



**Nombre de alumnos: Brenda Jaquelin Velázquez Salas**

**Nombre del profesor: María del Carmen López Silba**

**Nombre del trabajo: Ensayo de elementos de los cuidados holísticos.**

**Materia: Fundamentos de Enfermería III**

**Grado: 3er cuatrimestre**

**Grupo: B**

Comitán de Domínguez Chiapas a 05 de junio de 2020.

## ELEMENTOS DE LOS CUIDADOS HOLÍSTICOS

Para empezar, los cuidados holísticos son esenciales para la práctica del personal de salud ya que se trata de cómo cuidar a un paciente en toda la extensión de la palabra, es decir nos estamos refiriendo a todo lo que tenga que ver con su salud por ejemplo el entorno, la convivencia, el estado de ánimo del paciente, su relación con la familia entre otros, para poder ver la parte alterada y mejorar en ese aspecto. Así como también veremos todo con lo que se relaciona los cuidados holísticos, como los principios y los componentes del cuidado, todo esto abarca una infinidad de aportaciones al aprendizaje del estudiante de enfermería por eso es muy importante conocer y saber todo lo que abarca los elementos de los cuidados holísticos.

Iniciare definiendo que son los cuidados holísticos, esto se refiere al cuidado que vamos a brindarle a un paciente en su totalidad y esto debe considerarse en todas las formas necesarias para poder colaborar con cada uno de ellos, es decir que las intervenciones de enfermería van dirigidos a restablecer la armonía global, ahí mencionaba que uno de los atributos importantes son las terapias alternativas y esto tiene que ver porque se considera que la combinación de los componentes mental, emocional, de relación y del entorno desempeñan misiones equivalentes al estado de salud de la persona. El objetivo principal es potenciar el estado de salud total desde el nacimiento hasta la muerte, otro aspecto importante es que en lo holístico la vida humana es un aspecto de la naturaleza que debe estar en armonía y cuando el equilibrio o la armonía se encuentra alterada el cuerpo tiende a enfermarse y todo esto va depender del equilibrio en la que la persona se encuentre, así como cuatro aspectos importantes que es en lo físico, mental, emocional y espiritual. Todo esto tiene que ver mucho con las fuerzas socioculturales como la política, la economía, la religión y el sistema de atención sanitaria, un ejemplo sería que cuando las personas no cuentan con una atención sanitaria ellos buscan otras alternativas como medicina tradicional y esto se define como creencias o prácticas relacionados con la prevención y curación de enfermedades. Los principios de la investigación holística se deriva los principios de continuidad esto quiere decir que para el holismo se refiere a una sola realidad una totalidad única de campos en acción que se

interfieren. Los principales objetivos se clasifican en cuatro niveles, el primero es el nivel perceptual esto se refiere a la aproximación del inicio del evento es decir, los objetivos como explorar y describir, ejemplo hacer un diagnóstico para familiarizarse con la situación. El segundo es el nivel aprehensivo esto quiere decir que es la aproximación más a fondo para poder conocer la situación internamente, tiene como objetivo comparar y analizar los elementos que intervienen en la situación. El siguiente es el nivel comprensivo se refiere a estudiar la relación de eventos con otros, tiene como objetivos explicar, predecir y proponer. El ultimo es el nivel integrativo tiene como acción modificar o transformar el evento si es necesario, tiene como objetivos modificar, confirmar y evaluar. Es muy importante seguir estos pasos para el investigador y cumplir con todos los objetivos para no presentar incongruencias. Algo importante también son los holotipos de investigación ya que expresa las características esenciales de cualquier investigación, así como también en la investigación holística se reconocen diez holotipos es como una secuencia continua es decir, en la realización de cada holotipo abre paso al siguiente es denominado como un ciclo, además es un modelo que integra y organiza los holotipos como un proceso continuo. Como mencionaba anteriormente cada aspecto de la investigación tiene sentido en su relación con el todo, esto se deriva en principios como el de la evolución, principio holográficos, principios de conocimiento fenomenológico y principio de integralidad. Donde la holo praxis de la investigación es una vivencia holística en donde se integran todas las dimensiones del ser humano como la ética moral, biofisiológica y la intelectual, al igual que cuenta con objetivos como buscar el bien, la preservación de la vida entre otros.

