

UDS

Pasión por estudiar

Nombre del
alumno (a):

Karla Viviana
López López
Nombre de la
profesora:

María del Carmen
López Gilba

Nombre del trabajo:

Patron Actividad
Ejercicio

Materia:

Fundamentos de
Enfermería I

Grado:

1er cuatrimestre

Grupo:

LEN1055C0120-B

Comitan de Domínguez
Chiapas a 17 de
Octubre del 2020.

Unidad IV Patron Actividad - Ejercicio

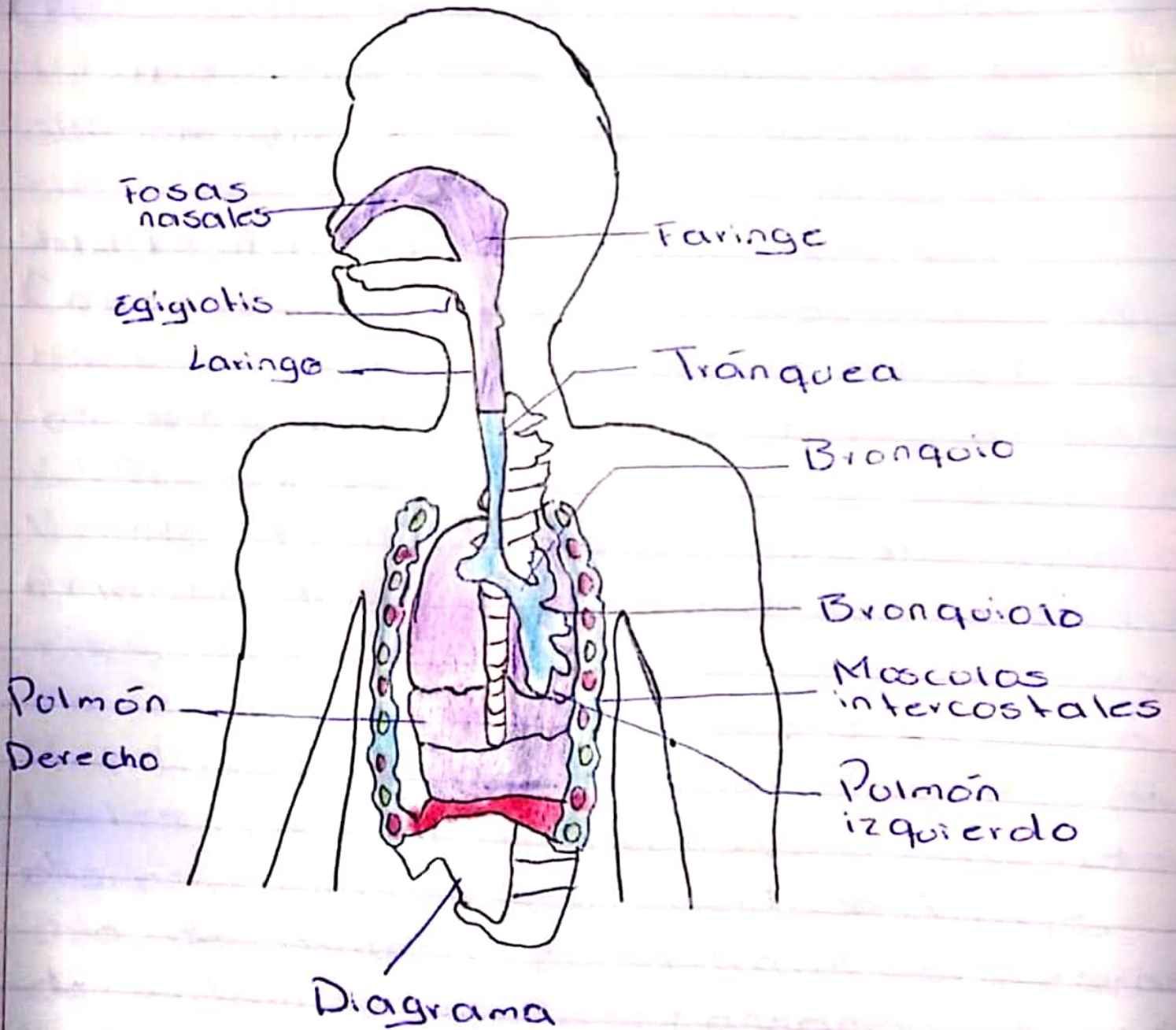
4.1.- Respiración

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

"El pulmón es el oxígeno de la respiración en los vertebrados superiores.

