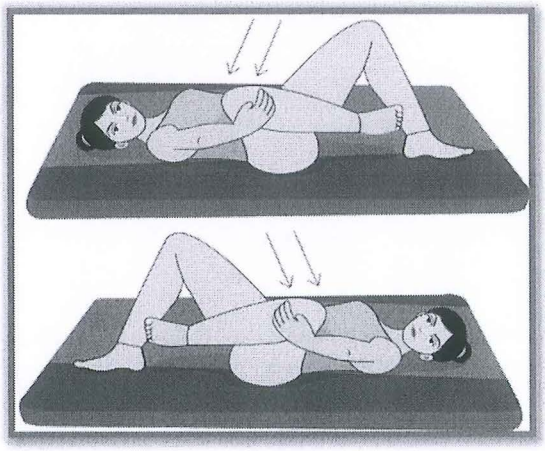
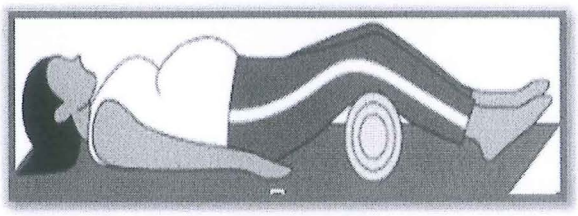
Variante: con acompañante, sentada. (**)

E. Sesión V: Atención de Parto, postura, derechos de la gestante y del recién nacido.

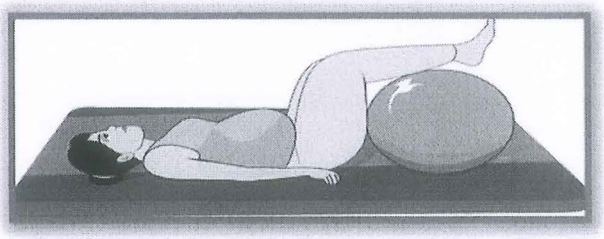
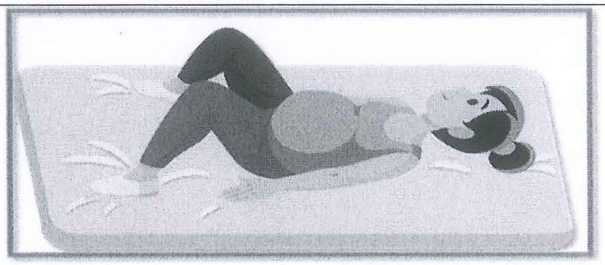
ACTIVIDADES	TÉCNICAS-METODOLOGÍA	MATERIALES	DURACIÓN
Recepción y bienvenida. Retroalimentación	Expositiva	Registro	15 minutos
DESARROLLO TEÓRICO			
- Atención del parto, biomecánica del parto -Posturas para el parto. -Parto Humanizado: parto con acompañante, parto con analgesia, parto vertical. -Derechos de la gestante: -Derechos del recién nacido: Clampaje tardío del cordón umbilical, Contacto precoz piel a piel, lactancia materna precoz	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Atención de Parto, postura, derechos de la gestante y del recién nacido.	45 minutos
DESARROLLO PRÁCTICO			
1.Calentamiento y estiramiento 2.- Gimnasia obstétrica Preparar músculos y articulaciones para el trabajo de parto. Gimnasia de miembros inferiors Gimnasia de piso pélvico	Demostrativo	Música Relajante	30 minutos

[9] (**) Proscrito

Relajación Posición ideal de relajación (PIR)	Partcipativa		10 minutos
Retroalimentación y Recomendaciones	Partcipativa		10 minutos
Ingreso al sistema ESSI			10 minutos

Gimnasia Obstétrica: (imágenes referenciales)	
a. Miembros Inferiores. Posición de pie: dos gestantes tomadas de la mano y paradas frente a frente, una de ellas se pone en cuclillas y lentamente vuelve a su posición inicial, intercambiándose con su pareja.[10](**)	
b. En posición decúbito dorsal Elevar la pierna derecha flexionada luego llevar la rodilla hacia afuera mantenerla unos segundos y volver a la posición inicial. Hacer lo mismo con la otra pierna **Variante**: Con una pierna flexionada y la otra extendida, inspire mientras flexiona una pierna hasta coger la rodilla con las dos manos y presionar 3 veces con pequeños rebotes, luego hacer lo mismo con la otra pierna. (Repetir tres veces) (**)	
Variante: Colocar los pies encima del rodillo y realizar ejercicios de flexión y extensión desplazando el rodillo de adelante hacia atrás y viceversa	

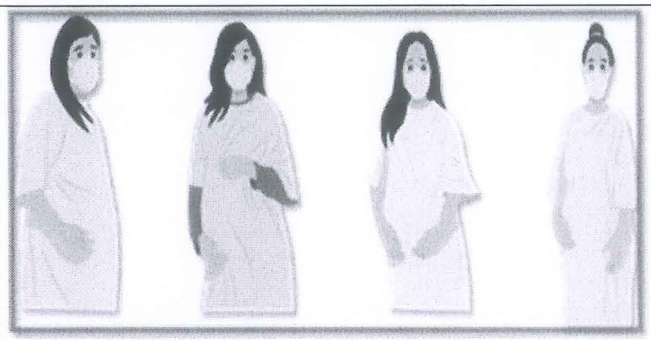
[10](**). Proscrito

Variante con pelota [11](**)	
c. **Control y Fortalecimiento del piso Pélvico** **En posición decúbito dorsal:** con las piernas flexionadas en abducción, realizar contracción sostenida y relajación controlada de los músculos perineales (repetir 5 veces) Enfatizar que este ejercicio prepara para exámenes vaginales. (**)	

