



# Fundamento de enfermería

Unidad III Promoción de la salud física

Profesora: Juana Inés Hernández López

Alumna : Rubí Abigail Díaz Méndez

3 er cuatrimestre

Grupo "B"

Actividad y  
ejercicio

Percepción  
Manejo de salud

El individuo maneja su salud, mantenimiento  
O recuperación , la adherencia a la practica  
terapéuticas

Hábitos  
Higiénicos

Vivienda, vestido, conductas saludable

El patrón  
esta alterado  
si

La persona considera su salud pobre, regular,  
o malo

Patrón 2  
nutricional

Que valora

Consumo de alimentos y líquidos, horario de comida

Como se valora

Valoración de IMC, recoge el nº de comida, lugar, horario, dietas específicas

Valoración de otros problemas

Problemas digestivos, valoración de la piel, uñas, pelo, dificultad para masticar, si se necesita sonda de alimentación

patrón 5 de  
eliminación

Que valora

Describe las funciones excretoras , intestinal , urinaria y de la piel

Como se valora

Intestinos: consistencia, regularidad, dolor a defecar, sangre en heces

El patrón esta alterado

Intestinos: existe estreñimiento , incontinencia, diarrea, flatulencia  
Urinarias : incontinencia, retención, disturia, nictoria, poliuria

Patrón 4 actividad y ejercicio

Que valora

La actividad de tiempo libre, la capacidad funcional, cantidad de ejercicio

Definiciones relativos del ejercicio

Realización de actividad física, en la que se realiza actividades corporales  
Se considera practica de ejercicio en la realización de 30 minutos almenos 3 dias a la semana

El patrón esta alterado si

Síntomas de respiración  
Problemas circulatorio  
La presencia de síntomas físicos

Patrón 5  
sueño

Que valora

Describe la capacidad de la persona para conseguir el sueño a lo largo de las 24 horas

Como se valora

El espacio físico  
Recursos físicos  
Existencia laboral

Se considera alterado

Si usa ayudas farmacológica para dormir, dificultad para conseguir el sueño

Patrón funcionales

En adultos se recomienda 78 horas  
En niños sus necesidades son mayores  
En ancianos en general suelen ser de 6 horas  
En otras personas con 4 horas se sienten bien descansados

Patrón 6  
Cognitivo -perceptivo

Que valora

Percepción y cognitiva, nivel de conciencia de la realidad, adecuación de los órganos

Como se valora

Nivel de conciencia y orientación  
Nivel de instrucción  
Alteración cognitiva  
Alteración perceptivos

Resultado de patrón, si tiene alteración

Si la persona no esta consiente u orientado  
Deficiencia en cualquiera de los sentidos  
Dificultad de comprensión por idiomas

Patrón 7 auto percepción auto concepto

Que valora

Auto concepto y percepciones de uno mismo, actitudes, actividades, percepción de las capacidades cognitivas efectivas o físicas

Patrón alterado

La presencia de irritabilidad, agitación , angustia, la presencia de ansiedad y depresión o la respuesta negativa a autoestima

Patrón en riesgo

Conducta indecisa, confusión, deterioro de la atención, fracasos, rechazo, ambiente familiar desfavorable , carencias efectivas

Patron 8 rol de relaciones

Como se valora

Familia , estructura familiar, problemas en la familia, apoyo familiar, grupo social

El patrón esta alterado si

Si se presentan problemas en las relaciones, no tienen personas significativas , falta de comunicación, falta de motivación, apoyo insuficiente

Resultado del patrón

Patrón eficaz ; la persona vive sola y es autónoma  
Riesgo de alteración , patrón alterado ,test de puntuación

Patrón 9 sexualidad

que valora

Satisfacción o insatisfacción de la sexualidad  
Seguridad en las relaciones sexuales  
Patrón reproductivo.

Como se valora

Relacionado con : ciclo menstrual, menopausia y posmenopausia, método anticonceptivo, embarazos, abortos, cambios en las relaciones

Resultado del patrón, si se encuentra alterado

La persona expresa preocupación respecto a su sexualidad: trastornos o insatisfacción, alteraciones del ciclo menstrual, problemas de fertilidad.

Patrón 10,  
Adaptación  
tolerancia al estrés

Que valora

Respuesta habituales que manifiesta el individuo en situaciones que la estresan.  
Formas de controlar el estrés, la capacidad de adaptación a los cambios .

Como se valora

Describir como se ha tratado y evaluar la efectividad de la forma que se ha adaptado a estas situaciones.

Resultado del patrón, se encuentra alterado si

Si la persona presenta sensaciones habitual y no dispone de herramienta para controlarlo, ante situaciones difíciles de la vida el individuo no es capaz de enfrentarlo de forma efectiva, si recurre a medicamentos, drogas o alcohol.

Patron11  
valores y  
creencias

Que valora

Lo que consideran correcto, apropiado, apropiado, lo que es percibido como importante en la vida, percepciones de conflictivo en valores, creencias o expectativas relativas a la salud

Las  
decisiones  
acerca de

Tratamientos, prioridades de salud, vida y muerte

La  
valoración  
se enfoca en

Que es importante en la vida para el paciente ya sean en ideas y creencias vitales o religiosas