

Hecho por: Manuel Alfaro zamorano

Submodulo

Ensayo

Uds



¿Qué son los Cuidados de Enfermería?

Los cuidados de enfermería en el adulto mayor se refieren básicamente a las distintas atenciones especiales que los auxiliares o enfermeros deben dedicarles a sus pacientes. En este caso, los enfermeros deben supervisar la salud de los adultos mayores sanos o enfermos y ayudarlos en todas sus necesidades básicas. Sin embargo, el nivel de asistencia que brindará el profesional dependerá de la capacidad física y la gravedad de la enfermedad que padezca la persona. Ya que, si el anciano no puede valerse por sí solo, el auxiliar encargado tendrá que ayudarlo a hacer algunas tareas diarias como ir al baño, vestirse o alimentarse.

Estos cuidados se dividen en cuatro partes distintas.

La primera de ellas se enfoca en tratar las funciones psicológicas, biológicas y emocionales del adulto.

Por otro lado, también se busca mejorar y reforzar la salud física del paciente por medio de algunas actividades especiales.

El tercer cuidado consiste en ajustar el entorno de la persona para que se sienta lo más cómoda posible y para prevenir algún tipo de accidente.

Finalmente, la última fase de este proceso se basa en cubrir las necesidades básicas del adulto mayor. Un ejemplo de ello sería el ayudarlo a respirar con normalidad, vigilar su temperatura corporal para que esté en un nivel adecuado, eliminar los residuos de su cuerpo y cuidar su higiene en general.

A pesar de que generalmente los cuidados de enfermería se realizan dentro de un centro de salud, muchas veces el especialista debe acudir al hogar del anciano. Ya sea para tomarle la presión o para aplicarle una inyección.

¿Qué rol cumple la Enfermería en el Cuidado del Adulto Mayor?

Como anteriormente lo mencionamos, estos cuidados les ofrece una atención especial a los adultos mayores para mantener su salud y velar por su bienestar. Además de esto, los enfermeros también trabajan junto a otros especialistas para apoyar a los familiares u otras personas cercanas al anciano. Por lo tanto, las funciones que cumplen los especialistas en este caso se basan en:

Gestora

Una de las principales funciones de los enfermeros es la de organizar los recursos disponibles para el cuidado de la persona, ya sean materiales o personales. Por ello se forma un equipo de auxiliares donde se redactan una serie de informes que llevan el control de los cuidados de cada paciente. Esto se hace para poder saber si el anciano avanza en cuanto a su enfermedad y si los cuidados están surgiendo efecto.

Asistencial

Los cuidados de enfermería en el adulto mayor se enfocan en atender a cada paciente de forma individual. Ya que no todos

presentan los mismos problemas. Asimismo, también se encargan de enseñarle a la persona a como cuidarse por sí sola para no tener que depender de alguien más. Por supuesto, esto dependerá de si existe alguna limitación física o no.

Durante este proceso el especialista evalúa las condiciones del anciano para detectar cualquier situación de riesgo o algún comportamiento inadecuado que pueda poner en riesgo su salud.

Docente

Otro de los roles que cumplen los enfermeros, es el de apoyar a los familiares o cualquier otra persona cercana al anciano. De esta forma se consigue que el entorno del adulto mayor se informe un poco más acerca de su situación. Ya que así podrán saber como actuar en el hogar en caso de que se presente una situación de emergencia.

Investigadora

Los especialistas se mantienen en una constante evolución para mejorar sus cuidados y así poder adaptarse a las necesidades de esta población. A pesar de que muchas personas creen que este trabajo sólo en basa en sacar la sangre o tomar la tensión, no es así. Ya que los enfermeros

también estudian el comportamiento de sus pacientes para poder entenderlos y ayudarlos de la mejor manera posible.