F. Sesión VI: Puerperio, Lactancia Materna y signos de Alarma.

ACTIVIDADES	TÉCNICAS-METODOLOGÍA	MATERIALES	DURACIÓN
Recepción y bienvenida.	Participativa	Material de escritorio. Cuaderno de registro.	10 min
DESARROLLO TEÓRICO			
CONCEPTOS BÁSICOS -Definición de Puerperio, cuidados y signos de alarma. -Cuidados e identificación de signos de alarma en el recién nacido. -Lactancia Materna -Familiarizar a la gestante con los ambientes de la IPRESS donde realizara el parto.	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Puerperio, Lactancia Materna y signos de Alarma.	40min
PRÁCTICA DEMOSTRATIVA			20 min
PPT de Sala de Partos y emergencia			40 min
Ingreso al sistema ESSI			10 min

[11](**) Proscrito

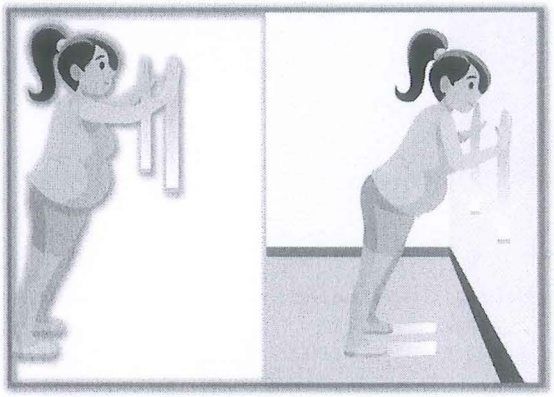
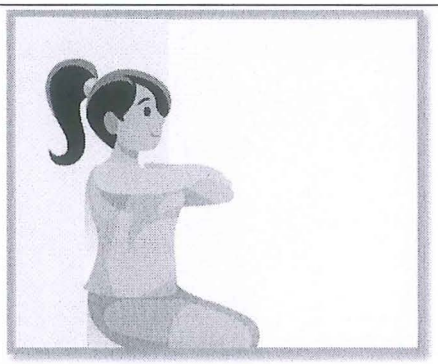
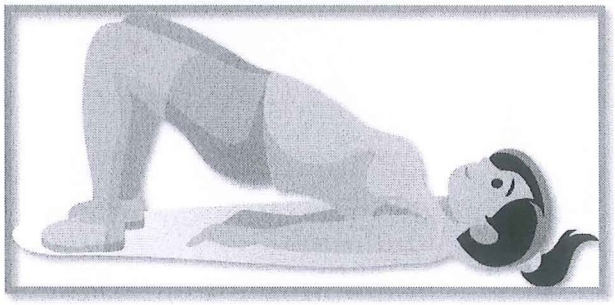
Recorrido a Centro Asistencial: Presenta un PPT de áreas de sala de partos y emergencia de las IPRES (imagen referencial)	

8.3. Estructura y contenidos de la Psicoprofilaxis obstétrica Postnatal

A. Sesión I: Puerperio/ Cuidados Postnatales/ Nutrición

ACTIVIDADES	METODOLOGÍA/TÉCNICAS	MATERIALES	TIEMPO
Recepción y Bienvenida Integración del grupo y motivación	Expositiva	Tarjetas de asistencia	20 minutos
DESAROLLO TEÓRICO			
Puerperio. Definición. Involución uterina, evolución del peso, adaptación del sueño. Cuidados de la episiorrafía,sutura/ herida operatoria. Complicaciones más comunes. Recuperación física y psicoafectiva. Participación del padre o acompañante en los cuidados del recién nacido. Alimentación saludable en el postparto.	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Puerperio/ Cuidados Postnatales/ Nutrición	40 minutos
DESAROLLO PRÁCTICO			
Gimnasia Postparto Calistenia Ablandamiento y fortalecimiento de miembros superiores y pectorales. Levantamiento de la pelvis. Ejercicios de Kegel	Demostrativa Participativa	Música Relajante	40 minutos
Retroalimentación Reforzamiento Recomendaciones			10 minutos
Ingresar información en el ESSI			10 minutos

EsSalud

Gimnasia Postnatal (imagen referencial).	
a. Ablandamiento y fortalecimiento de miembros superiores y pectorales: madre parada frente a la pared, con piernas extendidas, pies separados a la altura de la cadera y brazos extendidos con las manos apoyadas en la pared, la madre hace movimientos de acercamiento y alejamiento de 5 a 10 repeticiones.	
Variante: madre en posición sentada con los brazos cruzados, los codos a la altura de los hombros, manos en los bíceps opuestos, ejerciendo presión (contando 1,2,3) y relajación (contando 1,2,3) de 5 a10 repeticiones.	
b. Fortalecimiento del suelo pélvico: En posición de cubito dorsal rodillas flexionadas y separadas, pies apoyados al piso, brazos paralelos al cuerpo. Elevar las caderas contrayendo la musculatura del suelo pélvica (Kegel) para luego descender hasta descansar la columna en el piso. (contando 1,2,3) de 5 a10 repeticiones.	
c. Bebe recostado en la colchoneta frente a la mamá, ella de rodilla, sentada sobre los talones, adoptar la posición de gato, palmas de la mano apoyadas en la colchoneta paralelas al hombro, flexionar los brazos, acercar el rostro al rostro del bebé, mencionar su nombre. Retornar a posición original.	

