



**Nombre de alumno: Velázquez Herrera  
Britney Michell**

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

**Nombre del trabajo: Resúmen**

**Materia: Fundamentos de enfermería I**

**Grado: 1er cuatrimestre**

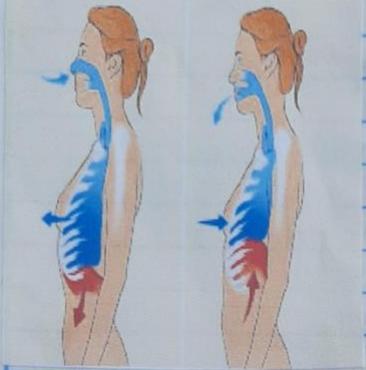
**Grupo: Enfermería "A"**

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de  
octubre de 2020.

## Unidad IV.

### Patrón actividad - ejercicio

#### 4.1. Respiración:



Es una función biológica de los seres vivos por la que absorben oxígeno, disuelto en agua o aire, y expulsan dióxido de carbono para mantener sus funciones vitales.

#### 4.2. Valoración del patrón respiratorio.

-> **Qué valora:** Patrón de ejercicio, actividad tiempo libre y recreo, requerimientos de consumo de energía de las actividades cotidianas, etc.

-> **Como se valora:** Valoración del estado Cardiovascular: F/C o P/A anormales en respuesta a la actividad.

-> **Valoración del estado respiratorio:** Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias, ambiente laboral, disnea, tos nocturna, expectoración.

- Tolerancia a la actividad: fundamentalmente en px. Cardíacos y respiratorios.
- Valoración de la movilidad: debilidad generalizada, cansancio, grado de movilidad de las articulaciones, fuerza, etc.
- Actividades cotidianas: Act. que realiza, encaminamiento, mantenimiento del hogar, etc.
- Estilo de vida: sedentario, activo.

#### 4.3. Cuidados en px con problemas de respiración.

→ Principales cuidados e intervenciones de enfermería:

- > Toma de constantes vitales.
- > Vigilancia de la disnea, episodios de dolor torácico, instauración de arritmias.
- > Información, comunicación y apoyo al px y a la familia.
- > Registro de necesidades alteradas detectadas, dx de enfermería, objetivos e intervenciones realizadas.
- > Vigilancia del estado del px.
- > Continuidad del tratamiento.

#### 4.4. Movilidad.

El patrón de ejercicio, actividad tiempo libre y recreo, requerimientos de consumo de energía, act. cotidianas, capacidad funcionales.

#### 4.5. Valoración del patrón de movilidad.

- Valoración del estado Cardiovascular: FIC o P/A anormales en respuesta a la actividad
- Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias
- Tolerancia a la actividad
- Valoración de la movilidad
- Estilo de vida
- Resultado del patrón.

#### 4.6. Mecánica corporal

- **Concepto:** Estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos, se conceptualiza con la disciplina que trata del funcionamiento correcto y armónico del aparato musculoesquelético en coordinación con el sistema nervioso.

El personal de enfermería aplicará la mecánica corporal en todas las acciones que realice. Con el paciente o con el paciente.

- **Finalidad:** 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 hasta donde sea posible.

#### - **Objetivos:**

- Utilización de conformación exterior.
- Definición de planos corporales
- Reducción de tensión excesiva sobre articulaciones que soportan el peso corporal.
- Disminuir el gasto de energía muscular.
- Mantener una actitud funcional y positiva.
- Prevenir complicaciones musculoesqueléticas.

## Posiciones sedentes.

**Fowler elevada:** Paciente sentado en silla o cama con el tronco en posición vertical y extremidades inferiores apoyadas sobre el plano resistente.

### Indicaciones:

- Exploración física de región anterior al cuerpo.
- Alimentación
- Favorecer exhalación respiratoria adicional.
- Disminuir tensión muscular abdominal y lumbar.
- Aplicación de tx o intervenciones Qx en cabeza o cara.
- Descanso



**Fowler:** Paciente sentado en cama con elevación de la cabecera a  $45^\circ$  y ligera flexión de las extremidades inferiores.

### Indicaciones:

- Similitudes a la anterior a excepción de la tercera indicación.
- Favorecer la respiración.



**Semi-fowler:** Paciente sentado en cama con elevación de la cabecera a  $30^\circ$  y ligera flexión de las extremidades inferiores.

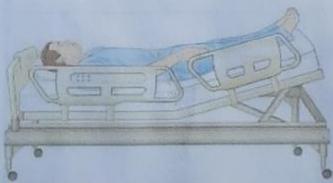
→ **Indicaciones:**



- Similares a la posición fowler.

**Yacente o en Decúbito:** Dorsal con piernas elevadas: Px en decúbito dorsal o supino con extremidades inferiores elevadas sobre almohaditas o piecera de la cama.

