

En el presente trabajo, se dará a conocer algunos temas que son importantes para una enfermera, así también como algunas posibles causas. Lo primordial para llegar a ser una mejor enfermera y ser más eficaz en su trabajo, es saber cómo tratar al paciente, y también que tanto enfermedad como enfermo, son muy distintos en cada caso, es decir puede que 2 pacientes tengan la misma enfermedad, pero eso no significa que deban de llevar los mismos cuidados, por ello, también se mencionan los cuidados que una enfermera debe de tener en cada paciente con respecto a su enfermedad o problema.

También se explica que siempre existirán todo tipo de pacientes, por lo que antes de darle un tratamiento, es necesario hacerle una valoración, en donde proporcione sus datos personales y algunas cosas sobre su enfermedad, además se tiene que realizar exámenes físicos para una mejor valoración siempre.

Un sinnúmero de cosas que nos ayudarán a ser mejores personas y profesionales, que van desde el cuidado, tratamiento, valoración, posibles causas, características y el manejo de enfermedades para obtener una convivencia armónica entre el paciente y enfermero.

Patrón eliminación.

Eliminación intestinal.

Para nuestra salud, es necesario eliminar productos de desecho que tenemos dentro de nuestro cuerpo. Aún que sea algo tan simple como ir al baño, no siempre es así, muchas veces sin darnos cuenta o saber un por qué, no enfermamos del estómago, y lo cual puede provocar diarrea o estreñimiento y si no se trata pronto, después puede ocasionar un problema aún más grande. Las veces que se excreta, puede depender si la persona es adulta o pequeña y también de su alimentación porque a veces algunos alimentos como el betabel cambian el color de la orina y de las heces, esto ocurre de forma natural y no necesariamente por alguna enfermedad.

Valoración del patrón eliminación intestinal.

Para su valoración, principalmente se requiere hacer una entrevista, en donde el paciente tiene que describir si tiene alguna molestia, si le cuesta, si le causa algún tipo de dolor/ardor o si lo siente pesado cada vez que va al baño.

Después se realiza el examen físico en donde se conoce el estado general de la persona que va desde su edad, medicación, estilo de vida, si lleva alguna dieta, si realiza algún tipo de ejercicio y sus hábitos normales de defecación, para que al final, se puedan

observar las características que poseen sus heces, desde color, consistencia, olor o si tiene alguna sustancia extraña.

Algunas de las características de las heces son:

Color normal: amarillo en lactantes y marrón en los adultos.

Anormal: blanco, negro, pálido o con grasa.

Consistencia normal: blanda y formada. Anormal: líquida (diarrea) dura (estreñimiento).

Frecuencia normal: de 1 vez al día o de 2 a 3 veces por semana en adultos, y en lactantes de 5 a 8 veces. Anormal: menos de 1 vez a la semana (estreñimiento) más de 6 veces al día en lactantes.

Cuidados de enfermería con pacientes con problemas de eliminación intestinal.

Manejo intestinal.

El manejo intestinal se dedica principalmente a verificar que todos los intestinos estén funcionando bien. Algunas formas para verificar si están en buen o mal estado es:

Observar si hay sonidos intestinales

Informar acerca de cualquier aumento de frecuencia y/o sonidos intestinales agudos

Informar si hay disminución de sonidos intestinales.

Observar si hay signos y síntomas de diarrea, estreñimiento o impactación.

Instruir al paciente /familia a registrar el color, volumen, frecuencia y consistencia de las heces.

Manejo de la diarrea.

En algunas ocasiones puede darnos una diarrea leve que simplemente con una pastilla se quita, eso normalmente sucede cuando comemos algo preparado con poca higiene, con mucha grasa o alimentos descompuestos que nos hacen mal, pero también existen ocasiones en las que una diarrea nos puede tardar varios días y eso sucede principalmente cuando se deriva de otra enfermedad, y si no se trata, puede causar deshidratación o irritabilidad en nuestros intestinos o en el esfínter del ano.

Y si, en todo caso la diarrea es grave, se deben de tener los siguientes cuidados:

Identificar los factores (medicamentos, bacterias y alimentación) que puedan ocasionar o contribuir a la existencia de la diarrea.

Solicitar al paciente que notifique al personal cada episodio de diarrea que se produzca.

Observar la piel perianal para ver si hay irritación o ulceración.

Notificar al médico cualquier aumento de frecuencia o tono de los sonidos intestinales.

Eliminación urinaria.

