

**Nombre de alumno: Heberto Emmanuel Domínguez Maldonado**

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

**Nombre del trabajo: ensayo**

**Materia: fundamento de enfermería 1**

**Grado: 1er cuatrimestre**

**Grupo: LEN10MEC0120-**

## **Introducción**

Este tema es de suma importancia ayuda a comprender y analizar problemas respiratorios, movilidad, de sueño. Estos temas nos ayuda a comprender lo la causa de ciertos problemas en el organismos, la respiración es el cambio de gases en el organismo la inhalación de oxígeno y el expulsión de dióxido de carbono. este tema habla de problemas que puede tener el cuerpo humano las dificultades al respirar algunas de las enfermedades respiratorias.

## **Respiración:**

Función biológica de cada ser vivo por la que absorben oxígeno, disuelto en aire o en agua y expulsan aire y expulsan dióxido de carbono para mantener su función vitales, el pulmón es el órgano de respiración en los vertebrados superiores proceso por el cual los seres vivos hacen intercambio se gases con el medio externo consiste en la entrada oxígeno al cuerpo de un ser vivo y salida de dióxido de carbono el conjunto de reacciones bioquímicas por la cuales determinados compuestos orgánicos son degradados en el interior de las células por oxidación, proceso que necesita oxígeno. El aire que inhalamos pasa por las vías aéreas, que se dividen de 15 a 25 veces, y luego en miles de vías aéreas más pequeñas, hasta que llega a los sacos aéreos,

## **Valoración del patrón respiratorio:**

Valora la actividad de tiempo y requerimiento de consumo de energía de las actividades de la vida diaria higiene, compra, comer.

Valoración cardiovasculares, frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta ala actividad cambio de ECG la capacidad funcional el tipo cantidad y calidad.

Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias ambiente laboral, disnea, molestia de esfuerzo, expectoración, tolerancia la movilidad la actividad generalizada.

La función del sistema respiratorio está invariablemente afectada durante y después de la cirugía. Aunque el efecto de la cirugía sobre el sistema pulmonar es conocido, bronco aspiración, atelectasia, neumonía, edema pulmonar y embolismo pulmonar son las causas más frecuente de morbilidad y mortalidad postoperatoria.

## **Cuidados del paciente con problemas de respiración:**

Toma de constante vitales.

La vigilancia de disneas episodios, dolor torácico, disneas, instauración de alguna arritmia. Apertura gráfica, hoja de tratamiento y observación de enfermería petición de cama en la unidad especial.

Información, comunicación y apoyo al paciente y a la familia entrega de efectos personales, registro de necesidades alteradas diagnóstico.

Inicio del circuito de atención rápida.

- Canalización de las vías venosas periféricas y extracción de muestras sanguíneas para analítica urgente más GSA.
- Administración de medicación y oxigenoterapia a alto flujo.
- Monitorización hemodinámica completa.
- Cuidados de comunicación, apoyo emocional información, inicial al paciente la necesidad de establecer un cuidados entre el y el profesional de enfermería.

## **Movilidad:**

Tiempo libre y recreo los requerimientos de consumo de energía las actividades de la vida diaria higiene, compra, comer, mantenimientos de hogar. Capacidad funcional el tiempo, ejercicio, derecho a la libre circulación están estrechamente relacionados con el derecho a la inmovilidad que, según el activista.

### **Valoración del patrón de movilidad:**

valor de estado cardiovascular, frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta a la actividad, cambios ECG que reflejan isquemia o arritmia.

Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias ambiente laboral, disnea, molestia de esfuerzo, tos nocturna, expectoración, indicación verbal de disnea,

Fundamentalmente en pacientes cardiacos y respiratorios valoración de la movilidad, debilidad generalizada, cansancio, grado de movilidad en articulaciones, fuerzas, tono muscular, actividades cotidianas, mantenimiento del hogar, capacidad funcional.

La presencia de síntomas físicos:

Cansancio excesivo, hipotonía muscular, inmovilizaciones, claudicación, intermitente, pulsos periféricos disminuidos, parálisis, parecias, deficiencia motoras. Problemas de movilidad problemas de equilibrio, inestabilidad. Capacidad funcional alterada.

### **Mecánica corporal:**

La mecánica corporal estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicando a los seres humanos. La mecánica corporal se encarga de estudio de equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicados a los seres humanos y se conceptualiza como la disciplina que trata del funcionamiento correcto y armónico de aparato musculo –esquelético en coordinación con el sistema nervioso.

