



**Teresa del Carmen Santiz Toledo**  
**Licenciatura Enfermería**

**Ensayo**

**Docente: Hilaria Hernández Moreno**

**Materia: Fundamentos de Enfermería**

**Ocosingo, Chiapas a 10 de junio, 2021**



# ELEMENTOS DE LOS CUIDADOS HOLÍSTICOS



## *Concepto de holismo*

Se considera que la combinación de los componentes mental, emocional espiritual, de relación y del entorno, a lo que se conoce como Holismo, desempeña misiones cruciales y equivalentes en el estado de salud de la persona. La creencia de salud holística sostiene que las fuerzas de la naturaleza dependen de mantenerse en equilibrio o armonía. La vida humana es un aspecto de la naturaleza que debe estar en armonía con el resto de ella. Cuando el equilibrio o la armonía naturales se alteran, se produce la enfermedad. La rueda de la medicina es un antiguo símbolo usado por los nativos americanos para expresar muchos conceptos. En el caso de la salud y la enfermedad, la rueda de la medicina enseña los cuatro aspectos de la naturaleza del individuo, la física, la mental, la emocional y la espiritual. Para que la persona se mantenga sana, estas cuatro dimensiones deben permanecer en equilibrio.

## *Atención holística*

El cuidado es la esencia de la enfermería, este principio debiera estar constituido por acciones transpersonales e intersubjetivas para proteger, mejorar y preservar la humanidad, ayudando a la persona a hallar un significado a la enfermedad, sufrimiento, dolor y existencia y ayudar a otro a adquirir autocontrol, autoconocimiento y autocuración. Los cuidados reducen las distancias entre los tratamientos y el sentido de la enfermedad. No obstante, estos cuidados deben ser proporcionados desde una visión holística, como la que distingue a la disciplina de la enfermería.

*“Una atención holística promoverá la salud relacional y la salud en la dimensión social”;* esto significa que la persona se podrá relacionar bien consigo misma y con todos los demás. Por tanto, el usuario reconocerá las diferentes interdependencias en los diferentes ámbitos de la vida. La salud emocional, desde una visión holística.



La persona sana emocionalmente controlará sus sentimientos de manera asertiva y afirmativa. A través de la atención holística de la persona, también se proporcionará salud espiritual, que implica la conciencia de ser trascendente, el conocimiento de los propios valores y el respeto a la diversidad.



## *Principios de la investigación holística*



Principio de complementariedad. Los diferentes enfoques o teorías pertenecientes a una misma disciplina son complementarios.

Principio de continuidad: La realidad, más que estar constituida por cosas con límites propios, es una totalidad única de campos en acción que se interfieren; por tanto, los elementos del universo, más allá de constituir elementos físicos como tal, pueden entenderse como eventos, es decir, organizaciones que se reorganizan constantemente en sinergias, y cada evento de un campo contiene y refleja todas las dimensiones de dicho campo.

Continuidad en la selección del tema: “Para el holismo, el universo es una sola realidad, de modo que los límites son considerados abstracciones del ser humano que le permiten aproximarse al conocimiento, focalizando su atención en un evento específico de su interés.

Los objetivos como logros sucesivos en un proceso continuo, más que como un resultado final: En la investigación Holística, los objetivos más comunes que se enuncian como parte del proceso de indagación se organizan en cuatro niveles y se clasifican en diez categorías.

Los holotipos de investigación como estadios del proceso: “Un holotipo es una unidad genérica que expresa la globalidad de un conjunto. Un holotipo de investigación expresa las características esenciales de cualquier investigación contenida dentro de ese holotipo. En Investigación Holística se reconocen diez holotipos, los cuales se derivan, cada uno, de los diez objetivos básicos. Estos holotipos están ligados en una secuencia continua, y al igual que los objetivos, cada holotipo de mayor profundidad contiene los holotipos anteriores; son estadios de un proceso permanente, en el cual la realización de cada holotipo abre paso al siguiente. Los holotipos se organizan en lo que se denomina el Ciclo Holístico de la Investigación.”

El ciclo holístico como continuidad: “El ciclo holístico es un modelo que integra, organiza y concatena los holotipos de investigación como momentos de un proceso continuo y progresivo, en el cual lo que un investigador deja a cierto nivel, otros investigadores lo retoman para hacer de cada conclusión un punto de partida.”

Principio de las relaciones Holo sintéticas: cada aspecto de la investigación tiene sentido en su relación con el todo: “En holística se considera a cada estructura como manifestación de un proceso subyacente propio de una red de relaciones intrínsecamente dinámica, de modo que las propiedades de los eventos fluyen de sus interrelaciones y se comprenden a partir de la dinámica de conjunto.

