



## Las atenciones iniciarán el 8 de mayo del 2024

23 ABR 2024 Salud

De manera completamente personalizada, acordes al grado de gestación de la madre, con abordaje emocional y desde la perspectiva humanista. Así es como la Escuela de Enfermería de la Universidad de Costa Rica (UCR) estará brindando este primer semestre del 2024 consultas prenatales, postnatales y de lactancia materna **—sin costo—** a todas las mujeres y familias interesadas.

La atención gratuita se dará a partir del 8 de mayo del 2024 y **podrán aplicar todas aquellas personas** sin importar su nacionalidad, estado civil, ingresos económicos o condición de asegurada.

Las consultas serán proporcionadas por las y los estudiantes avanzados de la carrera de Enfermería de la UCR, **bajo una estricta supervisión de docentes altamente especializadas en el área de neonatología, lactancia materna y obstetricia**, como parte del curso EE-0413 “Módulo de Intervención de Enfermería con la Adulterez Sana”.

El objetivo de brindar estos servicios es unir la parte académica con la acción social, a fin de proporcionar cuidados de enfermería de forma integral a todas las madres que asistan **—siempre acorde a sus necesidades individuales—**, mientras las y los jóvenes fortalecen su aprendizaje clínico bajo un enfoque completamente humano, de respeto y escucha.

“Una de las principales novedades para este 2024 es que buscamos llegar a la mayor población posible mediante consultas presenciales y virtuales, con el fin de atender todas las dudas que tienen las mamás. **Así, si no pueden asistir a las consultas presenciales porque viven en zonas muy alejadas como los Chiles, igual les abrimos un canal virtual para que puedan preguntar y aclarar cualquier duda que tengan.** La idea es ofrecerles, también en lo virtual, algún tipo de guía que les permita sentirse más tranquilas en su proceso”, afirmó Sidey María Zúñiga Madriz, enfermera pediátrica con énfasis en neonatología y una de las docentes de la UCR encargada de impartir las consultas.

**Dentro de los servicios que se darán en este 2024 están los monitoreos fetales.** Estos monitoreos permiten conocer el bienestar fetal al evaluar el patrón de frecuencia cardiaca del feto y así detectar posibles alteraciones. Asimismo, se darán los servicios de control prenatal, manejo de complicaciones y la identificación de riesgos en el embarazo.

Además de los monitoreos, **en los procesos de atención también se abarca el eje educativo y las asesorías sobre la preparación para el parto.** Estas últimas son fundamentales. En la consulta se le explica a las madres sus derechos, según el plan de parto que ofrece la Caja Costarricense de Seguro Social.

Un ejemplo es que la mamá pueda **solicitar el número mínimo de exámenes y tactos vaginales.** Asimismo, tienen derecho a que se les explique los procedimientos a los que serán sometidas durante su hospitalización.

“Este es un espacio innovador, a nivel académico y de acción social, porque se busca que las mamás y las familias se apropien del espacio, compartan y puedan aprender formas para disfrutar el proceso de la maternidad sin miedo y de la mejor forma, desde el embarazo, hasta la lactancia y el posparto. **Las y los estudiantes están abocados a brindar una consulta de calidad con toda la parte humanística que nos caracteriza como universidad pública.** Para nosotros es vital empoderar a la madre para que sepa que ella es el principal eslabón, porque ellas son las líderes de las consultas. Es importante que se sientan libres y satisfechas”, manifestó Zúñiga.

En cuanto al eje de lactancia materna, en este espacio se les enseña a las mamás cómo alcanzar un proceso exitoso. Durante la consulta se derriban ciertos mitos como, por ejemplo, **la creencia de que los senos pequeños no producen mucha leche**, así como la importancia de los pensamientos, emociones y estados psicológicos los cuales, si no son abordados, pueden impedir una lactancia apropiada.

Justo por esa razón, Zúñiga afirma que el momento ideal para la consulta en lactancia es antes de que la niña o el niño nazca para que la madre, a la hora de estar con su hija o hijo, **tenga todas las herramientas y la información necesaria para un proceso exitoso**, especialmente, en el primer acople: cuando el bebé se pega al pecho.

No obstante, si el bebé ya nació, la madre igual puede asistir. En la consulta se evalúa la técnica de amamantamiento, así como la condición de la madre y del bebé, el crecimiento de la persona menor de edad y, por último, **se brindan consejos personalizados para evitar complicaciones.**

Finalmente, en la atención posnatal se analiza **la recuperación de la mamá, la anticoncepción posparto** y la evaluación de crecimiento, desarrollo y de estimulación temprana.