La finalidad de la mecánica corporal es aumentar o restablecer la capacidad corporal de un individuo o de cualquier parte de su cuerpo para realizar actividades funcionales, mejorar su aspecto físico, evitar o disminuir desequilibrios fisiopsicosociales , y favorecer su independencia asta donde seas posible precisa de un trabajo en equipo para coordinar y dirigir no solo

la alineación corporal, sino también para lograr una estimulación neuromusculoesquelética mediante masaje, ejercicio con fines deportivos de diagnóstico o terapéuticos, movilización para lograr descanso y efectos biológicos o psicológicos progresivos, transferencia o desplazamiento de un ligar a otro uso de elementos o dispositivos de apoyo y seguridad.

### **Problemas de paciente con problemas de movilidad:**

Ya sea porque están encamados o no tienen fuerza suficiente para moverse de forma adecuada, es un hecho esencial para evitar posibles complicaciones como el trombo embolismo, la trombosis venosa profunda, la atrofia muscular.

Pero no es menos importante saber cómo hacerlo, empezando por cuáles son las posturas que se debe adoptar para movilizar o incorporar al enfermo.

-exploración física de región anterior del cuerpo

-alimentación

- favorecer exhalación respiratoria adicional

- disminuir tensión muscular abdominal y lumbar.

- aplicación de algunos tratamientos intervenciones quirúrgicas en cabeza o cara.

- descanso

**Dorsal con piernas elevadas:** paciente acostado sobre su regio posterior, extremidades superiores a los lados del cuerpo y La inferiores ligeramente reflexionadas.

- Indicaciones
- Exploración física de región anterior del cuerpo
- Relajación muscular
- Aplicación de tratamientos específicos en región anterior del cuerpo
- En la paratomías.

### **Patrón sueño descanso:**

Describe las capacidades de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a las 24 horas de día. La percepción de cantidad y calidad de sueño-descanso la percepción del nivel de energía. Las ayudas para dormir medicamentos, rutinas. Si tienes problemas para dormir, debes saber que los problemas de sueño son un síntoma, no una enfermedad y que será necesario saber qué te está pasando y los motivos por los que no puedes dormir.

### **Necesidades de descanso y sueño:**

El descanso es un estado de actividad mental y física reducido, que hace que el sujeto se sienta fresco, rejuvenecido y preparado para continuar con las actividades cotidianas. El descanso no es simplemente inactividad, requiere tranquilidad, relajación sin estrés emocional y liberación de la ansiedad. La persona que descansa se encuentra mentalmente relajada, libre de ansiedad y físicamente calmada.

El sueño es un estado de alteración de la conciencia, que se repite periódicamente durante un tiempo determinado cuya función es restaurar la energía y bienestar de la persona. El sueño es una necesidad básica del ser humano. Es un proceso universal común a todas las personas. A pesar de una considerable investigación, no existe ninguna definición comúnmente aceptada del sueño. Lo que está claro es que el sueño se caracteriza por una actividad física mínima, unos niveles variables de conciencia, cambios en los procesos fisiológicos del organismo y disminución de la respuesta a los estímulos externos.

En adultos se recomienda de 7 a 8 horas de sueño. En niños sus necesidades son mayores varían en función de su etapa de desarrollo. El sueño en ancianos es un sueño fraccionado, en general suele ser de 6 horas como máximo sueño nocturno y una media horas diurnas.

## **Conclusión**

En este trabajo aprendimos mucho sobre la respiración, movilidad como también del sueño problemas respiratorios y alguna enfermedades que causan uno de estos tres temas comprendí sobre el cuidado de estas tema sobre como controlar y tener más conocimiento de ellas.



[https://okdiario.com/curiosidades/que-respiracion-4580178#:~:text=Durante%20el%20proceso%20de%20respiraci%C3%B3n,tr%C3%A1queas%20o%20por%20la%20piel\).](https://okdiario.com/curiosidades/que-respiracion-4580178#:~:text=Durante%20el%20proceso%20de%20respiraci%C3%B3n,tr%C3%A1queas%20o%20por%20la%20piel).)

[https://www.aecc.es/es/todo-sobre-cancer/viviendo-con-cancer/durante-tratamiento/sueno-descanso#:~:text=El%20sue%C3%B1o%20\(dormir\)%20s%C3%B3lo%20existe,de%20%C3%A1nimo%20durante%20el%20d%C3%ADa.](https://www.aecc.es/es/todo-sobre-cancer/viviendo-con-cancer/durante-tratamiento/sueno-descanso#:~:text=El%20sue%C3%B1o%20(dormir)%20s%C3%B3lo%20existe,de%20%C3%A1nimo%20durante%20el%20d%C3%ADa.)