Dirección de Prestaciones y Normas de Atención Integral de Salud
V°B°
Dra. T. PAREDES G.
Gerente
-ESSALUD-

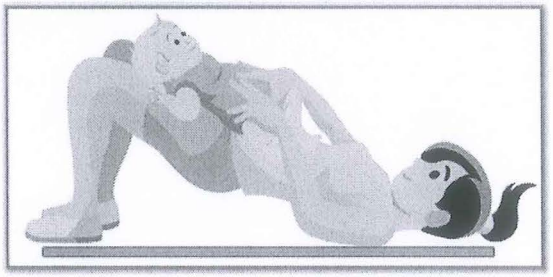
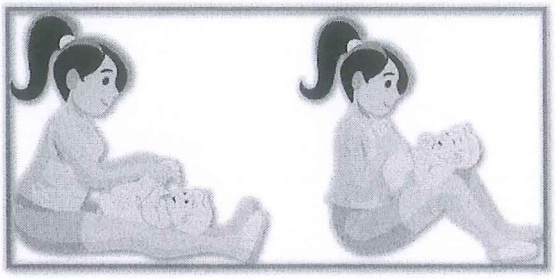
Subgerencia de Atención de Preventivo, Promocional y Complejidad Creciente-DPNAS-GCPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
-ESSALUD-

EsSalud

B. Sesión II: Puerperio - Lactancia Materna

ACTIVIDADES	METODOLOGÍA /TÉCNICAS	MATERIALES	TIEMPO
Recepción y Bienvenida	Expositiva	Cuaderno de registro	15 minutos
DESAROLLO TEORICO			
Anatomía y Fisiología de la Glándula Mamaria. Composición de la Leche Materna Beneficios para la madre, para el bebé. Mitos y Creencias Técnicas de Amamantamiento Técnicas de extracción, almacenamiento, conservación y administración de leche materna. Riesgos de la leche artificial. Derechos laborales	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Puerperio - Lactancia Materna	45 minutos
DESAROLLO PRÁCTICO			
Gimnasia Postparto Ablandamiento y fortalecimiento de miembros inferiores Fortalecimiento del suelo pélvico Levantamiento de la pelvis	Participativo Demostrativo	Música relajante	40 minutos
Retroalimentación y Reforzamiento Recomendaciones			10 minutos
Registro en el sistema ESSI			10 minutos

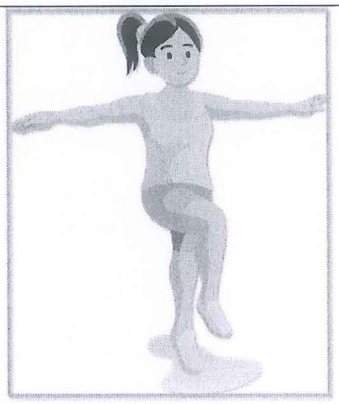
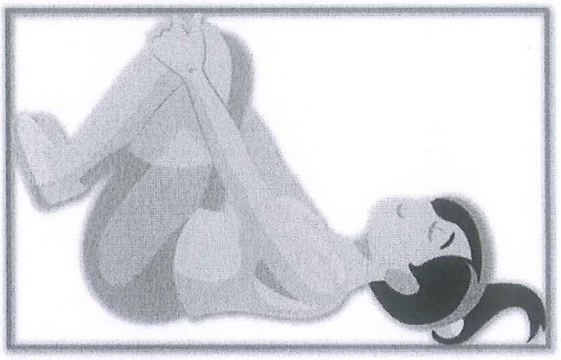
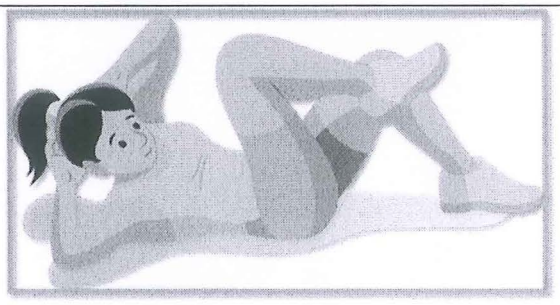
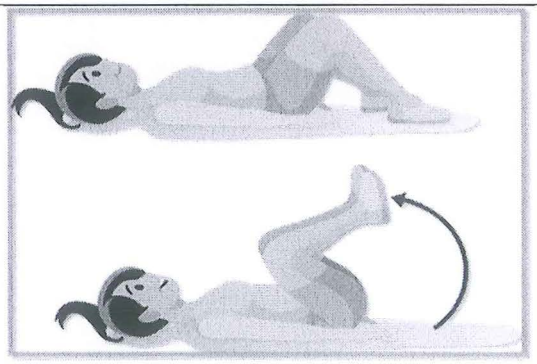
Gimnasia Postnatal (imagen referencia) **a.** Ablandamiento y fortalecimiento de miembros inferiores: Levantamiento de Piernas: utilizar pelota para soporte (según riesgo). Posición en decúbito dorsal, piernas ligeramente separadas, extendidas. Brazos a cada lado, levante lentamente una pierna hasta alcanzar un ángulo recto con el piso, luego baje lentamente. Proceda con la otra pierna. (contando 1,2,3) de 5 a10 repeticiones.	

b. Fortalecimiento del suelo pélvico: Posición en cubito dorsal, rodillas flexionadas y separadas; pies apoyados en el piso, bebé sobre el abdomen de la madre apoyando en los muslos, utilizar manta. Brazos sosteniendo al bebé de forma seguro. Elevar las caderas contrayendo la musculatura del suelo pélvico(Kegel) para luego descender hasta descansar la columna en el piso. (contando 1,2,3) de 5 a10 repeticiones.	
c. Madre sentada sobre la colchoneta, piernas extendidas, bebé recostado sobre los muslos de la madre en una manta, sosteniéndolo de forma segura, luego flexionar las piernas y acercar al bebé al rostro de la madre (contacto visual), sincrónico con la flexión del tórax materno, mientras se contrae la musculatura del suelo pélvico y glúteos. Retornar al bebé a su posición original mientras se relaja la musculatura. Respiración lenta y sostenida. Repetir 5 veces	

C. Sesión III: Puerperio - Vinculo y familia

ACTIVIDADES	TÉCNICAS /METODOLOGÍA	MATERIALES	TIEMPO
-Recepción y Bienvenida	Expositiva	Cuaderno de registro	15 minutos
DESARROLLO TEÓRICO			
-Reconocimiento de los sentimientos generados después del parto. -El Apego. -Vinculo recién nacido y familia. -Integración de la puérpera a su nuevo rol de madre en el núcleo familiar.	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Puerperio – Vínculo y familia	45 minutos
DESARROLLO PRÁCTICO			
Gimnasia Postparto -Fortalecimientos de músculos abdominales -Contracción y relajación de músculos glúteos y abdominales. -Ejercicios de kegel	Demostrativa	música Relajante	40 minutos
Retroalimentación y Reforzamiento Recomendaciones			10 minutos
Ingreso al sistema ESSI			10minutos