Las necesidades humanas nos han hecho comprender a lo largo del tiempo que se necesita comprender al cuerpo, para que éste pueda funcionar de una forma correcta, por lo tanto, es necesario saber que órganos forman los aparatos, en el caso del aparato urinario, lo conforman dos riñones, dos uréteres, la vejiga, dos músculos esfínteres y la uretra, que a su vez, comprende una serie de órganos, tubos, músculos y nervios que trabajan en conjunto para producir, almacenar y transportar orina.

El aparato urinario se encarga de desechar de la sangre la urea, y ésta se produce cuando consumimos alimentos que contienen proteína, tales como la carne, huevos y algunos vegetales.

Algunas de sus alteraciones:

Infección en las vías urinarias que ocasiona: invasión de bacterias en las vías urinarias.

Polaquiuria que ocasiona: micciones muy frecuentes.

Anuria: falta total de producción de orina.

Disuria: dificultad o dolor al orinar.

Incontinencia: problema en la retención urinaria.

Hematuria: sangre en la orina.

Valoración del patrón de eliminación urinaria.

Como en toda valoración, es necesario saber cierta información sobre el paciente, para tomar en cuenta sus necesidades y tratamiento que requiera, y para ello, se comienza con una entrevista en donde el paciente puede decir si tiene algún dolor, malestar, o si tiene alguna alteración en la noche, después se realiza un examen físico el cual consiste en realizar la valoración de la orina: color, olor, aspecto, si tiene alguna alteración al estar en contacto con el aire, presencia de bacterias o alimentos. Y al final, se realizan los exámenes diagnósticos que es el cultivo de orina.

Su exploración física se realiza utilizando:

La percusión de los riñones para detectar áreas de dolor.

La inspección se lleva a cabo con el fin de inspeccionar el meato uretral para detectar la presencia de hinchazón, flujo o inflamación.

Se deberá valorar el color, textura y turgencia de los Si aparece incontinencia, pérdidas o disuria debe inspeccionarse la piel del periné en busca de irritación.

Cuidados de enfermería en pacientes con problemas de eliminación urinaria.

La persona con problemas de eliminación urinaria a veces les da pena mostrar su orina, por lo que se le debe de dar cierta privacidad al proporcionarle el urinario, después se debe de observar sus características y medir la orina.

Algunas medidas que facilitan la eliminación de orina:

Dejar correr el agua y que el paciente lo escuche o Verter agua tibia sobre el perineo. El agua tibia ayuda a la relajación músculos y facilitan la micción.

Mantener la intimidad y darle tiempo para la micción.

Colocación sonda. La posibilidad de introducir una infección al colocar una sonda por ello se intenta otras medidas antes de llegar a ello.

Aseo de la región perineal.

Drenajes.

Los drenajes quirúrgicos son unos tubos que están conectados a un recipiente cerrado con presión negativa. A través de estos tubos se consigue extraer la sangre y otros fluidos que, tras la cirugía, se pueden acumular en el paciente. Una de las grandes ventajas que posee, es que cuenta con seguridad, lo cual es muy importante tanto para el paciente como para el doctor.

Clasificación de los drenajes:

Existen algunas clasificaciones de los drenajes que se pueden identificar de forma rápida.

Según su forma de drenar: pasivos: actúan por diferencia de presiones.

Activos: la salida del material se produce mediante un sistema de aspiración.

Según su mecanismo de acción:

Profilácticos: evitan la formación de una colección.

Terapéuticos: dan salida a colecciones ya formadas.

Según su colocación:

Quirúrgicos: se colocan en la herida quirúrgica.

Punción transcutánea: su colocación precisa de la realización de una ecografía o Tomografía Axial Computarizada.

Drenajes más conocidos:

Drenaje de gasa, o dedo de guante, drenaje de penrose, de Jackson Pratt, de redón, de Blake, de Kehr, de saratoga, abramson, Pleur-evacy de pigtail.

Algunas de sus indicaciones son:

LESIONES TRAUMÁTICAS: Cuando se origina un traumatismo hay mucho líquido extravasado, por lo que es necesario la colocación de un drenaje.

PROFILAXIS DE FUGA TRAS CIRUGÍA GENERAL: Después de una cirugía siempre hay riesgo de líquido acumulado, por lo que se coloca un drenaje para evitar la presión, el dolor y la sobreinfección.

TRAS CIRUGÍA RADICAL: Cuando se realizan grandes resecciones, se pierde gran cantidad de líquido linfático y sangre, que no debe acumularse.

Algunas de los cuidados que las enfermeras deben de hacer tras realizar un drenaje:

- Limpieza y desinfección de la zona de inserción del drenaje.
- Revisar periódicamente para detectar posible salida del drenaje o rotura.
- Vaciar el líquido aspirado y apuntar medición en el lugar correspondiente.

Actividad – ejercicio

Respiración.

Parte importante de mantenernos en vida es el sistema respiratorio, ya que sin éste no habría vida.

