

**DOCENTE: RUBEN EDUARDO
DOMINGUEZ GARCIA.**

**ALUMNA: ROSA PATRICIA TOMAS
VASQUEZ.**

TRABAJO: ENSAYO.

TERCERCUATRIMESTRE.

GRUPO "D"

FECHA DE ENTREGA 14/06/2020

PROMOCION DE LA SALUD FISICA

La actitud y el ejercicio esto se valora a través de la higiene del paciente, como vacunaciones, como también se considera que la salud de las personas puede ser pobre, regular o mala. **La nutrición** o alimentación de cada persona o de líquidos conforme a cada necesidad metabólica de cada uno como también conlleva a una dieta específica como por ejemplo: frutas, verduras, carne, pescado, legumbres y lácteos, como al igual deben de considerar la cantidad de comida, el número, horario y el tipo de dieta que desean llevar.

cuando el patrón está alterado es cuando actúa lo que es la **eliminación** a la hora de orinar como dolor a la hora de defecar, sangre, lo cual interviene lo que es la micción lo cual las características serían a la hora de orinar, problemas de micción. **sueño**: significa descansar para que el ser humano se relaje a lo largo de las 24 horas al día y se valora al espacio físico como (ventilación, temperatura agradable y libre de ruidos). En adultos se recomienda entre 7-8 horas, en los niños varían ya que en función de su etapa de desarrollo.

perceptivo del nivel de la conciencia de la realidad adecuada de los órganos de los sentidos compensación, como al igual del idioma si tiene alteraciones como a la hora de expresarse, como puede tener problemas a la hora de ver, de audición, del olfato de gusto o sensibilidad táctil.

tolerancia de estrés la forma de estrategia de afrontamiento general de la persona las respuestas habituales que manifiesta el individuo en situaciones que le estresan y la forma de control del estrés lo cual sería la de adaptación a los cambios, el soporte individual y familiar con que cuenta el individuo. **Examen clínico** es un instrumento de trabajo que tiene por objeto acabar información básica e indispensable del paciente para el personal de enfermería identifique las necesidades y problemas para hacer elaborar el diagnóstico y la atención de enfermería. mediante las siguientes etapas: historia clínica, exploración física, métodos auxiliares de diagnósticos (estudios) ya que se realiza mediante un interrogatorio para la recolección de datos del paciente para así saber de la enfermedad.

bibliografía: promoción de la salud física. diagnósticos enfermeros: definiciones y clasificaciones

.2017- 2008. <https://es.slideshare.net/AndreaVelazquezJimenez/examen-clnico>.