EsSalud

Gimnasia Postnatal (imagen referencia) a. En posición de pie, con las piernas alineados a las caderas y a los hombros, primero separamos los brazos extendidos hasta la altura de los hombros, luego elevamos la pierna derecha flexionada hasta la altura de la cadera llevándola hacia el lado opuesto, sostenemos unos segundos y regresamos a la posición natural de la pierna, realizar el ejercicio con ambas piernas alternadamente. Repetir 3 veces e incrementar progresivamente hasta 10 o 15 repeticiones, teniendo en cuenta cada caso.	
b. Fortalecimiento de Músculos abdominales: en posición de cúbito dorsal, brazos extendidos a cada lado del cuerpo. Ambas piernas ligeramente separadas. Flexionar las piernas sobre el abdomen sostenerlas en esa posición mientras se las abraza por unos segundos, volver a la posición original. **(criterio de la Obstetra) Repetir 3 veces e incrementar progresivamente hasta 10 o 15 repeticiones, teniendo en cuenta cada caso.	
c. Posición de cúbito dorsal con las rodillas flexionadas, con el codo del brazo derecho intentar alcanzar la rodilla opuesta, mientras se contraen los músculos perineales. Repetir para el lado opuesto. **(criterio de la Obstetra) Repetir 3 veces e incrementar progresivamente hasta 10 o 15 repeticiones, teniendo en cuenta cada caso.	
d. En posición de cúbito dorsal, con el bebé sobre el pecho, los brazos de la madre sosteniéndolo, piernas juntas flexionadas, elevar sobre el abdomen y descenderlas suavemente. Repetir 3 veces e incrementar progresivamente hasta 10 o 15 repeticiones, teniendo en cuenta cada caso.	

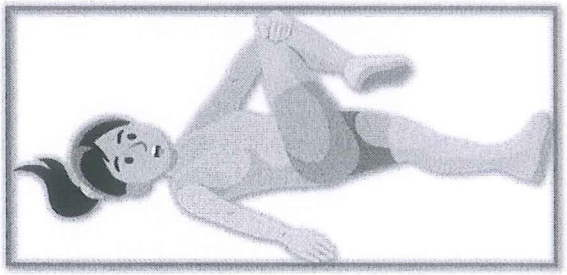
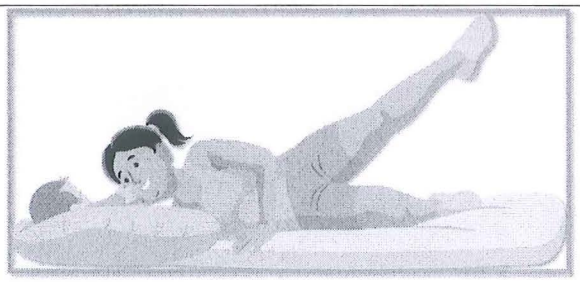
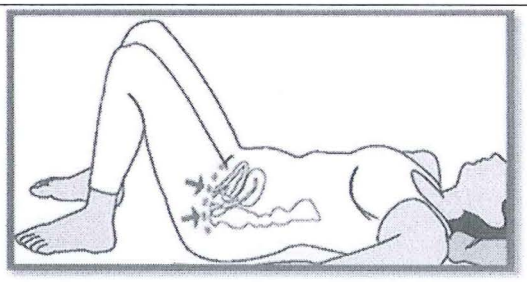
Subgerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - GCOP - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

Subgerencia de Atención de Preventivo, Promocional y Complejidad Creciente - GPRIAS - ESSALUD - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente

EsSalud

D. Sesión IV: Sexualidad y Planificación Familiar

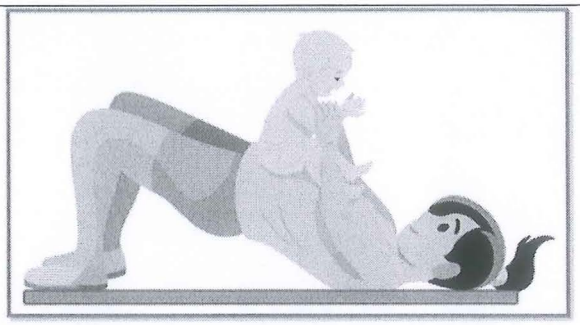
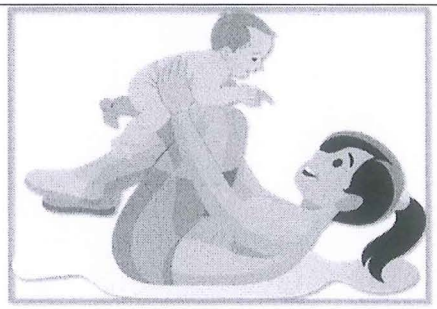
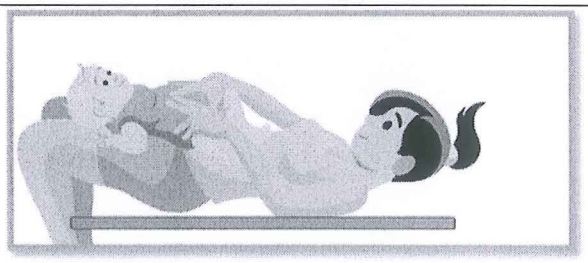
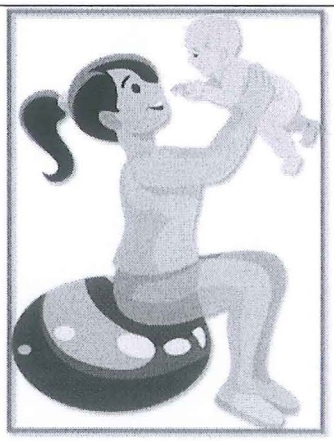
ACTIVIDADES	METODOLOGÍA/TÉCNICAS	MATERIALES	TIEMPO
Recepción y Bienvenida	Expositivo	Registro	20 minutos
DESAROLLO TEÓRICO			
-Sexualidad en el postparto. -Planificación familiar - Aplicación del post test	-Expositiva- Interactiva	Presentación de diapositivas: Sexualidad y Planificación Familiar.	40 minutos
DESAROLLO PRACTICO			
Gimnasia -Fortalecimientos de músculos abdominales -Ejercicios de fortalecimiento de Suelo pélvico	Demostrativa Participativa	Música relajante	40 minutos
Retroalimentación Recomendaciones			10 minutos
Ingreso al sistema ESSI			10 minutos