El sistema respiratorio está compuesto por la nariz, la faringe, la laringe, la tráquea, los bronquios y los pulmones. Estos se encargan de nuestra respiración, así como de proveer O₂ y remover CO₂. Cada cosa realizada por el cuerpo humano es verdaderamente compleja, y el caso de la respiración no es excepción, ya que la

ventilación pulmonar es el proceso funcional por el que el gas es transportado desde el entorno del sujeto hasta los alveolos pulmonares y viceversa. Su objetivo es transportar el oxígeno hasta el espacio alveolar para que se produzca el intercambio con el espacio capilar pulmonar y evacuar el CO₂ producido a nivel metabólico.

Uno de los órganos que componen este sistema, son los pulmones, y éstos cuentan con propiedades mecánicas que son:

La elasticidad: que consiste en que la propiedad de un cuerpo pueda volver a la posición inicial después de haber sido deformado.

Viscosidad: es el cambio de presión en relación al flujo aéreo.

Tensión superficial: depende de la curvatura de la superficie del fluido y de su composición.

Histéresis: Es el fenómeno por el que el efecto de una fuerza persiste más de lo que dura la misma fuerza.

Valoración del patrón respiratorio.

La respiración es algo complejo que debemos de cuidar todos, ya que debe de tener cierto control, para estar bien. Para ello, se han establecido parámetros que nos ayudan a saber si nuestra respiración se encuentra dentro de lo normal, o bien, si tenemos alguna dificultad o problemas con nuestra respiración.

Los valores son los siguientes:

Rápida: más de 30 rpm (y se considera taquipnea)

Normal: 16-24 rpm

Lenta: menos de 10 rpm (y se considera bradipnea).

Sus características:

Profundidad (superficial, normal, profunda)

Regularidad (regular, irregular)

Ruidos durante la inspiración y la espiración.

Cuidados de enfermería en pacientes con problemas respiratorios.

Se ha mencionado que en cada enfermedad, los cuidados y tratamientos son diferentes, para una cura eficaz.

Algunos de los cuidados son:

- Vigilar la frecuencia, ritmo, profundidad y esfuerzo de las respiraciones.
- Evaluar el movimiento torácico.
- Observar si se producen respiraciones ruidosas. Mantener la permeabilidad de las vías aéreas.
- Preparar el equipo de oxígeno y administrar mediante un sistema calefactado y administrar oxígeno suplementario, según órdenes.
- Vigilar el flujo de litro de oxígeno.

Movilidad.

La NANDA lo define como limitación del movimiento independiente, intencionado, que padece la persona en el conjunto de su cuerpo o de una o más extremidades.

La movilidad de forma general es la que nos ayuda a realizar nuestras actividades diarias, muchas veces algunas personas por accidentes o alguna enfermedad, quedan sin movilidad en alguna parte del cuerpo o por completo.

Algunos factores relacionados: el sedentarismo, depresión, falta de actividad física, dolor y restricción de movimientos.

Se caracteriza por: Limitación de las habilidades motoras finas y/o gruesas, inestabilidad postural durante la ejecución de las actividades de la vida diaria, enlentecimiento que puede ir acompañado de temblor, al realizar los movimientos y cansancio.

Valoración del patrón movilidad.

La valoración de cierta actividad se mide por puntaje que comienza desde 0 que significa incapaz, y 15 que es el máximo, en donde el paciente es independiente para realizarla.

La valoración de algunas actividades:

Caminar: incapaz = 0, necesita ayuda= 5, independiente= 10.

Trasladarse entre la silla y la cama: incapaz, no se mantiene sentado= 0, necesita ayuda importante = 5, necesita algo de ayuda=10, independiente= 15

Aseo personal: necesita ayuda= 0, independiente para lavarse la cara= 5.

Subir y bajar escaleras: incapaz = 0, necesita ayuda física o verbal= 5, independiente para subir y bajar= 10.

También existe el índice del KATZ para la AVD que se valora desde la letra A hasta la G, en donde la A es independiente de todas las funciones, y la G es dependiente de todas las funciones.

Mecánica corporal:

Una de las actividades que más realizan las enfermeras es cargar a los pacientes o levantarlos, ya que muchas veces no cuentan con la posibilidad de hacerlo por ellos mismos, y por eso es importante saber mantener la mecánica corporal, ya que ésta se encarga de comprender las normas fundamentales que deben respetarse al realizar la movilización o transporte de un peso para evitar que los y las enfermeras se facturen o lesionen.

La mecánica corporal está formada por 3 elementos: la postura, el equilibrio y el movimiento coordinado del cuerpo, por ello es necesario conocer las diversas formas de levantar a los pacientes que les ayudará a hacerlo de una manera mucho más eficaz.

