



**Nombre del alumno(a): Blanca Araceli Hernández Aguilar**

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

**Nombre del trabajo: Ensayo “Elementos de los Cuidados Holísticos”**

**Materia: Fundamentos de Enfermería III**

**Grado: 3° Cuatrimestre**

**Grupo: B**

Comitán de Domínguez, Chiapas a 07 de junio de 2020.

## **INTRODUCCION**

Sabemos que la enfermería es el cuidado a otros, que comprende la atención, cuidado autónomo y colaboración de la salud del ser humano, son los encargados de tratar los problemas de salud de los seres humanos.

A continuación abordaremos el tema de manera general explicándolos por subtemas, tal como señala el tema principal es, “elementos de los cuidados holísticos” en el tema es muy extenso y de sana importancia, conformando por 8 subtemas que más adelante se explica en que consiste cada uno de ellos, sus importancias de otras cosas.

## **UNIDAD II.- ELEMENTOS DE LOS CUIDADOS HOLISTICOS.**

### **2.1.- BIENESTAR, SALUD Y ENFERMERIA.**

El paciente es más que el cuerpo físico, donde no solo se trata de curarlo y ya, en la enfermería holística, la salud de las personas es muy importante saber todo de las personas como su salud físico, mental, emocional y espiritual que realmente son puntos muy importante a tratar, saber cómo piensa o que piensa, como se siente, sus creencias, recargues, en algunos casos hay pacientes que nos quieren que se les otorgue ciertas cuidados, debido a que tienen otras mentalidades y forma de ver las cosas, como las enfermedades no solo hay que ver al paciente como un objeto a cuidar si no hay que tratarlo con muchas delicadeza, respeto, que haya armonía, confianza, comunicación. Entre pacientes- enfermero, ya que así mejorara en los ámbito del cuidado, mejor comprensión, también hay que tener en cuenta que la enfermería es una carrera muy difícil, mas sin embargo, la más humanista, porque de ahí te das en cuenta de las escenas de cada persona cada vez que ingrese sabremos darle el mejor cuidados, apoyarle, animarlos a que le eche ganas para salir adelante juntos.

### **2.2.- INDIVIDUO Y FAMILIA EN EL LUGAR Y EN LA COMUNIDAD.**

Las personas demandan la ayuda, es decir, buscan ser ayudados por las enfermeras en resolver problemas de la salud todos sabemos que al enfermamos acudimos a un centro de salud o ya sea un institución privadas, el doctor siempre nos manda o nos deja con la enfermera, por eso muy importante la comunicación para obtener un trabajo eficaz, porque cuando hay una bonita relación las cosas cambian. También interactuamos con su familia y así ellos nos ayudan en darle mejor cuidados a dichos pacientes.

### **2.3.- ETNIA Y CULTURA.**

La enfermera puede considerarse, una disciplinas social, por lo que se ocupa tanto del individuos como de la salud del grupo brindándole servicios a la comunidad.

Pasa que en las comunidades es donde más se nos dificulta implementarles cuidados por lo mismo de que ellos tienen una mentalidad o visión diferente de ver las cosas, debido a su origen a veces suele pasar que nos encontramos con gente que tienen una lenguaje materna o simplemente cuando se expresan no lo entendemos, por eso hay que aplicar nuevas formas de prácticas y cuidados sanitarios.

Por ejemplo en las comunidades tienen su forma de vivir, cuando se les diga que se cuiden simplemente no lo hacen, pero es porque ellos tienen su manera de pensar, actuar ante situaciones de enfermedades. Cabe mencionar que para obtener un trabajo eficaz y seguro hay que buscar o implementar nuevas herramientas del cuidado terapéuticos conforme a las creencias y valores de un grupo de personas, buscar la manera de ayudarlos y que nos ayude también ellos a mejorar el hábito de los cuidados y así tener o estar en armonía con la gente.

## **2.4.- ESPIRITUALIDAD Y RELIGION.**

Es muy importante conocer bien al paciente tomando en cuenta sus sentimientos y emociones, demuestra empatía para motivarlo más, para cuidar de manera holística interviene lo que conocemos como generosidad, desprendimientos, humildad, paciencia y delicadeza para que el paciente se sienta en total confianza y pueda expresarse con libertad.

Hay varias formas de demostrar afectos hacia las personas, a veces nos expresamos con más palabras, otros con gestos, además una forma de demostrar afectos hacia alguien es abrazarlos, tomarlos de la mano, despiertan sentimientos de ternura que nos hace sentir amados y queridos, lo que tenemos un estado de ánimo muy elevado.

La espiritualidad es algo que va más allá de la religión, algo que nos ayuda a mantenernos con la mirada de frente, la espiritualidad nos da la fuerza de encontrarle sentido a la vida, un ejemplo más como es:

-nos enfermamos, hay que tener en mente que no todas enfermedades son peligrosas, graves, que habrá enfermedades de las que nos podremos salvar, pero hay ocasiones en que nos toca enfermedades graves y peligrosas y nos podemos

salvarnos o simplemente no hay cura para ellos, pensamos en darnos por vencidos ante situaciones así, que lo único que queremos es estar en paz, pero hay que recordar que la vida es hermosa y vale la pena vivirla aun estando por los peores momentos de la vida, siempre habría un salida, que por más fuerte que sea la tormenta en nuestros caminos hay que ser positivos, pensar que todo va salir bien y siempre hay solución para toso menos la muerte.