Gimnasia Postnatal (imagen referencial) a.Fortalecimiento de músculos abdominales: en la posición decúbito dorsal, los brazos y piernas extendidos a cada lado del cuerpo. Flexionar la rodilla de una pierna llevándola al lado opuesto del cuerpo con la ayuda de esa mano luego volver a la posición original. Repetir la acción con la otra pierna. Repetir 5 veces.	
b. En posición de cubito lateral derecha, el brazo derecho flexionado y la mano sosteniendo la cabeza e interactuando con el bebé.La pierna inferior flexionada y la pierna superior extendida elevar y bajar hasta 5 veces. Repetir la acción con la otra pierna.	
c. En posición de cubito dorsal, con los brazos extendidos a cada lado del cuerpo, piernas flexionadas, con las rodillas separadas a la altura de la cadera, ejercer contracción de los músculos perineales durante 3 segundos, luego relajar 3 segundos. Realizar de 10 o 15 repeticiones, teniendo en cuenta cada caso. *Con vejiga vacía.	

Subgerencia de Prevención, Promocional y Compensación Creciente-GPNAS-GCPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
-ESSALUD-

Subgerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
V°B°
Dra. T. PAREDES Q.
Gerente
-ESSALUD- SCDS-

EsSalud

d. En posición de cubito dorsal con las piernas flexionadas y rodillas juntas, se coloca al bebe sobre los muslos con una manta. Elevar la pelvis contrayendo los músculos perineales y glúteos por 3 segundos y regresar suavemente a la posición inicial. Repetir de 5 a 10 veces.	
e. La mamá en cuatro puntos apoyada sobre la pelota, colocando el bebé frente a ella, teniendo contacto visual. Extender y elevar la pierna derecha. Repetir de 3 a 5 veces. Realizar la misma acción con la otra pierna.	
f. En posición de cubito dorsal con las piernas juntas flexionadas, colocar al bebé en decúbito ventral sobre las piernas de la madre, buscando la interacción con la mirada, elevando la cabeza hacia él, repetir la acción hasta 5 veces.	
g. En posición de cubito dorsal con las piernas juntas flexionadas, colocar al bebé en decúbito ventral sobre las piernas de la madre, buscando la interacción con la mirada, elevando la cabeza hacia él, repetir la acción hasta 5 veces.	
h. Sentada sobre el balón, con la espalda recta sostener al bebé con ambos brazos, elevar al bebé suavemente sobre el nivel de los hombros mientras se realiza la contracción sostenida de los diferentes grupos musculares del abdomen, la pelvis y los glúteos. Regresar a la posición inicial manteniendo una respiración normal. Repetir de 3 a 5 veces.	

Dirección de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
V°B°
Dra. T. PAREDES Q.
Gerente
ESSALUD

Subgerencia de Atención de Preventivo, Promocional y Comunidad Creciendo con Salud
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
ESSALUD

EsSalud

8.4. Estructura y contenidos del Componente Educativo (Teleorientación)

El Componente Educativo será desarrollado de acuerdo con la prioridad sanitaria local de cada IPRESS, con enfoque de interculturalidad de la madre y su entorno.

A. **Módulo 1: Autocuidado/Importancia del Control Prenatal**
   Duración: 1 hora.
   Contenido:
   a. Importancia de la atención prenatal
   b. Signos de alarma.
   c. Higiene
   d. Salud bucal
   e. Actividad física

B. **Módulo 2: Nutrición de la gestante**
   Duración: 1 hora.
   Contenido:
   a. Necesidades Nutricionales en el embarazo y la lactancia.
   b. Repercusiones de la nutrición sobre el feto y su vida futura.
   c. Prevención de la anemia en la gestante y puérpera.
   d. Incremento de peso durante el embarazo
   e. Esquemas nutricionales con adecuación intercultural.
   f. Esquemas nutricionales de la gestante adolescente, con enfoque de riesgo y adecuación intercultural.
   g. Recomendaciones para un buen hábito alimenticio.

C. **Módulo 3: Lactancia Materna**
   Duración: 1 hora.
   Contenido:
   a. Composición y beneficios del calostro y la leche materna
   b. Importancia y beneficios de la lactancia materna exclusiva para el bebé.
   c. Beneficios de la lactancia materna para la madre y familia
   d. Técnicas de amamantamiento, colocación y agarre.
   e. Técnicas de extracción, almacenamiento, conservación, y administración de la leche materna.
   f. Riesgos y peligros de no amamantar.

D. **Módulo 4: Cuidados del Recién Nacido/Señales de peligro**
   Duración: 1 hora
   Contenido :
   a. Cuidados del Recién Nacido.
   b. Baño del Recién Nacido.
   c. Identificación de los Signos de Alarma en el Recién Nacido

E. **Módulo 5: Planificación Familiar y Sexualidad**
   Duración:1 hora.
   Contenido:
   a. Paternidad responsable
   b. Métodos anticonceptivos
   c. Sexualidad

F. **Módulo 6: Emociones - Violencia Familiar**
   Duración:1 hora
   Contenido:
   a. Cambios Emocionales durante el embarazo y puerperio.
   b. Pilares fundamentales para la relación de pareja.
   c. Violencia familiar. Tipos de violencia e impacto

G. **Módulo 7: Subsidios de Maternidad, Deberes y Derechos**
   Duración:1 hora.
   Contenido:
   a. Prestaciones del seguro social.
   b. Derechos y deberes de la madre y/o padre asegurado / a.
   c. Subsidios descanso pre y postnatal.