→ **Indicaciones:**



- Favorecer la relajación muscular.
- Disminuir edemas de extremidades inferiores.

**Decúbito dorsal o supino:** Px acostado sobre su región posterior, extremidades superiores a los lados del cuerpo y las inferiores ligeramente flexionadas.

→ **Indicaciones:**



- Relajación muscular.
- Exploración física de región anterior del cuerpo.
- Aplicación de tx en región anterior del cuerpo.
- En laparotomías.

**Dorso sacra:** Px en decúbito dorsal con separación de rodillas y pies apoyados sobre un plano resistente.

→ **Indicaciones:**

Similares a las anteriores.



**Ginecológica o litotomía:** Px en decúbito dorsal con región glútea apoyada en el borde de la mesa de exploración, extremidades inferiores flexionadas y separadas por medio de pinzetas.

→ **Indicaciones:**

- Atención al parto
- En intervenciones médicas y quirúrgicas de órganos pélvicos.



**Rosier:** Paciente en decúbito dorsal con almohada por debajo de los hombros para producir hiperextensión del cuello.

→ **Indicaciones:**

- Favorecer la ventilación pulmonar.
- Exploración e intervenciones quirúrgicas en el cuello.



**Trendelenburg:** Paciente en decúbito dorsal con elevación de piecera de cama entre 30 a 45°, de tal manera que la cabeza se encuentre en un plano más bajo que los pies.



**Indicaciones:**

- Favorecer el drenaje postural.
- Incrementar riego sanguíneo cerebral.
- Intervenciones Qx de vejiga y colon.
- Favorecer retorno venoso.

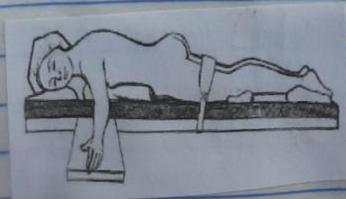
**Decúbito Ventral o prona:** Px acostado sobre región anterior del cuerpo, cabeza de lado, extremidades superiores en extensión a los lados del cuerpo y las inferiores en extensión.



**→ Indicaciones:**

- Exploración de región anterior del cuerpo.
- Aplicación de tx. en región posterior del cuerpo.
- Recuperación pos anestésica.

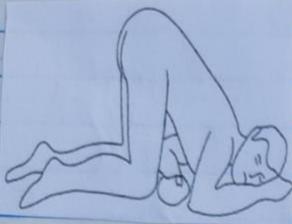
**Prona de urgencia:** Px en decúbito ventral con cabeza fuera del borde de la cama y extremidad superior correspondiente sobre un banco de altura.



**→ Indicaciones:**

- Evitar broncoaspiración
- Favorecer drenaje postural.

**Genucubital:** a partir de la posición prona, el px descansa sobre brazos y rodillas, con la cabeza de lado.



→ **Indicaciones:**

- Exploración de región pélvica.
- Exploración sigmoidoscópica.
- En tx rectosigmoideos.

**Genupectoral:** a partir de la posición prona, el px descansa sobre la cara anterior del tórax y rodillas; cabeza lateral y las extremidades superiores alrededor de ésta.



→ **Indicaciones:**

- Similares a la genucubital.

**De Kraske o navaja sevillana:** px en decúbito ventral con inclinación de muslos formando un ángulo de  $90^\circ$  y piernas apoyadas sobre la parte inferior de la mesa de exploración.

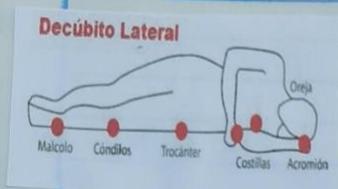


Inclinarse parte del cuerpo de la mesa o cama, de tal parte que las caderas queden más elevadas.

→ **Indicaciones:**

- Exploración e intervenciones en el recto.
- Aplicaciones de tx en el recto.

**Decúbito lateral:** Paciente acostada sobre el lado izquierdo o derecho, extremidades superiores en ligera flexión y la inferior del lado opuesto ligeramente flexionada sobre la otra.



→ **Indicaciones:**

- Favorecer la relajación muscular.
- Recuperación pos anestésica.
- Aplicaciones de varios tratamientos.

**De Sims:** Paciente en decúbito lateral izquierdo con extremidades superiores ligeramente flexionadas, extremidad inferior izquierda ligeramente flexionada y la derecha flexionada hasta casi tocar el abdomen.

→ **Indicaciones:**

- Aplicación de enemas.
- Exploración del recto.
- Relajación muscular.



#### 4.8 - Patrón Sueño - descanso

Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo del día.

#### 4.9 - Necesidades de descanso y sueño.

- **Como se valora:** El espacio físico, tiempo dedicado al sueño, recursos físicos, exigencias laborales, etc.

- **Objetivo:** Describir la efectividad del patrón desde la perspectiva del Px., algunas personas están bien descansadas en 4hrs, mientras que otras necesitan muchas más.