

FUNDAMENTOS DE ENFERMERÍA III
ENSAYO

MTRO:

RUBEN EDUARDO DOMINGUEZ

PRESENTA LA ALUMNA:

EVELIA DE LOURDES MORALES PEREZ

GRUPO, SEMESTRE Y MODALIDAD

3ER SEMESTRE "B" PUERICULTURA SEMIESCOLARIZADO.

FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS

12 DE JUNIO DEL 2020

INTRODUCCION

El objetivo de esta materia es que conozcamos y apliquemos los principios de esta materia. Como también que nos enfoquemos más y estudiemos y conozcamos la promoción de la salud física de esta unidad y saber cada significado y objetivo del tema. Este tema nos brinda demasiada información y nos brinda ejemplos necesarios que nos ayudaría en nuestra carrera de enfermería. Esta unidad nos brinda 11 temas muy importantes que nos ayudara a resolver prácticas.

PROMOCION DE LA SALUD FISICA

3.1 Actividad y ejercicio

Patrón 1: percepción-manejo de salud que valora: Cómo percibe el individuo la salud y el bienestar. Como maneja todo lo relacionado con su salud, respeto a su mantenimiento o recuperación. La adherencia a las prácticas terapéuticas. Incluye prácticas preventivas (hábitos higiénicos, vacunaciones).

El patrón este alterado si: La persona considera que su salud es pobre, regular o mala. Tiene un inadecuado cuidado de salud. Bebe en exceso. Fuma, consume drogas. No tiene adherencia a tratamientos farmacológicos ni a medidas terapéuticas, no está vacunado. La higiene personal y de la vivienda es descuidada, aclaraciones, tabaco. Se considera fumador cualquier persona que ha fumado diariamente durante el último mes cualquier cantidad de tabaco alcohol se considera toma de alcohol excesivo. Si existe o no consumo y tipo de drogas. Repetidos accidentes domésticos y caídas pueden ser indicativos de violencia de género o doméstica por lo que es preciso estar atento ante su presencia. Los test adjuntos nos aportan información adicional que pueden facilitar la valoración de resultado del patrón, de tal manera que cuando el resultado del test nos indica riesgo, igualmente el patrón estaría en riesgo de alteración.

3.2 patrón 2: nutricional.

Metabólico que valora: Describe el consumo de alimentos y líquidos en relación con sus necesidades metabólicas horarios de comida. Preferencias y suplementos. Problemas en el intestino, altura, peso y temperatura. Condiciones de piel, mucosa y membranas. Como se valora: Valoración del IMC. Valoración de la alimentación: Recoge en nº de comidas, el lugar el horario, dietas especiales. Así como los líquidos recomendados para tomar en el día. Se debe hacer preguntas sobre el tipo de alimentos que toma por grupos: Frutas verduras, carnes, pescados, legumbres y lácteos

Valoración de problemas en la boca: Si tiene alteraciones bucales (caries, úlceras, etc.). Valoración de problemas en la boca, dificultar para masticar, tragar, alimentación por sondas ya sea alimentación enteral o con purés caseros. Valoración de otros problemas que influyen en el patrón: Problemas digestivos (náuseas, vómito, pirosis) dependencia inapetencias intolerancias alimenticias alergias suplementos alimenticios y vitaminas valoración de la piel: alteraciones de la piel: Fragilidad de uñas y pelo, falta de hidratación, plitritos, además, lesiones, temperatura, cicatrización, coloración. Lesiones cutáneas: acceso, lipomas, nevus, verrugas, patología de las uñas.

3.3 patrones 3: eliminación.

Que valora: Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria y de la piel, como se valora: Intestinal: consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en heces, uso de laxantes, presencia de ostomias, incontinencia. Urinaria: Micciones/días, características de la orina, problemas de la micción, sistema de ayuda (absorbentes, colectores, sondas, uroscopias), incontinencia cutánea. El patrón esta alterado si: Intestinal: existe estreñimientos, incontinencia, diarrea, flatulencia, o la persona precisa sistema de ayuda (laxantes, enemas,

estonias). Urinarios: si presenta incontinencias, retención, disuria, nicturia, poliuria, paliquearía o utiliza sistema de ayuda (absorbentes, colector, sondas o uroscopias).

3.4 patrón 4: actividad/ ejercicio

Que valora: El patrón de ejercicio la actividad tiempo libre y recreo los requerimientos de consumo de energía de las actividades de la vida diaria (higiene, compra, comer, mantenimiento del hogar, etc.). La capacidad funcional el tipo, cantidad y calidad del ejercicio. Las actividades de tiempo libre como se valora: Valoración del estado de cardiovascular: Frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta a la actividad, cambios ECG que reflejen isquemia o arritmia, etc.

3.5 patrón 5: sueño.

Descanso que valora: Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas del día. La percepción de cantidad y calidad del sueño-descanso la percepción del nivel de energía. Las ayuda a dormir (medicamentos, rutinas, etc.) como se valora: El espacio físico (ventilación, temperatura agradable y libre de ruidos). El tiempo dedicado al sueño u otros descansos diurnos. Recursos físicos o materiales favorecedores del descanso (mobiliario). Existencias laborales (turnos viajes) hábitos socio culturales (hora de acostarse o levantarse, siestas, descansos) problemas de salud físicos que provoquen dolor o malestar problemas de salud psicológicas que afecten el estado de ánimo (ansiedad, depresión) situaciones ambientales que provoquen estados de ansiedad o estrés (duelos, intervenciones quirúrgicas).tratamientos farmacológicos que pueden influir en el sueño (broncodilatadores, esteroides, betabloqueantes). Usos de fármacos para dormir.

