

**Nombre del alumno:**  
**Polet Berenice Recinos Gordillo**

**Nombre del profesor:**  
**Lic. Alfonso Vázquez**

**Licenciatura:**  
**Enfermería**

**Materia:**  
**Fundamentos de enfermería III**

**Nombre del trabajo:**  
Ensayo del tema: Bienestar, salud y enfermedad.  
“Ciencia y Conocimiento”

**7/junio/2020**

## INTRODUCCIÓN

En el ensayo presente analizaremos el tema de “salud, bienestar y salud” y el significado correspondiente a estas palabras, su relación con la enfermería y para que nos ayude, como sabemos en enfermería es esencial preservar la salud mediante la promoción y prevención de la salud y enfermedad.

Como tal es deber de un buen enfermero conocer estos temas y aplicarlos correctamente en el campo.

Agradezco su tiempo y espero el ensayo sea de su agrado.

### “BIENESTAR, SALUD Y ENFERMEDAD”

Como personal de enfermería se nos ha encomendado cuidar de la salud de la sociedad, para que esta goze de un buen bienestar físico y de una salud plena, también de controlar las enfermedades para que la persona se sienta mejor, así enfermería se ha colocado en uno de los puestos más importantes en el mundo.

**¿Qué es bienestar?** Estado de la persona cuyas condiciones físicas y mentales le proporcionan un sentimiento de satisfacción y tranquilidad.

**¿Qué es salud?** Según la OMS salud es un estado de perfecto (completo) bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad.

**¿Qué es enfermedad?** Alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debida a una causa interna o externa.

Holismo: el concepto de Holismo subraya que el enfermero debe tener siempre presente la totalidad de la persona y esforzarse por comprender como su parte alterada se relaciona con dicha totalidad. Es decir que el enfermero debe comprender al paciente y ayudarlo a mejorar su salud, explicarle y hacerle conocer los procesos y todo lo relacionado al tema que beba tratarse con él.

La creencia de salud holística sostiene que las fuerzas de la naturaleza dependen de mantenerse en equilibrio o armonía. La vida humana es un aspecto de la naturaleza que debe estar en armonía con el resto de ella. Cuando el equilibrio o la armonía naturales se alteran, se produce la enfermedad.

**“La enfermedad no nos llega de la nada. Se desarrolla a partir de pequeños pecados contra la naturaleza, cuando se hayan acumulado suficientes pecados, la enfermedad aparecerá de repente”. (Hipócrates, s.f.).**

La rueda de la medicina puede usarse también para expresar la relación del individuo con el entorno como una dimensión de la prosperidad. Puesto que estos al paso de los años han sido desarrolladas y perfeccionadas para mejorar el bienestar físico de las personas.

Investigación holística: “es una propuesta que presenta la investigación como un proceso global, evolutivo, integrador, concatenado y organizado.

La investigación holística trabaja los procesos que tienen que ver con la invención, con la formulación de propuestas novedosas, con la descripción y la clasificación, considera la creación de teorías y modelos, la indagación acerca del futuro, la aplicación práctica de soluciones, y la evaluación de proyectos, programas y acciones sociales, entre otras cosas.

#### **Principios de la 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 límites propios, es una totalidad única de campos en acción que se interfieren; por tanto, los elementos del universo, más allá de constituir elementos físicos como tal, pueden entenderse como eventos, es decir, organizaciones que se reorganizan constantemente en sinergias, y cada evento de un campo contiene y refleja todas las dimensiones de dicho campo.

#### **Sus categorías se dividen en niveles:**

- ✓ Nivel perceptual. Aproximación inicial al evento. Corresponden los objetivos: explorar (familiarizarse con la situación) y describir (hacer un diagnóstico de la situación, particularmente de los eventos de estudio).
- ✓ Nivel aprehensivo. Aproximación más profunda para descubrir relaciones de la estructura interna del evento. Corresponden los objetivos: comparar (cómo se presentan los eventos de estudio en situaciones o contextos diversos) y analizar (descubrir los elementos que intervienen en la situación).

