



**Nombre del alumno: Suleyma Sinaí Gutiérrez Pérez.**

**Nombre del profesor: Alfonso Velásquez.**

**Licenciatura: Enfermería.**

**Materia: Fundamentos de enfermería.**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Nombre del trabajo: Ensayo.**

**Ensayo del tema: Bienestar, salud y enfermedad.**

**“Ciencia y Conocimiento”**

## Bienestar, salud y enfermedad.

### Introducción.

Los enfermero(a) tiene un papel importante en dar cuidados a los pacientes ver el bienestar principalmente y cuidar de ellos y debe considerar una buena evaluación deben comprender la gestión del cuidado relativo promoción y una restauración de la salud cuando hablamos de bienestar, salud y enfermedad es un enfoque de dimensiones de la salud de los pacientes. Se visualiza la salud desde una perspectiva la salud de las personas tiene dos componentes emocional y espiritual de la salud. La investigación holística es una propuesta de una investigación como un proceso global, evolutivo y organizado.

Los enfermeros se preocupan por el individuo como persona completa, total u holística, no como una reunión de partes y procesos. Cuando se aplica a la enfermería, el concepto holismo subraya que el enfermero debe tener siempre presente la totalidad de personas y esforzarse por comprender como su parte alterada se relaciona con dicha totalidad. Además el enfermero debe considerar también la relación con dicha totalidad. Además, el enfermero debe considerar también la relación del individuo con su externo y con los demás. Por ejemplo, para ayudar a un varón que está llorando la muerte de su esposa, el enfermero explora el impacto de la pérdida en la totalidad de la persona (es decir, sobre el apetito, el patrón de sueño y descanso, el grado de energía, la sensación de bienestar, el estado de ánimo, las actividades habituales, las relaciones familiares y las relaciones de los demás).

Las intervenciones de enfermería van dirigidas a restablecer la armonía global, por lo que depende del sentido de las metas y del significado de la vida del paciente. Se consideran que la combinación de los componentes mentales, emocional espiritual, de relación y del entorno, a lo que se conoce como Holismo, desempeña misiones y equivalentes en el estado de salud de la persona. Las fuerzas socioculturales, tales como la política, la económica, la geografía, la religión y el sistema de atención sanitaria predominante, influyen en el estado de salud del

paciente y en la conducta de atención sanitaria predominante, influyen en el estado de salud del paciente y en la conducta de atención sanitaria. Por ejemplo las personas con acceso limitado a una atención sanitaria específica, pueden recurrir a la medicina tradicional o a la curación popular. La medicina popular se define como las creencias y practicas relacionadas con la prevención y la curación de la enfermedad que derivan de las tradiciones.

Investigación holística es una propuesta que presentan la investigación como un proceso global, evolutivo, integrador. La investigación holística trabaja los procesos que tiene que ver con la invención, con la formación holística trabaja los procesos, con la descripción y la clasificación, considerada a la creación de teorías y modelos, la indagación acerca del futuro, la aplicación práctica de soluciones, y la evaluación de proyecto, programas y acciones sociales, entre otras cosas. Principios de investigación holística: principio de complementariedad. ``los diferentes enfoques o teorías pertenecientes a una misma disciplina son complementarios. Principio de continuidad: ``la realidad, más que estar constituida por cosas con limites propios, es una totalidad única de campos en acción que se infieren; por tanto, los elementos del universo como tal, pueden entenderse como elementos, físicos como tal, pueden entenderse como eventos, es decir organizaciones que se reorganiza constantemente en sinergias y cada evento de un campo contiene y refleja todas las dimensiones de dicho campo.

Las enfermedades holísticas son aquellas que reconocen y tratan a cada individuo de manera diferente. Las enfermedades holísticas se describe a menudo por los pacientes como las enfermeras que `` realmente les importa ``. Como enfermeras hay que encontrar una manera de equilibrar todos los deberes y responsabilidades que vienen con el título. Una vez hecho esto, los deberes y responsabilidades se convierten en privilegios y éxito.

Como profesional de enfermería es necesario promover un bienestar psicológico y emocional en los pacientes con el fin de facilitar la curación física. Cuando se hace esto la relación con el paciente cambia y se convierte en algo más positivo que antes. Esto conduce a mejores resultados en los pacientes y pueden aumentar la felicidad y propósito en el trabajo como enfermera. Hay muchas maneras fáciles de mejorar las relaciones con los pacientes y promover un ambiente psicológico, emocional y espiritual saludable.