Durante la respiración se identifican cuatro etapas: La inhalación y la exhalación; el sistema respiratorio recibe oxígeno, y expulsa dióxido de carbono. La hematosis: recepción del oxígeno en los pulmones (En otros organismos, por los bronquios, tráqueas o por la piel). El transporte: se transforman por medio de la sangre a las células del organismo y así a los órganos y sistemas. La respiración celular: las células para que obtengan energía a través del oxígeno.

4.1. Respiración



4.2 Valoración del patrón respiratorio.

Que valora: La actividad Tiempo libre y recreo Los requerimientos de consumo de energía de las actividades de la vida diaria (higiene, compra, comer, mantenimiento del hogar).

Como se valora: El estado cardiovascular, frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta a la actividad, cambios ECG que reflejan isquemia o arritmia.

Valoración del estado respiratorio: Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias; ambiente laboral, disnea, molestias de esfuerzo, tos noturna, expectoración.

Resultado del patrón: Síntomas respiratorios: frecuencia respiratoria alterada, disnea, cianosis, tos infectada, tiraje, uso de oxígeno domiciliario. La presencia de síntomas físicos: cansancio excesivo, hipotanía muscular, inmovilizaciones, claudicación intermitente, pulsos periféricos disminuidos, parálisis, paresias.

4.9 Valoración del patrón respiratorio



4.3.- Cuidados en pacientes con problemas de respiración.

Principales cuidados e intervenciones de enfermería:

Tomas de constantes vitales

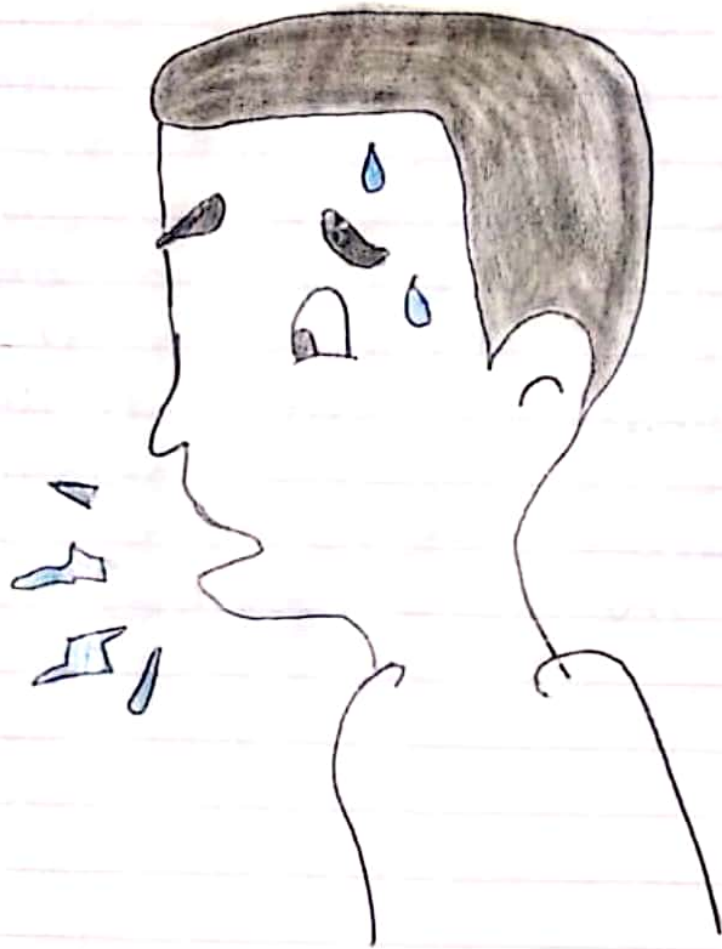
Vigilancia de la disnea, episodios de dolor torácico, disnea, instauración de alguna arritmia, apertura de gráfica, hoja de tratamiento y observación de enfermería, petición de cama en la Unidad especial.

