

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CAMPUS TABASCO

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

NOMBRE: KEVIN MANUEL DE LA CRUZ PÉREZ



CUATRIMESTRE: 3

GRUPO: "A"



CÁTEDRA: FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA III

CATEDRÁTICO: JUANA INES

HERNANDEZ LOPEZ

CORREO ELECTRÓNICO: KOPY_MANUEL@HOTMAIL.COM

Promoción de la salud y el bienestar Prevención de la enfermedad

Es un proceso mediante el cual las personas, familias y comunidades logran mejorar su nivel de salud al asumir un mayor control sobre sí mismas. Se incluyen las acciones de educación, prevención y fomento de salud, donde la población actúa coordinadamente en favor de políticas, sistemas y estilos de vida saludables, por medio de la abogacía, empoderamiento y construcción de un sistema de soporte social que le permita vivir más sanamente.

En la actual situación demográfica y epidemiológica, los problemas de salud asociados a estilos de vida y multicausalidad son responsables de gran parte de la morbimortalidad y de los déficits en calidad de vida. Igualmente, los determinantes sociales, como lo corroboran diversos estudios, son parte fundamental del origen y de las potenciales soluciones para enfrentar la dinámica de salud actual.

Comprendiendo el concepto de salud integral surgen dos ejes centrales: el rol de la Comunidad en Salud y la Promoción de la Salud como claves multidimensionales para alcanzar real impacto en las condiciones de salud de la población. Múltiple evidencia concluye que es crucial incluir ambos ejes en las intervenciones de salud, en adecuado balance con las acciones de tratamiento y rehabilitación, a través de estrategias integrales e innovadoras. La Promoción de la Salud se considera esencial para alcanzar los objetivos sanitarios nacionales e internacionales y también para lograr los Objetivos de desarrollo.

Los conceptos de promoción de la salud, bienestar y prevención de enfermedades están íntimamente relacionados y en la práctica se superponen hasta cierto punto. Todos están centrados en el futuro; la diferencia entre ellos está en las motivaciones y los objetivos. Las actividades de promoción de la salud, como el ejercicio habitual y la buena

alimentación, ayudan a los pacientes a mantener o mejorar sus actuales niveles de salud. Motivan a las personas a actuar positivamente para alcanzar niveles más

estables de salud. La educación del bienestar enseña a las personas cómo cuidar de ellas mismas de una manera saludable e incluye temas como el conocimiento físico, el manejo del estrés y la autorresponsabilidad. Las estrategias del bienestar ayudan a las personas a lograr una nueva comprensión y control de sus vidas. Las actividades de prevención de

enfermedades, como los programas de inmunización, protegen a los pacientes de las amenazas a su salud, reales o potenciales. Motivan a las personas para evitar deterioros en la salud o en los niveles funcionales.

Recuperación de la salud

La recuperación es un proceso de cambio mediante el cual los individuos mejoran su salud y bienestar, conducen sus vidas de forma autónoma y se esfuerzan por alcanzar su máximo potencial. La atención orientada a la recuperación es lo que los profesionales del tratamiento y rehabilitación en salud mental ofrecen para apoyar los esfuerzos de recuperación de la persona a largo plazo. La promoción del bienestar mediante el autocuidado y la intervención temprana, tanto mental como física, es un componente importante de la misma. La atención orientada a la recuperación requiere que las personas en recuperación se impliquen en todos los aspectos y fases del proceso de la atención.

En este enfoque, el concepto de recuperación no hace alusión a la mera recuperación clínica, que sería sinónimo de cura, o de volver a la situación anterior al problema de salud mental. Este enfoque pone el énfasis en cómo la persona afronta su vida y no en los síntomas o la enfermedad. Se orienta a que la persona aumente su capacidad de vivir una vida satisfactoria, según sus intereses, metas, objetivos y posibilidades, incluso si los síntomas de su problema de salud mental persisten.

La recuperación se define como un proceso "muy personal" y único que supone el desarrollo de un nuevo significado y propósito en la vida más allá de los efectos negativos del problema de salud mental. Se trata de un proceso continuo, que

consiste en adquirir o recuperar muchos aspectos de la vida cotidiana de las personas, que pueden haberse perdido a causa del problema de salud mental.

Cuidados de los enfermos terminales.

Los cuidados para pacientes terminales son un conjunto de servicios dirigidos por especialistas médicos y administrados por un equipo interdisciplinario, que se centran en el paciente y su familia. Los cuidados para pacientes terminales son el método por excelencia para cuidar de las personas que están en la fase terminal de una enfermedad para la cual no existen más terapias curativas o medios para prolongar la vida, o cuando el paciente o un familiar no quiere recurrir a ellos. Los cuidados para pacientes terminales ayudan a la familia y a los familiares cuidadores a que el paciente esté tan cómodo como sea posible, aprovechando al máximo los tratamientos para el control del dolor y los síntomas, y aliviando cualquier sufrimiento físico o espiritual, ya sea en el hogar o en un entorno parecido.

Los cuidados para pacientes terminales ofrecen alivio del dolor, medidas para que el paciente esté cómodo y apoyo a los pacientes y sus familiares. Los cuidados para pacientes terminales se prestan en donde resida el paciente, pero normalmente se brindan en su casa. Esta es una lista de algunos lugares donde se prestan los servicios:

Su propio hogar

Una casa de reposo

Un centro de vida asistida

Un centro de atención intermedia

Un hogar en grupo

Un centro para pacientes terminales internos

Un hospital

Investigación de conceptos:

Bienestar: Los entendidos definen el bienestar de manera diferente. Pero la mayoría coinciden en que bienestar significa estar sano desde el punto de vista físico, mental y emocional. No hay problema en tener mejor salud en algunas áreas de bienestar que en otras.

Salud: La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades

Enfermedad: Según la OMS, la definición de enfermedad es la de "Alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible".

Individuos: Como individuo designamos aquello que es individual, que no puede ser dividido. Se usa para referirse al ser humano, a la persona, considerada como unidad, independiente de las demás. La palabra, como tal, proviene del latín individuos, que significa 'indivisible'.

Familia: La familia es la célula básica de la sociedad que históricamente se había concebido como el grupo de personas que cohabitan y comparten una vivienda y, sobre todo, lazos de parentesco. Empero, hay una tendencia creciente de grupos que comparten ese espacio, sin tener ese vínculo.

Comunidad: Por lo general, en una comunidad se crea una identidad común, mediante la diferenciación de otros grupos o comunidades (generalmente por signos o las acciones), que es compartida y elaborada por sus integrantes mediante la socialización.

Etnia: Una etnia se refiere a un grupo humano que comparte una cultura, una historia y costumbres, y cuyos miembros están unidos por una conciencia de identidad. De esta definición se desprende que una etnia implica un grupo étnico.

Cultura: En general, la cultura es una especie de tejido social que abarca las distintas formas y expresiones de una sociedad determinada. Por lo tanto, las

costumbres, las prácticas, las maneras de ser, los rituales, los tipos de vestimenta y las normas de comportamiento son aspectos que se incluyen en la cultura.

Espiritualidad: La espiritualidad es la vida interior. Las expresiones y prácticas de espiritualidad son personales; es cómo usted entiende el mundo y el universo en su interior. La espiritualidad no implica ser religioso. De hecho, muchos se consideran muy espirituales y para nada religiosos.

Religión: Conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto.

Sexualidad: El término "sexualidad" se refiere a una dimensión fundamental del hecho de ser un ser humano: Basada en el sexo, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor, y la reproducción.