Los adultos mayores sanos también necesitan de ciertas atenciones especiales para cuidar su salud y evitar que sufran de alguna complicación. Para lograr esto, el enfermero encargado debe realizar los siguientes cuidados:

Alimentación

La alimentación en las personas de la tercera edad son un factor muy importante para que puedan mantener una buena salud y desarrollar sus actividades diarias. Por lo tanto, el enfermero debe aplicarle una dieta sana y equilibrada que le brinde las vitaminas y nutrientes necesarios para cumplir con los objetivos. Entre los distintos alimentos que se deben incluir se encuentran las carnes blancas, pescado, frutas, aceite de oliva, verduras y legumbres.

manera tendrá tiempo para hacer la digestión y poder dormir tranquilamente sin que su hora de sueño se vea afectada.

Higiene corporal

En esta ocasión se debe hacer una limpieza profunda en la piel del anciano de forma diaria. Además, también es importante hidratarla para que no se irrite. Para realizar un aseo correcto en ancianos sanos, el enfermero deberá limpiar

cada zona corporal en un orden específico. Dicho orden indica que primero se debe comenzar con el cuello y luego se debe proseguir con el tronco, brazos, axilas, piernas, espalda, pies, genitales y región perianal.

A la vez que se va realizando la limpieza, es fundamental ir secando cada parte con una toalla limpia y sin frotar. Esto se hace para evitar que la persona sienta frío y para prevenir la aparición de ciertas infecciones que puedan desarrollarse por la humedad. En cuanto a la hidratación, el especialista deberá escoger un grupo de cremas suaves que hidraten la piel y que no le provoquen algún daño.

Horas de sueño

A las personas de la tercera edad les cuesta un poco más dormir de manera correcta. Es por ello que la mayoría de ancianos suelen tener menos energía durante el día. Para evitar esto, es fundamental que el auxiliar encargado cuide algunos de sus hábitos. Por ejemplo, debe asegurarse de que se levante y se acueste todos los días a la misma hora. Además, debe evitar que se vaya a la cama justo después de haber cenado o tomado algún café o té.

¿Qué Cuidados básicos de Enfermería necesita un Adulto Mayor hospitalizado?

El personal de enfermería debe seguir un protocolo de atención para cuidar correctamente a los adultos mayores que estén hospitalizados. En este protocolo se encuentran todas las necesidades que se deben cumplir para brindarle una atención de calidad a la persona, ya sea en un centro de salud o en una casa de abuelos.

Dicho protocolo de atención está compuesto por los siguientes cuidados de enfermería en el adulto mayor:

Afectividad

Motivar al anciano para que no pierda la autoestima.

Mostrarle afecto cada vez que realice alguna actividad y cumpla con los objetivos.

Lograr que la persona aprenda a cuidarse por sí sola utilizando el afecto.

Alimentación

Controlar que su masa corporal no disminuya de forma exagerada.

Hacer que beba unos cuantos vasos de agua al día para evitar la deshidratación.

Proporcionarle alimentos sanos y nutritivos.

Sistema cardiovascular y neurológico

Controlar la presión arterial.

Vigilar el ritmo cardíaco del adulto mayor cada vez que realice una actividad para poder detectar cualquiera bradicardia o taquicardia.

Estar atento al estado mental de la persona para detectar cualquier síntoma que pueda alertar sobre la existencia de una enfermedad de este tipo.

Aparato respiratorio

En caso de que el paciente tenga tos, se debe observar el tipo de la misma.

Cuidar el proceso respiratorio para que mantenga su correcto funcionamiento.

Estar atento por si el adulto manifiesta alguna molestia a nivel de la espalda o de los pulmones al momento de respirar o de moverse.

Ojos y oídos

Examinar los ojos para detectar cualquier anomalía.

Valorar la tolerancia a los tonos altos.

Evitar que la presión intraocular aumente, ya que esto puede provocar una molestia ocular en el anciano.

Analizar el estado actual de los oídos para prevenir las caídas por pérdida del equilibrio.

El enfermero también debe asegurarse de que el adulto mayor descansa lo suficiente. Además, debe encontrar un equilibrio entre la actividad y el reposo, ya que los movimientos físicos son fundamentales para evitar la rigidez muscular. Sobre todo, cuando la persona está hospitalizada. Por lo tanto, según los límites físicos del paciente, se recomienda hacer pequeñas caminatas diarias o algún otra actividad de bajo esfuerzo físico.