H. Módulo 8: Adolescencia y embarazo

Duración: 1 hora.

Contenido:

a. Cambios físicos, psicológicos y sociales durante el embarazo.
b. Impacto del embarazo en la etapa adolescente.
c. Prevención de un próximo embarazo en la etapa de la adolescente.
d. Servicios de maternidad: control prenatal, psicoprofilaxis obstétrica y estimulación prenatal.

I. Módulo 9: Prevención de cáncer de Cérvix y de mama

Duración: 1 hora.

Contenido:

a. Factores de riesgo de Cáncer de Cérvix y mama.
b. Medidas Preventivas.
c. Técnicas para el autoexamen de mamas.
d. Técnicas y procedimientos para la detección y periodicidad acorde a la cartera de servicios.

J. MODULO 10: ITS- VIH

Duración: 1 hora.

Contenido:

a. Infecciones de transmisión Sexual-VIH/SIDA.
b. Factores de riesgo, medidas preventivas.
c. Importancia del tamizaje VIH en gestación y la trasmisión vertical.
d. VIH- Lactancia Materna.

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - GPNAIS - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

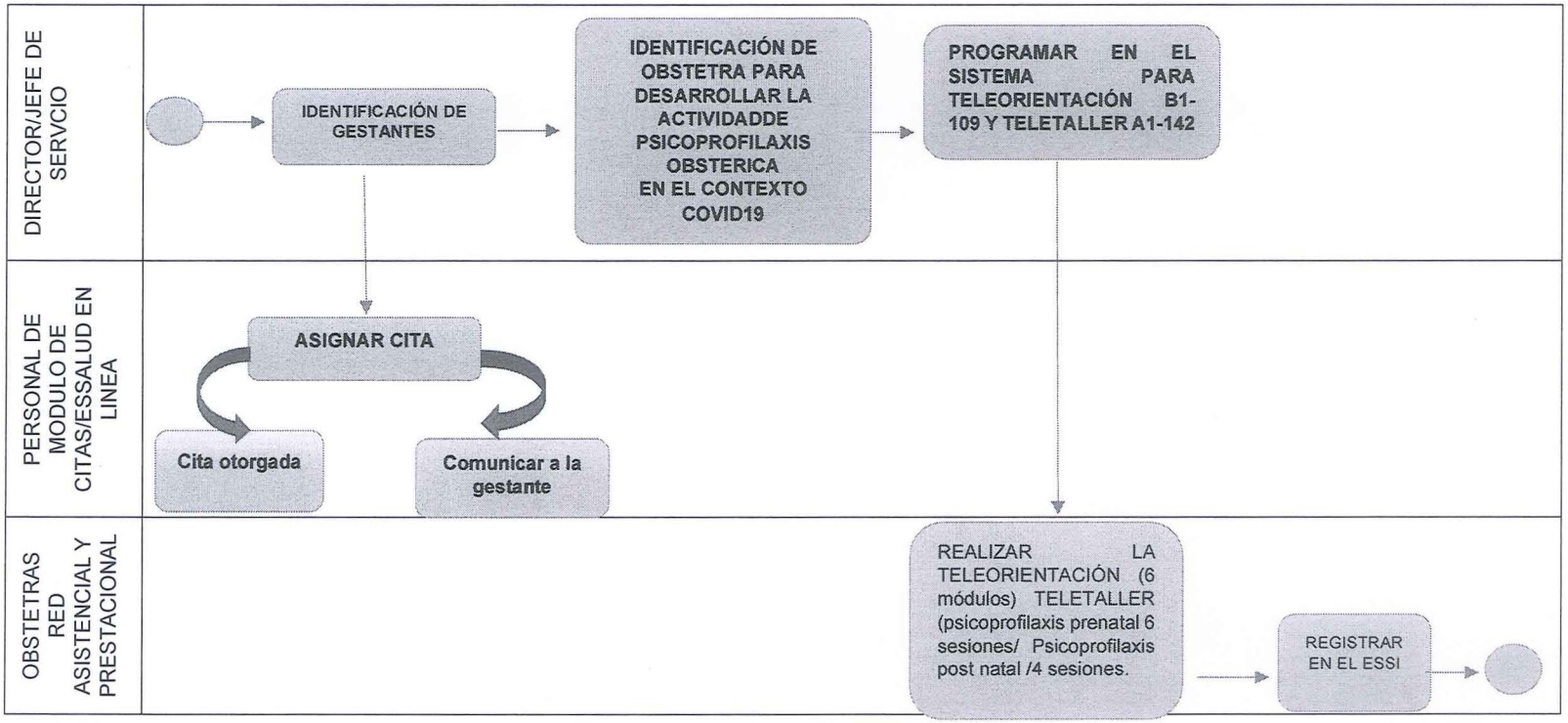
Gerencia de Prevención, Promoción y Competitividad Creciendo Saludables - GCPS - ESSALUD - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente

EsSalud

IX.ANEXOS:

Anexo N°1

Flujo de Atención de la Psicoprofilaxis Obstétrica



V°B° D. ARCE B. Sub Gerente - ESSALUD -

V°B° Dra. I. PAREDES Q. Gerente - ESSALUD -

EsSalud

Anexo N°2

Registro Psicoprofilaxis Obstétrica

REGISTRO DE PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA (Embarazo y puerperio)

IPRESS:

fecha de inicio: **Fecha de término :** **Obstetra Responsable:**

GRUPO :