## **2.5.-SEXUALIDAD**

Los jóvenes de hoy en día disfruta de su sexualidad de la manera en que ellos vean conveniente lo más casual son los métodos anticonceptivos como prevención de LTS, a veces no tienen la suficientes información sobre el derecho de la sexualidad o tal vez si saben la información, pero no saben utilizaría y ponerla en la práctica para mejores resultados.

Una forma de educarlos o más bien orientarlos sobre su vida sexual seria implementar pláticas sobre el tema de la sexualidad, darles una plática, aconsejarlos, enseñarles las reglas, ventajas y desventajas de utilizar métodos anticonceptivos para poder prevenir enfermedades de trasmisión sexual u otras enfermedades. Y qué mejor que lo hagan un enfermero ya que cuenta con los conocimientos, experiencias de acuerdo y suficientes para poder dará conocer nuevas formas de cómo cuidarse, protegerse de dichas enfermedades que a veces se generan por la falta de información, la sexualidad es bonita ´pero siempre y cuando lo sepamos vivir y aprovechar.

## **2.6.- LIDERAR, DIRIGIR E INFLUIR EN EL CAMBIO DE PACIENTE.**

Para llevar a cabo estos puntos el profesional tiene que ser responsable, respetoso, inteligente, con experiencias etc. Ya que para ser líder en la organización se requiere de valor, entrega ante todo, velar porque las cosas se hagan, atender bien a los pacientes de buena manera, brindarles el mejor cuidados, combatir contra la enfermedades, hacer que salgo adelante, apoyarlo mucho, tenerle paciencia, subirle el estado de ánimo, que vale la pena seguir luchando como se dijo anteriormente, que vale la pena por seguir luchando y lo que venga, hacer que

todos el personal de un ser humano no solo es un cuerpo físico, es más que eso y hay que otorgarle mejor cuidado.

## **2.7.- FILOSOFIA DE LA PROFESION DE ENFERMERIA.**

La enfermería tiene antecedentes históricos de la época ancestrales, que ante cuidabas los enfermo de otra forma, ya sea con plantas medicinales entre otras. Antes solo existían las enfermeras parteras u anestesista, la forma en que ellos implementaban, eran diferentes a las de hoy en día, ahora la profesión ha cambiado, ha mejorado en los métodos de cuidados, se les da mejor atención a las pacientes que antes.

Menciona que Florence Nightingale fue la primera enfermera quien describió los conceptos de ventilación, temperatura, iluminación, dieta, higiene y ruido, que son elementos que integran el entorno.

Atreves de los cuidados que hacían antes los enfermeros, se convertido en el eje fundamental de la enfermería de lo que es ahora, razón por la cual se han implementado nuevas formas de cuidar a los pacientes, fue la base de la construcción del conocimientos, que permiten fundamentar lo conocimientos de la profesión de enfermería.

## **2.8.- POSTULADOS Y PRINCIPIOS CIENTIFICOS**

Como profesionistas de enfermería debemos contar con principios y valores que lo lleven a ser buenos enfermeros, hacen bien sus trabajos en el paciente hay que tomar en cuenta los siguientes puntos:

- 1.- Conocer a los individuos sanos.
- 2.- Participar en programas para la protección de la salud
- 3.- Colaboración en los diagnósticos, tratamientos y rehabilitación de los individuos
- 4.- Otorgar cuidados con calidez y cantidad.
- 5.- Participar en programas.

Desde niños nos damos cuenta de nuestra vocación nos damos cuenta de las cosas que hacemos o nos gusta hacer, pues de ahí se refleja nuestras personalidades, de que somos hacer o simplemente de que somos capas.

La enfermería requiere de nuestra responsabilidad, honestidad, tolerancia, paciencia para tener un trabajo eficaz y obtener buenos resultados.

## CONCLUSION

En conclusión quiero finalizar con este tema retroalimentando con lo anterior, que la enfermería es una de las profesiones más difíciles, sin embargo, la más bonita, humanista ya que es una carrera de mucha responsabilidad, requiere de principios y valores, entrega, paciencia, tolerancia, sobre todo respeto, etc.

Aprendemos muchas cosas del paciente así como también de nosotros, pero tengamos en cuenta que somos los primeros de debemos poner orden y disciplina en las actividades, además hay que demostrar empatía, interés, comprensión hacia el paciente, así él se sentirá con más ganas de luchar y combatir cualquier enfermedad que usualmente pasa, vuelvo a recalcar lo dicho anteriormente:

“El ser humano no solo es un cuerpo físico, sino que va más allá de los cuidados, hay que ser amables siempre con la gente y practicar el valor de la reciprocidad, que consiste en dar sin esperar nada a cambio”.

**Bibliografía: Antología Fundamentos de Enfermería pdf**