Nombre de alumno: Nelsi Beatriz Morales Gómez

Nombre del profesor: María Del Carmen López Silba

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico

Materia: Fundamentos de Enfermería III

Grado: 3°

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a Julio de 2021

PROMOCION DE LA SALUD FISICA

- **3.1 ACTIVIDAD Y EJERCICIO.**
  - valora: Como percibe el individuo la salud y el bienestar.
    - Como maneja todo lo relacionado con su salud, respecto a su mantenimiento o recuperación la adherencia a las prácticas terapéuticas.
- **3.2 Patrón 2: Nutricional**
  - Describe el consumo de alimentos y líquidos en relación con sus necesidades metabólicas
    - Horarios de comida. Preferencias y suplementos. Problemas en su ingesta. Altura, peso y temperatura. Condiciones de piel, mucosas y membranas.
- **3.3 Patrón 3: Eliminación.**
  - Este patrón valora la eliminación de los productos de desecho del organismo
    - A través de las vías urinaria e intestinal, centrándose en la regularidad y control de la eliminación, con el fin de evaluar los patrones habituales y de esta forma poder prever déficit
- **3.4 Patrón 4: Actividad /ejercicio.**
  - 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
- **3.5 Patrón 5: Sueño**
  - Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas
    - La percepción de cantidad y calidad del sueño – descanso La percepción del nivel de energía
- **3.6 Patrón 6: Cognitivo-Perceptivo**
  - Patrones sensorio- perceptuales y cognitivos, Nivel de conciencia de la realidad, Adecuación de los órganos de los sentidos, Compensación o prótesis, Percepción del dolor y tratamiento Lenguaje, Ayudas para la comunicación Memoria Juicio, comprensión de ideas y toma de decisiones
- **3.7 Patrón 7: Autopercepción-auto concepto**
  - Auto concepto y percepciones de uno mismo. Actitudes a cerca de uno mismo. Percepción de las capacidades cognitivas, afectivas o físicas.
- **3.9 Patrón 8: Rol- Relaciones**
  - El patrón de compromisos de rol y relaciones (las relaciones de las personas con los demás) La percepción de los roles más importantes (el papel que ocupan en la familia, sociedad)
- **3.10 Patrón 9: Sexualidad.**
  - 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.
- **3.11 Patrón 10: Adaptación Tolerancia al estrés.**
  - Las formas o estrategias de afrontamiento general de la persona. 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
- **3.13 Patrón 11: Valores y Creencias.**
  - Los patrones de valores y creencias que guían las elecciones o decisiones. 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