

**Nombre del alumno: Pamela Guadalupe Rueda Ramirez.**

**Nombre del profesor: LIC. Juana Inés Hernández López**

**Nombre del trabajo: Cuadros sinópticos de “Promoción de la salud física”**

**Materia: Fundamentos De Enfermería III**

**Grado: 3ER Cuatrimestre**

### 3.1 ACTIVIDAD EJERCICIO

¿QUE VALORA?

Maneja todo lo relacionado con la Salud

Mantenimiento

Recuperación

como percibe el ser humano su salud y el bienestar

Buena, pobre

Regular o mala

Incluye practicas preventivas

Hábitos higiénicos

Vacunación

¿COMO SE VALORA?

Hábitos higiénicos:

Personales, vivienda

Vestido, vacunas y Alergias

conductas saludables

Tipo de alteración, cuidados

Conocimiento y disposición

El patrón esta alterado si:

La persona considera su salud pobre regular o mala

Tiene un inadecuado cuidado de su salud o bebe en exceso.

## 3.2 NUTRICIONAL

¿QUÉ VALORA?

El consumo de alimentos y líquidos con relación a su consumo metabólico

Necesidades metabólicas, horarios de ingesta y problemas

Altura, peso y temperatura

¿CÓMO SE VALORA?

Valoración del IMC. Valoración de la alimentación: Recoge el nº de comidas, el lugar, el horario, dietas específicas.

Valoración de problemas en la boca, Valoración de problemas para comer, Problemas digestivos

EL PATRÓN ESTA ALTERADO SI:

Manual de valoración de patrones funcionales 7 Con respecto al IMC: Patrón alterado superior al 30% o inferior a 18,5% Patrón en riesgo: entre 25 y 30 Patrón eficaz: entre 18,6 y 24,9

Tiene una nutrición desequilibrada Los líquidos consumidos son escasos. Existen problemas en la boca Hay dificultades para masticar y/o tragar. Necesita sonda de alimentación. Existen lesiones cutáneas o en mucosas, alteraciones de la piel o falta de integridad tisular o cutánea Presencia de problemas digestivos, dependencias, inapetencias, intolerancias alimenticias, alergias.

### 3.3 ELIMINACIÓN

¿QUÉ VALORA?

Describe las funciones excretoras intestinal

Urinaria y de la piel

¿CÓMO SE  
VALORA?

Intestinal: Consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en heces, uso de laxantes, presencia de ostomias, incontinencia.

Urinaria: Micciones/día, características de la orina, problemas de micción, sistemas de ayuda e incontinencias  
Cutánea: Sudoración copiosa

EL PATRÓN ESTA  
ALTERADO SI:

Intestinal: existe estreñimiento, incontinencia, diarrea, flatulencia, o la persona precisa sistemas de ayuda,  
Urinario: si presenta incontinencias, retención, disuria, Nicturia, poliuria, polaquiuria o utiliza sistemas de ayuda y si existe sudoración excesiva

### 3.4 ACTIVIDAD/ EJERCICIO

¿QUÉ VALORA?

La actividad Tiempo 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.

¿CÓMO SE VALORA?

Valoración del estado cardiovascular: Frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta a la actividad, cambios ECG que reflejen isquemia o arritmia, etc. Manual de valoración de patrones funcionales 11 Valoración del estado respiratorio

Tolerancia a la actividad: Fundamentalmente en pacientes cardiacos y respiratorios Valoración de la movilidad: Debilidad generalizada, cansancio, grado de movilidad en articulaciones, fuerza, tono muscular Actividades cotidianas

EL PATRÓN ESTA  
ALTERADO SI:

Síntomas respiratoria, problemas circulatorios, presencia de síntomas físicos, problemas de movilidad

Problemas de equilibrio, inestabilidad. Capacidad funcional alterada (Katz o Barthel)

## 3.5 SUEÑO

¿QUÉ VALORA?

Describe 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 y las ayudas para dormir

¿CÓMO SE VALORA?

El espacio físico, El tiempo dedicado al sueño u otros descansos, Problemas de salud física que provoquen dolor o malestar  
Problemas de salud psicológica que afecten al estado de ánimo

Recursos físicos o materiales favorecedores del descanso, exigencias laborales, tratamientos farmacológicos, Presencia de ronquidos o apneas del sueño.

Necesitas ayuda farmacológico para dormir, Verbaliza la dificultad para conciliar el sueño,

EL PATRON SE VE ALTERADO SI:

Somnolencia diurna, conducta irritable en relación a la falta de descanso.

Confusión o cansancio relacionado con la falta de descanso.

### 3.6 conectivo- perceptivo

¿QUÉ VALORA?

El nivel de conciencia, adecuación de los órganos de los sentidos, compensación o prótesis, percepción del dolor.

tratamiento lenguaje ayudas para la comunicación memoria comprensión de ideas y toma de decisiones

¿CÓMO SE VALORA?

Nivel de consciencia y orientación. Nivel de instrucción: si puede leer y escribir, Si tiene alteraciones perceptivas por problemas de visión, de audición, de olfato de gusto o sensibilidad táctil.

El idioma, si tiene alteraciones cognitivas, dificultades para la toma de decisiones, problemas de lenguaje, de concentración, síntomas depresivos, problemas de comprensión y alteración de conducta.