N° de orden	Apellidos y Nombres	Edad	DNI	FUR	FPP	Fórmula Obstétrica	Edad Gestacional	Teléfono	Sesiones Psicoprofilaxis Prenatal						Sesiones Psicoprofilaxis del Puerperio				Componente educativo					
									1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6
1																								
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								
8																								
9																								
10																								
11																								
12																								
13																								
14																								
15																								

Sub Gerencia de Prevención, Promocional y Complejidad Creciente-GPRAISCCPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
- ESSALUD -

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - GRAIS
V°B°
Lic. T. PARCEDES Q.
Gerente
ESSALUD

EsSalud

"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"
"Año de la Universalización de la Salud"

SEGURO SOCIAL DE SALUD
GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD
22 DIC 2020
RECIBIDO
Firma..... Hora...10:20

INFORME N° 203 -GPNAIS-GCPS-ESSALUD-2020

A : **Dra. CECILIA MARIA BEDOYA VELASCO**
Gerente Central de Prestaciones de Salud

DE : **DRA. TANIA PAREDES QUILICHE**
Gerente de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud

ASUNTO : Proyecto de Documento Técnico: "Guía técnica de psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia por la COVID19 en el Seguro Social de salud - EsSalud".

FECHA : Lima, 22 DIC. 2020

Tengo a bien dirigirme a usted, en atención al asunto de la referencia, con la finalidad de informarle lo siguiente:

I. ANTECEDENTES:

1.1. Ley N° 26842, Ley General de Salud y sus modificatorias.
1.2. Ley N° 27056, Ley de Creación del Seguro Social de Salud – ESSALUD y su Reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 002-99-TR, y sus modificatorias.
1.3. Ley N° 26790, Ley de Modernización de la Seguridad Social en Salud – ESSALUD y su Reglamento, aprobado mediante Decreto Supremo N° 009-97-SA y sus ampliatorios y modificatorias.
1.4. Ley N° 30421, Ley Marco de Telesalud y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 003-2019-SA.
1.5. Mediante, el Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19, se dispone dispóngase el aislamiento social obligatorio (cuarentena), por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19 y sus modificatorias.
1.6. Mediante, Decreto Supremo N° 008-2020-SA, que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19, el cual ha sido ampliando con Decreto Supremo Nº 031-SA hasta el 7 de marzo del 2021.
1.7. Mediante, Decreto Supremo N° 013-2020-SA, que establece medidas para asegurar la continuidad de las acciones de prevención, control, diagnóstico y tratamiento del coronavirus – COVID-19.
1.8. Mediante, la Resolución Ministerial N° 361-2011/MINSA, que aprueba la "Guía Técnica para la Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal".
1.9. Mediante, la Resolución Ministerial Nº 217-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Sanitaria Nº 094-MINSA/2020/DGIESP, "Directiva Sanitaria para garantizar la salud de las gestantes y la continuidad de la atención en planificación familiar ante la infección por COVID-19".
1.10. Mediante, la Resolución Ministerial Nº 245-2020-MINSA que aprueba la Directiva Sanitaria Nº 97-MINSA/2020/DGIESP, "Directiva Sanitaria para la Prevención y Atención de la Gestante y del Recién Nacido con Riesgo o infección por COVID-19".
1.11. Mediante, la Resolución Ministerial N° 116-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Administrativa N° 284-MINSA/2020/DIGTEL, "Directiva de Telegestión para la implementación y desarrollo de Telesalud", que establece criterios y procesos de planificación, organización, dirección y control en la Telegestión para brindar los servicios de Telesalud en las IPRESS.
1.12. Mediante, la Resolución Ministerial N° 146-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Administrativa N° 286-MINSA/20202/DIGTEL, "Directiva Administrativa para la Implementación y Desarrollo de los Servicios de Teleorientación y Telemonitoreo".

1.13. Mediante, la Resolución N° 001- GDP- 2006, Guía de Psicoprofilaxis Obstétrica ESSALUD-2006.
1.14. Mediante, la Resolución de Gerencia General N° 487- GG-ESSALUD-2014 aprueba la Directiva 005-GG-ESSALUD-2014 la Cartera de Servicios de Salud de Complejidad Creciente del Seguro Social de Salud (EsSalud).
1.15. Mediante, la Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 86 aprueba la Directiva 002-GCPS-ESSALUD-2017 "Atención Integral de la Salud Materna en las etapas preconcepcional, embarazo, parto y puerperio".
1.16. Mediante, la Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°019-GCPS_ESSALUD-2020 Documento Técnico" Implementación de trabajo Remoto para el personal Asistencial en EsSalud".
1.17. Mediante, la Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N° 020 -GCPS-ESSALUD-2020 que aprueba el Documento Técnico "Reactivación Progresiva de los servicios de Salud de las IPRESS del primer Nivel de atención y con población Adscrita en EsSalud".
1.18. Mediante la Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°029-GCPS-2020-ESSALUD que aprueba el Documento Técnico "Salud Materna en el contexto de la pandemia por COVID 19"
1.19. Con, Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°30- GCPS-ESSALUD-2020, aprueba el Documento Técnico "Teleorientación a la gestante en el contexto de la Pandemia COVID 19 en EsSalud".
1.20. Mediante, la Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud N°038-GCPS-ESSALUD-2020 se aprueba el Documento Técnico "Disposiciones para la reactivación de los servicios de salud en las fases de mitigación, control y respuesta frente a la emergencia sanitaria por COVID 19 en EsSalud".

Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud - GCPS - ESSALUD - V°B° Dra. T. PAREDES Q. Gerente

II. ANÁLISIS

2.1. Mediante el Decreto Supremo N° 008-2020-SA se declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario, dictando medidas de prevención y control del COVID-19, el cual ha sido ampliado mediante el Decreto Supremo N° 031-2020-SA, por noventa (90) días calendario contados a partir del 7 de diciembre de 2020, correspondiendo al Seguro Social de Salud – EsSalud, realizar las acciones inmediatas desarrolladas en el "Plan de Acción–Vigilancia, contención y atención de casos del nuevo COVID-19 en el Perú".

