



**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO:** maría Daniela Hernández  
briones

**TEMA:** promoción a la salud física y valoración a la  
salud

**PARCIAL:** I

**MATERIA:** fundamento de enfermería I I I

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Rubén Eduardo  
Domínguez

**LICENCIATURA:** Lic. En enfermería

# Percepción de la salud y manejo de la salud

Se promueve también la valoración es útil y liberado la valoración permite determinar la situación de la salud y como enfermero es planificar los cuidados de la persona familia, o comunidad no solamente en situaciones de enfermedad

En los patrones de valoración en la salud se relaciona con la salud, y la calidad de vida al ser humano se obtienen de una cantidad de datos relevantes de una persona de una manera ordenada, la valoración se obtiene de los datos obtenidos de una persona la revisión de la historia clínica algunos patrones comparten información o datos que puedan presentar en más de un patrón los patrones disfuncionales describen situaciones que no corresponden a las normas o a la salud esperadas de una persona

Que podemos valorar como maneja todo lo relacionado con la salud respecto a su recuperación en este caso lo podemos valorar como vacunas, alergias, hábitos personales los resultados del patrón si esta alterado tiene un inadecuado

# NUTRICIONAL-METABOLICO

Son patrones de consumo de alimentos y líquidos. Para que una persona funcione en su nivel óptimo, debe consumir las cantidades necesarias de nutrientes esenciales para la vida humana.

Se valora describiendo el consumo de alimentos y líquidos en relación con sus necesidades metabólicas como lo podemos valorar recogiendo el número de comida el lugar, el horario, dietas específicas como líquidos recomendados para tomar en el día y en el patrón de resultados si están alterados que tienen una nutrición desequilibradas

Una persona tiene que ingerir 10 vasos de líquidos al día en el número de calorías se refiere a las que ingerimos habitualmente y en la nutrición desequilibrada se refiere a los nutrientes que son personas que no tomen proteínas

## ELIMINACION

La eliminación describe Describen la regulación, el control y la evacuación de desechos en el cuerpo como de las heces, la orina y el sudor del cuerpo.

La excreción de desechos se produce principalmente por la orina y las heces y también a través de la transpiración, respiración pulmonar y la menstruación. Y que es una configuración de comportamientos, más o menos comunes a todas las personas, que contribuyen a su salud, calidad de vida y al logro de su potencial humano, y que se dan de una manera secuencial a lo largo del tiempo.

Los resultados del patrón alterado se definen como intestinal y urinario en el estreñimiento es la emisión de heces con una frecuencia inferior a 3 veces por semana y que se expulsa al exterior las sustancias que no pueden ser reabsorbidas por la sangre y que no son asimilables por el organismo.

## ACTIVIDAD Y EJERCICIO

Se valora en el tiempo libre los requerimientos del consumo de energía de las actividades de la vida diaria como valoración del estado cardiovascular que es la frecuencia cardiaca, el estado espiratorio, valoración de la movilidad y en las actividades diarias que uno hace

Los resultados de alteración si hay pueden ser la presencia de síntomas físicos cansancio, hipotonía muscular,

En el ejercicio se realizan movimientos corporales planificados, estructurados y repetitivos con el fin de mantener o de mejorar uno o más componentes de la condición física

En el deporte actividad física que implica situaciones de competitividad con normas Sedentarismo: concepto basado en NO realizar al menos 25-30 minutos diarios de ocio activo. Actividad física: Movimiento corporal producido por contracciones músculo esqueléticas que genera un gasto de energía, realizado con un carácter de cierta continuidad.

# SUEÑO – DESCANSO

ES si la persona es capaz de conseguir dormir, descansar o relajarse durante todo el día, atendiendo incluso, el nivel de energía que posee durante el mismo valora describiendo la capacidad de la persona para conseguir dormir. Descansar, o relajarse durante las 24 horas del día se valora en situaciones ambientales que provoquen estado de ansiedad o estrés

En los resultados si se considera alterado son confusión o cansancio relacionado con la falta de descanso

En el objetivo es describir la efectividad del patrón desde la perspectiva del individuo, algunas personas están bien descansadas después de 4 horas de sueño, mientras que otras necesitan mucho más

Pretendemos conocer el modo correcto de valorar el patrón del sueño descanso y poder identificar los posibles problemas o alteraciones del mismo para proponer tratamientos y conseguir el descanso de la persona y con la percepción que tiene el paciente, la cantidad de horas de sueño y si son efectivas, el nivel de energía y las ayudas que emplea para dormir

Y que es diferenciar una fatiga de un insomnio frecuente será clave para la salud del paciente, incluso para evitar una de las principales causas de la muerte, el suicidio o mejorar la calidad de vida

## COGNITIVO PERSEPTIVO

Es observar la adecuación de las funciones visuales, auditivas, gustativas, táctiles y olfativas comprobando si existe alguna prótesis para la corrección de las mismas en caso de ser necesario, en los demás sentidos se evalúa la sensibilidad a el frío, el calor y a los olores, existencia o no de dolor. Se comprueban también las capacidades cognitivas relativas a la memoria, el lenguaje.