Registro de necesidades alteradas, detectadas, diagnósticos de enfermería, objetivo.

Inicio del circuito de atención rápida:
Aviso al médico responsable, y aplicación inmediata del ABC del soporte vital avanzado.

Registro de acciones y actividades.

4.3. Cuidados en pacientes con problemas de respiración



4.4. Movilidad

El patrón de ejercicio la actividad libre y recreo Los requerimientos de consumo de energía de las actividades de la vida diaria. La capacidad funcional el tipo, cantidad y calidad del ejercicio, las actividades de tiempo libre. Movilidad autónoma y la actividad, y para la realización de ejercicios, también descubre las costumbres ocio y recreo, que están compuestos de óseo, muscular, Articular, hematopoyético, Pulmonar cardíaco muscular o vascular,

4.4. Movilidad



4.5. Valoración del patrón de movilidad

Frecuencia cardíaca o PA anormales en respuesta a la actividad, cambios ECG que reflejan isquemia o arritmia, etc.
Enfermedades respiratorias, ambiente laboral, disnea, molestias de esfuerzo, tos nocturna, expectoración, indicación verbal de disnea, la presencia de síntomas físicos: cansancio excesivo, hipotensión muscular, inmovilizaciones, claudicación intermitente, pulsos periféricos, disminuidos, parálisis, parestias, Aclavaciones: TA la presencia de una TA ($\geq 140/90$) no es suficiente para considerar el patrón alterado, estará alterado si condiciona la práctica de ejercicio.

Valoración de patrones funcionales
12 Deficiencias sensorial y emocional: habría que especificar características en sus patrones correspondientes (cognitivo - perceptivo y auto concepto o adaptación tolerancia al estrés).

4.5. Valoración del patron de movilidad



4.6.- Mecánica Corporal

Estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos, y se conceptualiza como la disciplina que trata del funcionamiento correcto y armónico del aparato musculo-esquelético en coordinación con el sistema nervioso. La mecánica corporal comprende normas fundamentales que deben respetarse al realizar movilización o transporte de un individuo por parte del profesional, la mecánica corporal es aumentar o establecer 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.

4.6 - Mecanica corporal.



4.7. Cuidados con pacientes con problemas de movilidad.

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

Fowler: Paciente senta en silla o cama con elevación de la cabecera a 45° y ligera flexión de extremidades inferiores.

Semifowler: Paciente sentado en cama con elevación de la cabecera a 30° y ligera flexión de extremidades inferiores.

Yacente o en Decóbito

Dorsal con piernas elevadas: Paciente en decóbito dorsal o supina con extremidades inferiores elevadas sobre almohadas o piecera de la cama.

4.7. Cuidados con pacientes con problemas de movilidad



4.8.. Patrón sueño Descanso

La capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas del día

La percepción de cantidad y calidad del sueño - descanso La percepción del nivel de energía, las ayudas para dormir (medicamentos, rutinas).

Un patrón saludable de sueño sería:

Quedarse dormido dentro de los 30 minutos siguientes de irse a la cama. Dormir por lo menos 6 horas sin despertarse, despertarse no más de dos veces durante el sueño y quedarse dormido antes de 15 minutos.

Algunas personas después de 4 horas de sueño están descansadas, mientras que otras necesitan muchas más.

4.8.. Patron sueño Descanso



4.9. Necesidades de descanso y sueño

Como se valora: El espacio físico (ventilación, temperatura agradable y libre de ruidos) El tiempo dedicado al sueño u otros descansos diurnos Recursos físicos o materiales favorecedores del descanso (mobiliario).

Uso de fármacos para dormir, consumo de sustancias estimulantes (cafeína, nicotina, abuso de alcohol) presencia de ronquidos o apneas del sueño.

Resultados del patrón: Se considera alterado; Si uso o uso de fármacos farmacológicos para dormir o descansar, somnolencia diurna, confusión o cansancio relacionado con la falta de descanso.

Disminución de la capacidad de funcionamiento, conductas irritables en relación a la falta de descanso.

4.9. Necesidades de descanso y sueño.