Subgerencia de Prevención, Promocional y Complejidad Creciente - GPNSCPS - V°B° D. ARCE B. Sub Gerente - ESSALUD -

2.2. Mediante la Resolución Ministerial Nº 217-2020-MINSA, que aprueba la Directiva Sanitaria Nº 094-MINSA/2020/DGIESP, Directiva Sanitaria para garantizar la salud de las gestantes y la continuidad de la atención en planificación familiar ante la infección por COVID 19, siendo necesario realizar las adecuaciones y actividades para la atención de las gestantes presenciales y atención remota por los profesionales asistenciales mejorando el acceso y la calidad de la atención.
2.3. Al entrar en cuarentena y las restricciones en el libre tránsito y en el acceso a diversos servicios público y privados para disminuir la propagación y contagio de la COVID-19, las medidas adoptadas, afectaron los derechos de las mujeres en lo correspondiente a su salud sexual y reproductiva, y en caso de las gestantes, la falta de atención de los controles prenatales, y el componente educativo, que constituye el pilar fundamental donde la gestante recibe la información necesaria, para que esta etapa sea una experiencia positiva con el acompañamiento de los profesionales de la Institución.
2.4. La Psicoprofilaxis obstétrica (PPO), reconocida como una herramienta de prevención en la atención obstétrica, tiene un impacto positivo en la salud materna y perinatal, razón por la cual es de suma importancia continuar brindando esta prestación en forma virtual, y de esta manera, conseguir el máximo beneficio para las madres, bebés y su entorno, con aspectos técnicos, con criterio clínico, enfoque de riesgo, ética y humanización, en las Instituciones prestadoras de servicios de salud de EsSalud.
2.5. En ese sentido es importante hacer frente a los problemas de salud prevalentes y proteger la vida de las gestantes y del recién nacido, impulsando iniciativas innovadoras, como es el uso de la Telemedicina para las atenciones en la psicoprofilaxis obstétrica, como una herramienta para el Sistema de Salud y utilizando las tecnologías de información y comunicación (TIC), que

permite garantizar la sostenibilidad y el empoderamiento de los signos de alarma como parte de la educación a la gestante, disminuyendo las 4 DEMORAS que señala la OMS.

2.6. En tal sentido, la presente propuesta es para estandarizar las actividades en la Psicoprofilaxis Obstétrica mediante el uso de las TIC para brindar a la gestante y aportar en el logro de una maternidad saludable y segura en el contexto de la pandemia por la COVID 19, en las Instituciones prestadoras de servicios de salud de EsSalud.

2.7. El impacto que tendrá la propuesta: del documento técnico en el contexto de la pandemia por la COVID-19: Es conocimiento del autocuidado en el embarazo es prioritario para la madre y el producto de la gestación, ya que impacta positivamente en las tasas de la morbi-mortalidad de ambos, este permite disminuir las complicaciones en el estado de salud, identificando en forma precoz los signos de alarma y acudiendo al establecimiento con poder resolutivo al más breve plazo, cabe resaltar que una muerte materna es un impacto social irreparable.

III. CONCLUSIONES

3.1. Conforme a las competencias de la GPNAIS, se ha elaborado el proyecto de Documento Técnico: **"**Guía técnica de psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia por la COVID 19 en el Seguro Social de Salud – EsSalud".

3.2. En atención a lo señalado, se adjunta la propuesta del documento técnico en mención, debidamente visada, en señal de conformidad, así como el proyecto de Resolución de Gerencia Central de Prestaciones de Salud para el trámite correspondiente, de encontrarlo conforme.

Subgerencia de Prevención, Promocional y Complejidad Creciente-GPNAIS-GCPS
V°B°
D. ARCE B.
Sub Gerente
- ESSALUD -

IV. RECOMENDACIÓN

Se recomienda alcanzar a la Gerencia Central de Prestaciones de Salud la propuesta de Normativa, el Informe Técnico correspondiente y el proyecto de Resolución para su aprobación de considerarlo pertinente.

Atentamente,

Dra. TANIA PAREDES QUILICHE
Gerente de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD
ESSALUD

TPQ/kmf
Nit 166-20-55
Proy 211-SGAPPCC

EsSalud

"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"
"Año de la Universalización de la Salud"

NOTA N° 324 -GPNAIS-GCPS-ESSALUD-2020

SEGURO SOCIAL DE SALUD
GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD
22 DIC 2020
RECIBIDO
Firma..... Hora... 10:20

Lima, 21 DIC 2020

Doctora
CECILIA MARIA BEDOYA VELASCO
Gerente Central de Prestaciones de Salud
Presente. –

Asunto : Proyecto de Documento Técnico: "Guía técnica de psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia por la COVID19 en el Seguro Social de Salud - EsSalud".

Es grato dirigirme a usted para saludarla cordialmente y en atención al asunto, remito a su Despacho el proyecto de Resolución del Documento: "Guía técnica de psicoprofilaxis obstétrica en el contexto de la pandemia por la COVID 19, en el Seguro Social de Salud - EsSalud", elaborado por la Gerencia de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud, la misma que tiene por finalidad disminuir la morbimortalidad materna perinatal, mediante la educación en salud.

V°B° D. ARCE B. Sub Gerente - ESSALUD -

En tal sentido, se solicita vuestra suscripción de aprobación de considerarlo pertinente. Se adjunta: Informe de sustento técnico, Proyecto de Directiva y Proyecto de Resolución.

Agradeciendo su atención, quedo de usted.

Atentamente,

Dra. TANIA PAREDES QUILICHE
Gerente de Políticas y Normas de Atención Integral de Salud
GERENCIA CENTRAL DE PRESTACIONES DE SALUD
ESSALUD

TPQ/dab/bmp
NIT: 166-20-55
PROY . 211 -SGAPPCC-2020