Principio de evolución: la investigación como devenir: “En holística se reconoce que todos los conceptos, teorías y descubrimiento son limitados y aproximados y, en consecuencia, flexibles. El ser humano se aproxima al conocimiento holístico en un proceso continuo en “espiral”, de modo que en algunas épocas pareciera que se estuviera regresando a etapas anteriores al conocimiento, pues se retoman conceptos y se revalúan. Sin embargo, cada vez la comprensión es diferente y ocurre a otro nivel más avanzado.”

El principio holográfico: el evento como contenido del holos. “Según el principio de que cada evento de un campo contiene y refleja la totalidad del campo, en investigación holística cada aspecto y momento de la investigación contiene y refleja la investigación completa y es coherente y armónico con el todo. En investigación holística, este principio se refleja particularmente en el enunciado Holo práxico, el cual se define como la frase, pregunta o planteamiento que refleja en pocas palabras lo que el investigador desea saber con el estudio que está desarrollando. Es básicamente una interrogante que indica exactamente que se pretende conocer, acerca de cuál evento, observando en cuáles unidades de estudio y dentro de qué contexto. El enunciado Holo práxico es el germen de la investigación, por eso, siendo un aspecto de la investigación, contiene la totalidad de ella: a partir de él, se precisan los objetivos, se identifican los fenómenos de estudio, se discrimina cuál información es relevante, se determina el holotipo de investigación más conveniente, así como los métodos a seguir y las técnicas a utilizar, y con base en él se concluye.”

Principio del conocimiento fenomenológico: el investigador como “ser en situación”. “Toda investigación es realizada por un investigador, que como persona está inserta dentro de un contexto y en una situación particular; no es posible olvidar que cada investigación será abordada con los recursos, motivaciones, interpretaciones y enfoques propios de la persona que la lleva a cabo, según el modelo teórico del investigador. Si se quieren conocer en mayor profundidad las implicaciones de una determinada investigación es necesario conocer a la persona que la ejecutó, su contexto histórico y social y la cosmovisión de la cual partió.”



Principio de integralidad: la Holo praxis como vivencia holística. “Se denomina Holo praxis al conjunto de prácticas que permiten asumir una comprensión holística de la realidad. La Holo praxis de la investigación es una vivencia holística en la cual se integran todas las dimensiones del ser humano (intelectiva, volitiva-social, biofisiológica y ética-moral) y cuyos objetivos también abarcan esas dimensiones (búsqueda de la verdad, búsqueda del bien, preservación de la vida); por eso es capaz de integrar ciencia, filosofía, arte y espiritualidad. La holística concibe la ciencia no solo como un proceso meramente intelectual y básicamente generado a partir de las funciones del hemisferio izquierdo (lógico, analítico y secuencial), sino como un proceso integrador.



### *Las enfermeras holísticas*



Las enfermeras holísticas son aquellas que reconocen y tratan a cada individuo de manera diferente. Las enfermeras holísticas se describen a menudo por los pacientes como las enfermeras que “realmente les importa”.



## Bienestar, Salud y Enfermedad



### **Bienestar**

Se refiere a las actitudes y comportamientos que mejoran la calidad de vida y ayuda a llegar a un estado de salud óptima. Es aquel proceso activo dirigido a mejorar el estilo de vida en todas sus dimensiones.

Representa las acciones responsables que permiten el desarrollo de un nivel adecuado de salud general. El bienestar adecuado, entonces, se obtiene mediante hábitos saludables que resultan en una adecuada adaptación e integración de las dimensiones físicas, mental, social, espiritual y emocional a cualquier nivel de salud o enfermedad.

### **Salud**

Significa considerar a las personas en todas sus dimensiones.

Salud física: Cuerpo relacional.

Salud mental: Apropiación de las propias cogniciones.

Salud social: Consigo mismo y el entorno, reconociéndose interdependiente.

Salud emocional: Manejo responsable de sus sentimientos y emociones.

Salud espiritual: Conciencia de ser trascendente y experiencia religiosa liberadora.

### **Enfermedad**

Los síntomas se revelan como manifestaciones físicas de conflictos psíquicos y cómo este mensaje puede descubrir la dificultad en cada persona.

Este enfoque incide en que, lo que no puede expresarse con la palabra, termina manifestándose a través del sufrimiento corporal.

Las dolencias hablan por todos los odios, vergüenzas, debilidades y estrés. El cuerpo es el espacio donde se dramatizan conflictos cotidianos no elaborados y mitos familiares.

El dolor es una sensación clave en nuestro sistema de alarma y trata de hacernos conscientes de que algo está pasando en nuestro cuerpo y específicamente en nuestra mente y en nuestras emociones.