Atención de Enfermería para abuelos con depresión

Cuando un abuelo es diagnosticado con depresión necesita de un cuidado especial por parte de un enfermero. Sobre todo si se trata de una depresión muy fuerte. Ya que el especialista se encargará de cubrir todas sus necesidades básicas y de motivarlo para que pueda superar esta enfermedad.

Para ello, debe aplicar los siguientes cuidados de enfermería en el adulto mayor con depresión:

Adaptación – tolerancia al estrés

Cuando una persona padece de depresión, es importante que aprenda a controlar sus síntomas para que los malos pensamientos en su cabeza no le afecten. Por esta razón, el enfermero debe promover algunas actividades que sirvan para disminuir la ansiedad y controlar el estrés. En la mayoría de los casos se suele aplicar una terapia familiar para que el entorno del anciano logre comprender su situación y lo ayuden a adaptarse.

Rol-relaciones

Las relaciones sociales son un factor importante para evitar que el anciano se aíse por completo a raíz de la depresión. Para lograr este objetivo, el auxiliar debe ejecutar los siguientes consejos:

Fomentar la unión familiar.

Apoyar tanto al anciano como a sus familiares.

Educar a la persona para que logre modificar su conducta social.

Realizar sesiones de terapia con el entorno del paciente.

Ayudar a mejorar sus habilidades sociales.

Actividad y ejercicio

Otro de los cuidados de enfermería en el adulto mayor con depresión se basa en promover el ejercicio y las actividades tanto físicas como mentales. Ya que con estas dinámicas el anciano podrá distraer su mente y olvidarse por un momento del agobio que provoca la depresión.

Entre las distintas actividades que el personal de enfermería puede llevar a cabo, se destacan:

Entrenar la memoria.

Facilitar el aprendizaje mediante técnicas muy sencillas.

Enseñarle a la persona a como controlar el nivel de dolor.

Estimularla para que participe en actividades de ocio.

Fomentar el ejercicio físico y la terapia de actividad.

Percepción – manejo de la salud

Una enfermedad tan grave como esta requiere que el adulto mayor cuide un poco más su salud. Por esta razón, es vital enseñarle como controlar los impulsos, promover los sistemas

de apoyo y, lo más importante de todo, mostrarle como debe lidiar con los conflictos del día a día. Por otro lado, también debe enfocarse en dejar las bebidas alcohólicas o cualquier sustancias nociva para la salud. Ya que estos elementos influyen de gran manera en la presencia del trastorno de la depresión.

Para que estos cuidados de enfermería en el adulto mayor resulten efectivos, debe existir una relación interpersonal entre el personal de enfermería, el paciente y la familia del mismo. Gracias a esto se logra llevar un cuidado integral que, en la gran mayoría de los casos, logra aliviar los síntomas de esta enfermedad.

Cuidados especiales para Adultos Mayores con desnutrición

Para que el anciano con desnutrición alcance una vida de calidad, debe contar con un especialista que cuide de él y le haga un seguimiento a esta enfermedad. Por lo tanto, los cuidados de enfermería en adultos mayores con con este problema de salud se basan en:

Detectar la causa de la desnutrición

Antes de seguir un plan de cuidados, es fundamental conocer cómo se desarrolló esta enfermedad. Ya que una persona puede sufrir de desnutrición por un déficit en la ingesta de vitaminas y minerales o también puede surgir como una complicación de otro problema de salud. Entre estos

problemas se encuentran algunas infecciones, fragilidad en la piel, fracturas, anemia y déficit cognitivo.

Planificar la alimentación del paciente

Luego que se haya conocido la causa de la enfermedad, el personal de enfermería debe trabajar en conjunto con un profesional de la nutrición cualificado para proceder a realizar un plan de alimentación. Dicho plan deberá estar basado en las necesidades de la persona. Estas necesidades básicamente hacen referencia a su edad, peso, patologías previas, gasto energético y grado de actividad.