1: aprender el nombre de los pacientes y utilizarlos.

2: hacer un buen contacto con la mirada.

3: preguntar cómo se siente, sinceramente, que realmente importe.

4: utilizar el toque terapéutico.

5: ayudar al paciente a verla a sí mismo como alguien que merece dignidad.

6: educar a los pacientes sobre la importancia del autocuidado.

7: utilizar métodos no farmacológicos de control del dolor, como las técnicas de relajación.

Estas es una pequeña lista de cambios que pueden ser implementados con el fin de centrarse más en la atención integral de los pacientes. La enfermería holística se puede practicar en cualquier entorno médico, ya sea en una clínica o en enfermería a domicilio.

La salud holística es un enfoque de salud que vislumbra todas las dimensiones del ser humano de una manera interdependiente e integrada, como una entidad completa en relación al mundo que le rodea. Se refiere al bienestar físico, psicológico y social abarcando la esfera subjetiva y del comportamiento. No es la ausencia de alteraciones y de enfermedad, sino un concepto positivo que implica distintos grados de vitalidad y funcionamiento adaptativo. La salud holística posee las siguientes características.

Se enfatiza el bienestar en vez de la enfermedad.

El ser humano se desempeña como unidad entera.

No existe si una de las dimensiones no se encuentran saludable.

Su filosofía propósito es la enseñanza de práctica básica de una vida.

La salud holística comprende un estado de bienestar en todos los aspectos: físicos, biológicos, psicológico, socio emocionales. Está enfocada en la promoción y mantenimiento de la calidad de vida del ser humano; cualquier alteración en la salud de alguna de las áreas repercute en todas, ya que una buena salud es la principal condición de desarrollo humano y es muy importante cuidarla, conservarla, potenciarla, ya que esto permite el desarrollo de las habilidades y capacidades humanas. A pesar de que cada persona, familia y comunidad otorga a la salud valores diferentes, para todos significa estar bien, verse bien, ser productivo y relacionarse sanamente con los demás. El cuidado es una noción de cuidado ocupa un lugar central y fundamental en el discurso actual de enfermería. Desde el punto de vista disciplinario, el cuidado es el objeto de conocimiento de la enfermería y criterio fundamental de otras disciplinas del campo de salud. En general, el cuidado tiene dos aspectos diferentes: cuidar de (actividad de proveer directamente cuidado para cubrir las necesidades de otras personas) y tener interés en otra persona (deseo y la motivación por el bienestar del otro).

Cuidar es un fenómeno social y cultural, una ciencia social y humana que necesita preparación y conocimiento y sobre todo experiencia de trabajo de campo. Para cuidar hay que desarrollar el esmero de cuidar a los otros; cuando se aprende a cuidar, a respetar y a reconocer a los otros seres humanos insertos en cada cultura incluyendo la propia, se genera una relación terapéutica en la que la persona cuidada y el cuidador (enfermera) salen beneficiados.

Ayudar en general es el hecho de ofrecer recursos a una persona con el fin de que pueda superar una situación difícil o hacer frente a la misma y vivirla de un modo más sano posible. Los recursos pueden ser materiales, técnico o relacionales. Hablamos de relación de ayuda cuando hacemos referencia al modo de ayudar usando fundamentalmente recursos relacionados (respeto, calidez, escucha), y que permitan a la persona descubrir sus recursos internos que le ayuden a afrontar sus crisis del modo más sano posible si no tiene salida o a recorrer un camino de crecimiento. La interacción permite a la persona expresar sus sentimientos, dar a conocer respuestas positivas y negativas frente a las situaciones vividas y sus expectativas frente al cuidado de enfermería para la satisfacción de sus necesidades y a la enfermera le permite desarrollar el propósito de la enfermería.

## Conclusión.

Como profesionales en enfermería es necesario promover un bienestar psicológico y emocional en los pacientes con el fin de facilitar la curación física. Los enfermeros se preocupan por el individuo el holismo abarca que los enfermeros que deben tener siempre en cuenta presente la totalidad de las persona y esforzarse por comprender su parte alterada se relaciona con dicha totalidad y existe maneras de relacionarnos con los pacientes y promover un ambiente psicológico, emocional y espiritual saludable pero para esos debe tener siempre encuentra que se debe tratar bien a los pacientes, aprender su nombre de los pacientes utilizarlos, preguntar cómo se siente y sonriendo cuando se apropiado.