La holística es conocida como un proceso integrador, ya que al realizarlo se asume un trabajo difícil porque el ser humano cuenta con emociones, actitudes, pensamientos, valores, entre otros que para el investigador como bien decía es algo que tiene que realizar con los conocimientos y atención necesaria cumpliendo cada uno de los objetivos ya mencionados. Para no salirme del tema las enfermeras holísticas son aquellas que reconocen y tratan a cada individuo de manera diferente es decir tienen que ver por cada paciente, equilibrando todos los deberes y

responsabilidades que tienen y eso les contrae el tiempo porque tienen mucho de qué preocuparse pero una vez ya realizado todo se convierte en un privilegio haber hecho las cosas bien poniendo todo sus conocimientos adquiridos. También es muy importante reconocer que la enfermería es una profesión difícil, donde el agotamiento físico y mental son obstáculos que se presentan, pero con la práctica y servicio se va conociendo mejor todo lo que un enfermero hace para poder ayudar a los demás y es algo que se amerita, al igual que vas adquiriendo experiencias y así mejorar la atención de cada paciente. Yo considero que cada paciente es una vida diferente y como profesionales de enfermería es necesario promover el bienestar emocional y psicológico para facilitar la curación, por eso es muy importante tener una buena comunicación ya que el paciente puede sentirse mejor y eso genere algo positivo en él. A continuación describiré algunas de métodos fáciles para mejorar la relación con el paciente, primero yo creo que lo correcto sería aprenderse el nombre del paciente, así como también tener un buen contacto ya sea con una sonrisa o la mirada, estar atento de cómo se siente en esos momentos, utilizar un toque terapéutico, también preservar la dignidad del paciente, enseñarle sobre el autocuidado, animar al paciente, utilizar métodos de control del dolor y algo muy importante es preguntar si tiene creencias religiosas, entre otras, considero que son métodos que deben de llevarse a cabo con el fin de centrarse más en la atención integral de los pacientes.

Para ir finalizando la salud holística es un enfoque que percibe todas las dimensiones del ser humano de una manera interdependiente e integrada, más que nada se refiere al bienestar físico, psicológico y social, este tiene como características promover el bienestar de las personas, enseñar prácticas básicas para una vida saludable, entre otros. Otro aspecto importante son los valores que contribuyen a la salud holística como el respeto, la solidaridad, el compromiso social, la responsabilidad ya sea individual o colectiva, para tener una mejor calidad de vida. Otro elemento importante es el cuidado, que en todo lo ya mencionado es algo fundamental en enfermería esto es lo que distingue a enfermería de otras disciplinas, y esto tiene dos aspectos importantes la primera es “cuidar de”, esto se refiere a la responsabilidad que se tiene y a como satisfacer las necesidades de

personas desconocidas que a menudo no comparten historia, el siguiente aspecto es “tener interés en otra persona” esto se refiere al afecto y a la atención de las necesidades de la persona que se cuida, yo comprendí que esto no tiene nada que ver con diferencias sino con la actitud y el compromiso con la otra persona, es decir tener una empatía. Por lo que cuidar es una manera de ser, de mirar y de compartir con el otro.

Para concluir los cuidados holísticos es la manera de cuidar y ver por las personas enfermas en su totalidad, colaborando con los objetivos diseñados para mejorar cada una de sus dolencias, enseñándoles el autocuidado, así como también integrar los cuatro conceptos importantes que es ver por físico, psicológico, emocional y espiritual de cada persona al igual que es muy importante respetar las creencias y la religión. Para mí fue de gran importancia este tema ya que pude conocer y comprender sobre los cuidados holísticos y los elementos que en estos se deriva. Y así poder ponerlos en práctica y mejorar mis conocimientos.

### **Bibliografía**

UDS. Universidad del Sureste. 2020. ANTOLOGÍA DE FUNDAMENTOS III, unidad II, ELEMENTOS DE LOS CUIDADOS HOLISTICOS. PDF. Recuperado el 05 de junio de 2020.