Valoramos la toma de decisiones, percepción del dolor y tratamiento se valora el nivel de orientación y conciencia el nivel de instrucción y el idioma los resultados

si están alterados pueden ser si hay dificultad de comprensión por idioma o por alfabetismo La presencia de vértigo puede conllevar una alteración del equilibrio, no afecta el resultado de este patrón, pero puede condicionar el de actividad-ejercicio

e indica estado mental alerta, lenguaje natural, lee y escribe, utiliza gafas y oye sin problemas, tiene sensibilidad a frío/calor, sin problemas de olfato y gusto, no vértigos ni dolor, orientado temporal y espacialmente, sin dificultades de memoria, comprensión y aprendizaje

## AUTOPERCEPCION- AUTOCONCEPTO

Es conocer el concepto y la percepción que el individuo tiene de sí mismo. Podemos valorar las actividades de uno mismo contacto visual y se valora por problemas consigo mismo problema conductuales en los resultados alterados son problemas con su imagen corporal y se preocupa por su cambio de imagen corporal Ante la respuesta negativa a la pregunta de si se siente querido y los cambios frecuentes en el estado de ánimo

se obtiene una importante cantidad de datos relevantes de la persona (físicos, psíquicos, sociales, del entorno), de una manera ordenada, lo que facilita a su vez el análisis de los mismos

Patrón Alterado: la presencia de irritabilidad, agitación y angustia • Patrón en Riesgo: conducta indecisa, confusión, deterioro de la atención

## Rol-relacionados

Es Percepción de las responsabilidades de su rol. Satisfacción con la familia, el trabajo y las relaciones sociales. Están incluidos la satisfacción o las alteraciones en la familia, trabajo o relaciones sociales, y las responsabilidades relacionadas con estos roles, incluida la capacidad de obtener ingresos suficientes para cubrir las necesidades y las condiciones de habitabilidad del hogar. Deben obtenerse los problemas percibidos por

el cliente, si existen, la causa percibida, las acciones llevadas a cabo y los efectos de dichas acciones. Valora el compromiso 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..

Se valora la familia Con quién vive. Estructura familiar. Rol en la familia y si éste está o no alterado. Problemas en la familia. Si alguien depende de la persona y como lleva la situación.

Presentan los resultados alterados Presentan problemas en las relaciones: sociales, familiares o laborales (escolares) Se siente solo. No tiene personas significativas (amigos, familia)

## SEXUALIDAD Y REPRODUCCION

describe el patrón de reproducción. Incluye la satisfacción percibida por el individuo o las alteraciones de su sexualidad. También se incluye el estado reproductor en las mujeres, premenopausia o posmenopausia y los problemas percibidos. Entiende la sexualidad como la expresión del comportamiento de la identidad sexual. Incluye, pero no se limita a las relaciones sexuales con una pareja.

Las normas culturales regulan su expresión. Los problemas pueden aparecer cuando se producen discrepancias entre la expresión de la sexualidad que la persona ha alcanzado y aquella que desea. Los patrones reproductivos incluyen la capacidad reproductiva y la reproducción en sí misma: métodos anticonceptivos, menarquia y climaterio, número de embarazos y de hijos nacidos vivos

Valora la seguridad de las relaciones sexuales problemas precedidos por la persona, se valora con embarazos, abortos, problemas relacionados con la reproducción los resultados de la alteración si la persona expresa preocupación respecto a su sexualidad, trastorno o satisfacción

# ADAPTACION TOLERANCIA AL ESTRÉS

Es adaptación, de afrontamiento de la persona a los procesos vitales y su efectividad en términos de tolerancia al estrés. Incluye la reserva individual o la capacidad para resistirse a las amenazas para la propia integridad, formas de manejar el estrés, sistemas de apoyo familiares o de otro tipo y capacidad percibida para controlar y manejar las situaciones. Incluye: Capacidad de resistencia de la persona a los ataques de la integridad, manejo del estrés (incluido uso de medicamentos, alcohol, o drogas, alteraciones del sueño y el apetito), sistemas de soporte y ayuda y capacidad percibida de manejar situaciones estresantes

Valora la valoración de estrategias de afrontamiento general d la persona, la capacidad de adaptación de cambios

Lo podemos valorarlo como cambios importantes durante los dos años si ha tenido alguna crisis la persona si tiene algún cercano al que poder contar con sus problemas con confianza y si es necesario

Y si el patrón esta alterado es si persona manifiesta tener cesación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo

si la persona tiene estrategias de adaptación al estrés. Por el contrario, la respuesta negativa no determina la alteración, habría que indagar más en el resto de aspectos que se valoran en el patrón.