- ✓ Nivel comprensivo. Estudia la relación del evento con otros. Corresponden los objetivos: explicar y comprender.

Las enfermeras holísticas son aquellas que reconocen y tratan a cada individuo de manera diferente. Las enfermeras holísticas se describen a menudo por los pacientes como las enfermeras que “realmente les importa”.

**“Una enfermera siempre nos dará esperanza, es como un ángel con estetoscopio”. (Lalet, s.f.)**

#### **Maneras de mejorar la interacción con el paciente:**

- Fomentar la confianza mutua creando unas bases en la relación.
- Realizar una historia clínica minuciosa y detallada
- Amabilidad
- Empatía
- Dejarlo ser autónomo
- Explicarle de buena manera y lo más claro posible.
- Animar a los pacientes.
- Preguntarles que no entienden y explicarles.

¿Qué es la salud holística? Salud holística es un enfoque del concepto 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.

### **CONCLUSIÓN**

En conclusión, las enfermeras juegan un papel muy impórtate en el cuidado de la salud y la prevención de la enfermedad, también hay indicadores que nos enseñan a ser buenos enfermeros. Ahora se comprende mejor la holística de la enfermería.

## Bibliografía

- Hipocrates. (s.f.). [https://www.google.com/search?q=frases+sobre+salud&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk004Oh\\_32HUf-FgitUCt6OIXCsEECQ:1591118586915&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=9L2c1M\\_saJvOHM%253A%252CctjnWOCpWDksiM%252C\\_&vet=1&usg=AI4\\_-kQiD\\_Ei7QPWmZXfny6z61UCqFw0VQ&sa=X&ved=2](https://www.google.com/search?q=frases+sobre+salud&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk004Oh_32HUf-FgitUCt6OIXCsEECQ:1591118586915&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=9L2c1M_saJvOHM%253A%252CctjnWOCpWDksiM%252C_&vet=1&usg=AI4_-kQiD_Ei7QPWmZXfny6z61UCqFw0VQ&sa=X&ved=2).  
Obtenido de [https://www.google.com/search?q=frases+sobre+salud&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk004Oh\\_32HUf-FgitUCt6OIXCsEECQ:1591118586915&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=9L2c1M\\_saJvOHM%253A%252CctjnWOCpWDksiM%252C\\_&vet=1&usg=AI4\\_-kQiD\\_Ei7QPWmZXfny6z61UCqFw0VQ&sa=X&ved=2](https://www.google.com/search?q=frases+sobre+salud&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk004Oh_32HUf-FgitUCt6OIXCsEECQ:1591118586915&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=9L2c1M_saJvOHM%253A%252CctjnWOCpWDksiM%252C_&vet=1&usg=AI4_-kQiD_Ei7QPWmZXfny6z61UCqFw0VQ&sa=X&ved=2)
- Lalet, C. (s.f.). [https://www.google.com/search?q=frases+sobre+enfermeras+y+autor&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk01jdr4EEvW2WSDfTkb88cTJv1cNTw:1591120278658&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjs7IP42OPpAhUOIKwKHSKFCzgQ\\_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=PJINZo6MdP6KjM](https://www.google.com/search?q=frases+sobre+enfermeras+y+autor&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk01jdr4EEvW2WSDfTkb88cTJv1cNTw:1591120278658&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjs7IP42OPpAhUOIKwKHSKFCzgQ_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=PJINZo6MdP6KjM).  
Obtenido de [https://www.google.com/search?q=frases+sobre+enfermeras+y+autor&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk01jdr4EEvW2WSDfTkb88cTJv1cNTw:1591120278658&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjs7IP42OPpAhUOIKwKHSKFCzgQ\\_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=PJINZo6MdP6KjM](https://www.google.com/search?q=frases+sobre+enfermeras+y+autor&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk01jdr4EEvW2WSDfTkb88cTJv1cNTw:1591120278658&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjs7IP42OPpAhUOIKwKHSKFCzgQ_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=654#imgrc=PJINZo6MdP6KjM)

**Libro: 1Fundamentos De Enfermería III**