

Patrón actividad - ejercicio

• Respiración

Función biológica de los seres vivos por la que absorben oxígeno y expulsan dióxido de carbono para mantener sus funciones vitales.

patrón normal

* Inspección o expansibilidad torácica normal

* palpación o Se comprueba la expansibilidad torácica mediante maniobra vértice-base

* Percusión o Sonoridad pulmonar normal

* Auscultación o murmullo vesicular normal, no estertores

Dedemos valorar antecedentes de enfermedades respiratorias.

• Valoración del patrón respiratorio

Valora el patrón de ejercicio, en nuestro tiempo libre y recreo, nuestros requerimientos de consumo de energía diaria, la capacidad funcional, el tipo cantidad y calidad de ejercicio.

lo valoramos a través del estado cardiovascular "frecuencia cardíaca o PA anormales"

Ambiente laboral, disnea, molestias de esfuerzo, tos nocturna, expectoración son algunas enfermedades que debemos tener en cuenta en los pacientes cardiacos y respiratorios.

la valoración del estado respiratorio lo podemos clasificar en 8

- Tolerancia a la actividad
- Valoración de la movilidad
- Actividades cotidianas
- Estilo de vida
- Actividades recreativas

• Cuidados en pacientes con problemas de respiración

* Principales cuidados e intervenciones de enfermería

Toma de constantes vitales

Vigilancia de la disnea, episodios de dolor torácico
instauración de alguna arritmia

Unidad especial

información, comunicación y apoyo al paciente y a la familia, entrega de efectos personales

Inicio del circuito de atención rápida o aviso al médico responsable y aplicación inmediata del ABC del soporte vital avanzado

* Movilidad

El patrón de ejercicio, la actividad, tiempo libre y recreo.

Nuestras actividades de la vida diaria (higiene, compra, comer, mantenimiento del hogar y etc.)

Cada actividad que hacemos en nuestro día a día lleva un cierto consumo de energía, de eso dependerá mucho nuestra movilidad junto al estilo de vida que llevemos a la vez va de la mano con nuestro tipo de alimentación que es de gran importancia cuidar.

Si llevamos una vida de ocio, descanso con poca actividad física o nula, el día de hacer una actividad habrá problemas tolerando muy poca actividad.

A comparación de una actividad constante con buena alimentación nosotros no tendremos problemas con las actividades ni sufriremos problemas con nuestra respiración y problemas cardiovasculares

• Valoración del patrón de movilidad

Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias ambiente laboral, disnea, molestias de esfuerzo expectoración, indicación verbal de disnea, etc.

- Tolerancia a la actividad ° en pacientes cardiacos
- Valoración de la movilidad ° debilidad generalizada cansancio
- Actividades cotidianas ° capacidad funcional
- Estilo de vida ° Sedentario, activo, ocio y actividades recreativas

Resultado del patron ° (1) patron esta alterado si existe ° síntomas respiratorios ° frecuencia respiratoria alterada disnea, cianosis, tos infectiva, tiraje