## VALORES Y CREENCIAS

Son los valores, objetivos y creencias espirituales y/o religiosas que influyen o guían las decisiones y opciones vitales del individuo y en la adopción de decisiones. Incluye lo percibido como importante en la vida, las expectativas en cuanto a salud y calidad de vida, y la percepción de conflicto entre los valores, creencias y expectativas y aspectos relacionados con la salud

Valora las decisiones acerca de tratamientos, prioridades de salud vida o muerte

Se valora si tiene planes a futuros importantes preocupaciones relacionados con la vida y la muerte el dolor o enfermedad

Los resultados pueden ser como cuando tiene conflictos en sus creencias



se enfoca a lo que es importante en la vida para el paciente ya sean ideas o creencias vitales o religiosas; no se valora si las tiene, sino, si suponen una ayuda o un conflicto.

## UNIDAD IV

# TECNICAS ESPECIFICAS DE ENFERMERIA

Se define como el lavado de manos ya que es importante para reducir el riesgo de transmisión de microorganismos su objetivo es eliminar

suciedad y microorganismos de la piel la precaución es tener las uñas cortas al borde de las yemas de los dedos y sin esmalte de como lavarse las manos en su 5 minuta

También nos enseñan de cómo administrar medicamentos en un paciente

# ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS POR VIA ORAL

Los pacientes pueden ingerir o auto administrarse medicamentos orales con mínimo de problemas

Muchos medicamentos interactúan con los suplementos alimenticios y herbarios la precaución es importante que hay que tener en cuenta cuando se administra cualquier preparación oral es proteger a los pacientes de la aspiración

La postura es esencial considerando cuando se administra medicamentos a pacientes con sondas de alimentación enterales o de pequeño diámetro

Antes de administrar un medicamento por vía oral hay que verificar que el lugar de la sonda es compatible con la absorción del medicamento

Se debe determinar si los medicamentos tienen que ser dados con el estómago vacío o si son compatibles con la alimentación enteral del paciente

## ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS POR VIA INTRADERMICA

Consiste en la inyección en la dermis se utilizan para pruebas cutáneas donde el suministro de sangre es reducido y la absorción del medicamento se produce lentamente a veces los pacientes tienen una reacción anafiláctica grave si el medicamento entra en la circulación demasiado rápida

El ángulo de inserción para una inyección intradérmica es de 5 a 15 grados y el bisel de la aguja apunta hacia arriba a medida que se inyecta el medicamento

## ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS POR VIA SUBCUTANEA

Consiste en la aplicación de un producto farmacéutico en el tejido subcutáneo o tejido graso es una vía de absorción lenta y es la vía de elección en tratamientos frecuentes los medicamentos administrados por vía subcutánea son aquellos que requieren una absorción lenta y sostenida tales como la insulina y la heparina de bajo peso molecular los sitios de inyección son las áreas superiores externas de los brazos, la absorción es más rápida en el abdomen y es más lenta de los brazos más lenta aun en los músculos y más lenta en el área de la cadera y las nalgas esta

rotación debe hacerse considerando un dedo de ancho en el sitio de la inyección anterior o alterando desde la izquierda ala derecha para evitar la atrofia del tejido subcutáneo

## ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS POR VIA INTRAMUSCULAR

Es una técnica utilizada para administrar una medicación profundamente en el interior del musculo permite que el medicamento s administre rápidamente por el torrente sanguíneo

se usan comúnmente para administrar vacunas, hormonas, vitaminas d, antibióticos

La cantidad máxima de medicamentos para una solo inyección es de 3ml

La aspiración se realiza con mayor frecuencia durante una inyección intramuscular o subcutánea basta destinada a asegurar que la punta de la aguja este localizada en el sitio deseado y que no a ya perforado accidentalmente un vaso sanguíneo

## ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS POR VIA INTRAVENOSA

Se define como la instalación de sustancias liquidas directamente al torrente sanguíneo atreves de una vena siendo esta de una forma intermitente o continua la administración de un medicamento por vía intravenosa elimina el proceso de absorción y descomposición de un fármaco al depositarlo directamente a la sangre

# VALORACION DE LA SALUD EN EL ADULTO

Es una persona o individuo es un elemento fundamental para los cuidados de enfermería la valoración física se puede realizar en el hogar consulta externa o al ingresar al hospital las etapas de valoración de la salud se inicia desde que individuo se encuentre en el útero seguida del nacimiento

responde a la identificación que hace la enfermera de la situación de salud en la que se encuentra el **anciano** que está bajo su **cuidado**. Ésta se basa en dos premisas: la filosofía de **cuidados** que tenga internalizada y la forma de expresarla.

La **Valoración del Adulto Mayor en Enfermería** evalúa cinco aspectos importantes **para** garantizar su bienestar: Médico-Biológica; Mental y Psico-Afectiva; Funcional y Socio-familiar.