Todo lo anterior queda **registrado en un carnet prenatal**, el cual se integra al expediente de la mamá y, al concluir la atención, lo portará la mujer para que la CCSS (o un ente privado) lo use como referencia y conozca la evolución de la usuaria.

“Las expectativas al concluir el proceso es que las mamás reciban una atención personalizada y de calidad, que les permita esclarecer cada una de sus preguntas y, en todo momento, se sientan seguras del proceso que están pasando porque les brindamos apoyo y ayuda. **Toda mujer puede venir a recibir atención en cualquiera de las etapas en las cuales se encuentre**, no importa si está empezando el embarazo, si lo está terminando o si está a la mitad. Tal vez ella necesite reforzar conocimientos y no importa si acaba de nacer su bebé o si este tiene un mes de nacido, ella siempre puede venir a la UCR”, comentó Laura López Quirós, docente de la Escuela de Enfermería de la UCR, enfermera obstetra y otra de las profesoras encargada de las consultas.



Todos los años las y los estudiantes brindan atenciones gratuitas como parte del curso como parte del curso EE-0413 “Módulo de Intervención de Enfermería con la Adultez Sana”.

## La atención

Las consultas poseen la duración de una hora y se dan con cita previa para los días **miércoles, jueves y viernes de 8:00 a. m. a 12:00 m.**

Las consultas de lactancia serán en las instalaciones del **Centro de Investigación de Cirugía y Cáncer (Cicica-UCR)**. Por su parte, las consultas prenatales se efectuarán en el **Centro de Simulación en Salud (Cecisa-UCR)**. Ambas están ubicadas en la Sede Rodrigo Facio, San Pedro de Montes de Oca.

El primer paso para acceder al servicio es llenar un formulario que está disponible en <http://ucr.cr/r/l3Shq> y, en caso de dudas, enviar un mensaje de **WhatsApp al 70539983**.

En dicho formulario la mujer debe detallar cuántas semanas de gestación tiene y qué tipo de consulta le interesa: **lactancia materna o consulta prenatal**. Las citas se asignan según sean las semanas de gestación e intereses de cada mamá.

“El orden de prioridad se trabajará según la lista, conforme las mujeres y sus familias se vayan inscribiendo. A las mujeres se les va a llamar y, según su conveniencia, **vamos a ir acomodando las citas**”, agregó López.

La persona debe tener presente que el primer día de la cita se le **pesará, medirá y hará una valoración del índice de masa corporal**. La información obtenida es esencial para dar las

próximas recomendaciones de ganancia de peso y de alimentación durante el embarazo.

Asimismo, a las mamás se les efectúa una **valoración de los signos vitales** con un especial énfasis en la presión arterial, con el propósito de detectar cualquier posible enfermedad que ponga en riesgo al bebé o la mamá.

**La continuidad de las citas se da con base en que tan próximo está el bebé por nacer.** A las mujeres que están en la quinta semana se le da el seguimiento cada mes. Quienes están en la semana 34 la cita es cada 15 días y, a partir de la semana 36, se agenda un monitoreo semanal. Esto se acompaña de material, charlas y de panfletos educativos para robustecer el aprendizaje de las usuarias.

En todo momento las consultas serán supervisadas por las docentes especializadas en obstetricia, neonatología y lactancia materna, acompañadas por las y los estudiantes avanzados de cuarto año de la carrera de Enfermería. **El periodo de atención va desde los meses mayo hasta finales de junio de cada año;** es decir, lo correspondiente al módulo académico.

Actualmente, para este I semestre del 2024, **más de 46 estudiantes estarán apoyando en la atención y rotarán a lo largo del periodo.** Su práctica está ordenada para que conozcan la consulta y cómo se brinda una atención de alta calidad científica y humana a la usuaria, al aplicar el proceso de enfermería.

Dicha formación la complementan con clases teóricas que les permite consolidar una serie de habilidades, mismas que impactarán la vida de cada paciente que atenderán cuando, finalmente, **se gradúen como profesionales en Enfermería y estén al servicio de todo un país.** En ese momento tendrán el enorme deber en sus hombros de generar las nuevas transformaciones sociales que el país necesite.

En caso de dudas puede enviar un correo a [sidey.zuniga@ucr.ac.cr](mailto:sidey.zuniga@ucr.ac.cr).



[Jenniffer Jiménez Córdoba](#)  
Periodista Oficina de Comunicación Institucional  
Área de cobertura: ciencias de la salud  
[jenniffer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr](mailto:jenniffer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [lactancia materna](#), [enfermería](#), [atención](#), [gratuita](#), [prenatal](#), [posnatal](#).