PATRÓN ESTA  
ALTERADO SI:

La persona no está consiente, presenta deficiencia de alguno de los sentidos, hay dificultades de comprensión del idioma

Presenta dolor, falta de memoria, hay depresión, hay fobias o miedos sin justificación

Se dan conductas de irritabilidad, agitación o intranquilidad.

### 3.7 AUTOPERCEPCION- AUTOCONCEPTO

¿QUÉ SE VALORA?

Actitudes a cerca de uno mismo, percepción de las capacidades cognitivas, afectivas o físicas, contacto visual, patrones de voz y conversación.

Imagen corporal, social, Identidad, sentido general de valía, patrón emocional, patrón de postura corporal y movimiento.

¿CÓMO SE VALORA?

Con la presencia de: Problemas consigo mismo. Problemas con su imagen corporal. Problemas conductuales. Otros problemas. Cambios recientes.

Datos de imagen corporal, Postura, Patrón de voz, Rasgos personales, Contacto visual, Si se siente querido, Cambios frecuentes del estado de ánimo, Asertividad / pasividad y Nerviosismo / Relajación.

EL PATRON ESTA  
ALTERDO O EN  
RIESGO SI:

- Patrón Alterado: la presencia de irritabilidad, agitación y angustia

- Patrón en Riesgo: conducta indecisa, confusión, deterioro de la atención "Otros Problemas":

- Patrón Alterado: la presencia de ansiedad y depresión o la respuesta negativa a autoestima.

- Patrón en Riesgo: Los fracasos, rechazos, ambiente familiar desfavorable, carencias afectivas, dificultad de concentración.



## 3.8 ROL-RELACIONES

¿QUÉ VALORA?

Las relaciones de las personas con las demás el papel que el individuo ocupa en la familia

Responsabilidades en su situación actual

¿CÓMO SE VALORA?

Con quien vive, la estructura familiar, Rol en la familia y si éste está o no alterado, problemas en la familia, grupo social, como se siente en el trabajo o escuela.

Si alguien depende de una persona y como lleva la situación, apoyo familiar, cambio de domicilio.

EL PATRÓN SE VE AFECTADO SI.

Presenta problemas en las relaciones: sociales, familiares o laborales (escolares) se siente solo, falta de comunicación

Tiene dificultad en las tareas de cuidador, apoyo insuficiente, cuidados negligentes

falta de motivación, conductas inefectivas de duelo, violencia doméstica y abusos.

### 3.9 SEXUALIDAD

¿QUÉ VALORA?

Los patrones de satisfacción o insatisfacción de la sexualidad, Alteraciones en la sexualidad o en las relaciones sexuales

Seguridad en las relaciones sexuales. Patrón reproductivo Pre menopausia y posmenopausia Problemas percibidos por la persona.

¿CÓMO SE VALORA?

todo lo relacionado con ciclo menstrual, la menopausia y síntomas relacionados

Métodos anticonceptivos, embarazo aborto, problemas relacionados con la reproducción

EL PATRON SE VE AFECTADO SI:

Si la persona expresa alguna inconformidad con su sexualidad, existe problemas en la etapa reproductiva

Problemas en la menopausia, alteración del ciclo menstrual

Problemas de fertilidad, sangro vaginal post menopausia

### 3.10 ADAPTACIÓN TOLERANCIA AL ESTRÉS

¿QUÉ VALORA?

Las respuestas habituales que manifiesta el individuo en situaciones que le estresan y forma de controlar el estrés.

La capacidad de adaptación a los cambios. El soporte individual y familiar con que cuenta el individuo. La percepción de habilidades para controlar o dirigir situaciones estresantes.

¿CÓMO SE VALORA?

La enfermera instará al paciente a recordar situaciones estresantes, describir como se ha tratado y evaluar la efectividad de la forma en la que se ha adaptado a esas situaciones

Preguntará por: Cambios importantes en los dos últimos años, si ha tenido alguna crisis. Si está tenso o relajado la mayor parte del tiempo. Qué le ayuda cuando está tenso

EL PATRON SE VE ALTERADO SI:

si la persona manifiesta tener sensación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo.

Si recurre al uso de medicamentos, drogas o alcohol para superar los problemas.

Si ante cambios o situaciones difíciles de la vida el individuo no es capaz de afrontarlo de forma efectiva.

### 3.11 VALORES Y CREENCIAS

¿QUÉ VALORA?

Lo que se considera correcto, apropiado; Bien y mal, bueno y malo.

Lo que es percibido como importante en la vida. Las percepciones de conflicto en valores, creencias o expectativas relativas a la salud, Las decisiones a cerca de: tratamientos, prioridades de salud, vida o muerte. Las prácticas religiosas.

¿CÓMO SE VALORA?

Si tiene planes de futuro importantes; si consigue en la vida lo que quiere, si está contento con su vida, pertenencia a alguna religión, si le causa algún problema o si le ayuda cuando surgen dificultades, preocupaciones relacionadas con la vida y la muerte, el dolor o enfermedad.

EL PATRON SE VE ALTERADO SI:

Cuando existe conflicto con sus creencias

Existe conflicto / preocupación por el sentido de la vida, la muerte, el sufrimiento, dolor, enfermedad.

Tiene problemas para sus prácticas religiosas.