3.6 patrón 6: cognitivo- perceptivo

Que valora: Patrones sensorios- perceptuales y cognitivos, nivel de conciencia de la realidad adecuada de los órganos de los sentidos compensación o prótesis, percepción del dolor y tratamiento de lenguaje ayuda para la comunicación memoria juicio, comprensión de ideas toma de decisiones como se valora: nivel de conciencia y orientación. Nivel de instrucción: Si puede leer y escribir .El idioma. Si tiene alteraciones cognitivas, como problemas para expresar ideas o de memoria, dificultades para la toma de decisiones, problemas de lenguaje, de concentración, síntoma depresivo, problemas de comprensión, fobias o miedos o dificultades en el aprendizaje.

3.7 patrón 7: Autopercepción-auto concepto.

Que valora: Auto concepto y percepción de uno mismo. Actitudes a cerca de uno mismo. Percepción de la capacidad cogitativa, afectiva o física. Imagen corporal, social. Identidad. Sentido general de valía. Patrón emocional. Patrón de postura corporal y movimiento contacto visual, patrones de voz y conversación. Como se valora: se valora la presencia de: Problemas consigo mismo. Problema con su imagen corporal. Problemas conductuales- otros problemas .cambios recientes. Datos de imágenes corporales, postura, patrón de voz, rasgos personales, contacto visual, si se siente querido, cambios frecuentes del estado de ánimo, asertividad y nerviosismo /relajación.

3.9 patrón 8: Rol- relaciones

Que valora. El patrón de compromisos de rol y relaciones (las relaciones de las personas con los demás) la percepción de los roles más importantes (el papel que ocupan en la familia, sociedad.) Responsabilidades en su situación actual. Satisfacción o alteraciones en: Familia, trabajo, relaciones sociales, como se valora: Familia: con quien vive, estructura familiar, rol en la familia y si este está o no alterado. Problemas en la familia si alguien depende de la persona y como lleva la situación. Apoyo familiar. Si depende de alguien y su aceptación. Cambio de domicilio. Grupo social: Si tiene amigos próximos, si pertenece a algún grupo social, si se siente solo ,trabajo o escuela: Si las cosas le van bien en el ámbito laboral o escolar, entorno seguro, satisfacción datos relativos o perdidas, cambios, fracasos, conflictos, resultado de patrón : El patrón esta alterado si: Si presenta problemas en la relación :sociales , familiares o laborales.

3.10 patrón 9: sexualidad

Reproducción que valora: los patrones de satisfacción o insatisfacción de la sexualidad alteraciones en la sexualidad o en las relaciones sexuales, según las alteraciones sexuales. Patrón reproductivo pre menopausia y posmenopausia, problemas percibidos por la persona. Como se valora: Menarquia y todo lo relacionado con ciclos menstruales. Menopausia y síntomas relacionados métodos anticonceptivos embarazos, abortos, problemas relacionados con la reproducción problemas o cambios en las relaciones sexuales, resultado de patrones patrón está alterado si: La persona expresa preocupación respeto a su sexualidad, trastorno o insatisfacción. Existen problemas en la etapa reproductiva de la mujer. Existen problemas de la menopausia .relaciones de riesgo aclaraciones: La sexualidad de una persona tiene componente físico, psicológico, social y cultural.

3.11 Patrón 10: Adaptación tolerancia al estrés.

Que valora: Las formas o estrategias de afrontamiento general de la persona. Las respuestas habituales que manifiesta el individuo en situaciones que le estresan y forma de controlar el estrés. La capacidad adaptación a los cambios. El soporte individual y familiar con que cuenta el individuo. La percepción de habilidades para controlar o dirigir situaciones estresantes. Como se valora. La enfermera instara al paciente a recordar situaciones estresantes, describir como se ha tratado de evaluar la efectividad de la forma en que se ha adaptado a esas situaciones.

3.13 patrón 11: Valores y Creencias

Que valora: Los patrones de valores y creencias que guían las elecciones o decisiones. Lo que se considera correcto, apropiado: Bien o mal, bueno y malo. Lo que es percibido como importante en la vida. Las percepciones de conflicto en valores, creencias o expectativas relativas a la salud. Las decisiones a cerca del tratamiento, prioridades de salud, vida o muerte, el dolor o enfermedad. Resultado de la valoración: El patrón esta alterado: cuando existe conflicto con sus creencias. Tiene problemas para sus prácticas religiosas.

INTRODUCCION

En esta unidad que lleva por tema la promoción de la salud física es un concepto mucho más amplio en el que caben acciones de naturaleza diversa .La promoción de la salud predomina mejorar la calidad de vida de la población. La salud es un valor y un derecho universal y la educación o promoción al igual es una necesidad de poder saber más.

Referencia:

Guía de fundamentos de enfermería III

Unidad III

Licenciatura en enfermería

Tercer semestre

Mayo-agosto