Para la postura, se recomienda tener la espalda recta manteniendo un cuerpo bien equilibrado, ya que al cuidar nuestra postura, cuidamos especialmente los músculos y tendones. Con el equilibrio es importante conocer las posiciones anatómicas ya que con éstas podremos saber cómo colocar a los pacientes de acuerdo a sus necesidades. Y con el movimiento coordinado, como su nombre lo dice, implica coordinar cada movimiento a realizar con los músculos y nuestro sistema nervioso para lograr un mejor desempeño con los pacientes.

Por ello es bueno saber las distintas posiciones y habilidades, ya que siempre existen pacientes que se les va a dificultar más que a otros, estando en un hospital, siempre existen de todo tipo de pacientes, y con esto me refiero a que algunos llegan en un estado muy crítico en el cual dejan que las enfermeras carguen todo su peso, si poder ayudar por lo menos un poco.

Principios básicos de la mecánica corporal:

Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible, ya que aumenta la capacidad de levantamiento.

Contraer los músculos abdominales y glúteos, y estabilizar la pelvis antes de realizar la movilización.

Siempre que podamos deslizar al paciente será mejor que levantarlo.

Cuidados de enfermería en pacientes con problemas de movilidad.

Cada persona o paciente tiene distintas necesidades, por lo que los siguientes abarcan cuidados que no necesariamente todos los requieran.

Valorar las ideas del paciente sobre el efecto del ejercicio físico en la salud.

Fomentar la manifestación oral de sentimientos acerca de los ejercicios o la necesidad de los mismos.

Ayudar a identificar un modelo positivo para el mantenimiento del programa de ejercicios.

Instruir al paciente acerca de la frecuencia, duración e intensidad deseadas de los ejercicios del programa.

Ayudar al paciente a desarrollar un programa de ejercicios adecuado a sus necesidades.

Ayudar al paciente a establecer las metas a corto y largo plazo del programa de ejercicios.

Determinar el grado de compromiso del paciente para aprender a utilizar posturas correctas.

Colaborar mediante fisioterapia en el desarrollo de un plan de fomento de la mecánica corporal, si está indicado.

Patrón sueño – descanso.

Con este patrón se pretende saber sobre que tan bien o mal descansa la persona en el transcurso del día, ya que existen factores que lo pueden alterar, así como estrés, insomnio, algún malestar, que sea sueño sea interrumpido o dificultad para conciliar el sueño, o bien que duerma de más, ya que debe de existir un equilibrio para descansar, al igual que se toma en consideración que tan bueno y eficiente fue su descanso, ya que muchas veces solemos dormir lo suficiente y sin embargo no haber descansado bien, y eso a veces implica amanecer con dolor de espalda o cabeza, de mal humor, seguir cansado y con sueño.

También es necesario determinar si existen factores que los alteren, así como el insomnio o alguna otra enfermedad que le impida descansar bien, para después aplicar ciertas técnicas o actividades que le ayuden con el descanso complementario y así obtener un sueño de calidad.

Necesidad de descanso y sueño.

El sueño y el descanso son esenciales para nuestra vida y actividades diarias, ya que en éstos recuperamos nuestras energías y fuerzas, al tener un descanso bueno, nos restaura como personas, nos quita el mal humor, así como nuestros centros neuronales.

El descanso no es necesariamente dormir, existen personas que tienen distintas formas de descansar, ya sea leyendo un libro, salir a caminar, o ejercicios de relajación, por eso es necesario que la enfermera pregunte bien que forma de descansar tiene el paciente para valorar la eficacia que tiene en él.

Las personas pueden descansar cuando:

Sienten que las cosas están bajo control.

Se sienten aceptados.

Sienten que entienden lo que está pasando.

Están libres de molestias e irritaciones.

Realizan un número satisfactorio de actividades concretas.

El sueño es considerado una necesidad básica del ser humano, es aquella actividad que realizamos para poder restaurar energía y bienestar de una persona.

La importancia que tiene el excretar de nuestro cuerpo sustancias que ya no nos sirven, es mayor, ya que de esto podemos saber si tenemos algún problema con nuestra salud, así también debemos estar conscientes que el saber y tener conocimiento amplio de tener una mejor movilidad nos podrá servir para brindarle un mejor servicio a nuestros pacientes y nos ayudará a prevenir fracturas de nuestro cuerpo.

Y por último dar a conocer la importancia que tiene tanto el descansar física y mentalmente como el dormir para el bien de nosotros mismos, ya que esto nos brindará una mayor efectividad en nuestra vida y al mismo tiempo, nos ayudará a sentirnos mejor.

😊