

INTRODUCCIÓN

Marjory Gordon (10 de noviembre de 1931-29 de abril de 2015) fue una teórica y profesora estadounidense, que creó una teoría de valoración de enfermería conocida como patrones funcionales de salud de Gordon, fue líder internacional en esta área de conocimiento en enfermería.

Gordon fue especialmente conocida por crear el modelo diagnóstico para enfermería conocido como patrones funcionales. Consiste en una lista de actividades y comportamientos que contribuyen a la salud y la calidad de vida de las personas. Para examinar a los pacientes se usan tanto preguntas y cuestionarios como datos objetivos, extraídos de la observación por parte del enfermero.

En el siguiente ensayo se explica de manera concreta principalmente los 11 patrones de Marjory Gordon, uno por uno desde su nombre, de que trata y que beneficios tiene el realizarlos.

Además de tener la oportunidad de poder explicar las diferentes maneras para la administración de medicamentos, que es de suma importancia para quienes estén en alguna área de salud, especialmente en enfermería.

Sin más preámbulos, esperamos sea de tu agrado el poder leer toda esta información que se redactó para aquellos amantes de la lectura en el área de salud.

UNIDAD 3:

PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA.

Como desde un principio se aclara que el ser enfermero/a se tiene que ver por la salud de paciente y se toma en cuenta todo su entorno desde las cosas más simples, hasta lo más complejo. Ahora bien, la información siempre se va a obtener por una serie de preguntas que tienen las hojas de enfermería, como datos personales, familiares, económicos y sociales, ya que a partir de todo eso, se toma en consideración para poder brindarle al paciente lo que más necesita.

Obviamente a partir de la situación en la que de encuentra el paciente, es en que tanto tendrá mejoría, ya que existen varios factores que pueden alterar la salud del paciente, he aquí algunos ejemplos:

El objetivo de la promoción de la salud física es mejorar la calidad de vida de las personas mediante la prevención o mejora de las enfermedades y la promoción de comportamientos saludables. Se ha demostrado que la actividad física es una forma efectiva de prevenir enfermedades crónicas como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes mellitus tipo II, obesidad y ciertos tipos de cáncer. Además de sus efectos preventivos frente a enfermedades crónicas, la actividad física también puede contribuir a reducir los síntomas de ansiedad y mejorar el bienestar mental.

Es importante recordar que la salud física no se trata solo de estar en forma y verse bien por fuera; también se trata de estar mental y emocionalmente sano.

La teoría proporciona orientación sobre cómo identificar y manejar los problemas de salud crónicos. Cada uno de nosotros tiene una forma preferida de experimentar y responder a los desafíos de la vida. Nuestros patrones básicos de funcionamiento son inconscientes y determinan cómo abordamos y enfrentamos nuestros problemas.

Una de las principales funciones de estos patrones, es que se pueden utilizar para identificar a las personas que están en riesgo a ciertos problemas de salud y para desarrollar planes de tratamiento con una mejor eficacia.

Patrón 2: nutricional- metabólico:

La nutrición metabólica es una forma de comer que te ayuda a perder peso asegurándose de que tu cuerpo obtenga todos los nutrientes que necesita para funcionar correctamente. Esta se basa en la comprensión de que su cuerpo tiene su propio proceso metabólico natural, que utiliza para descomponer y utilizar los alimentos como energía.

Ahora bien, la nutrición equilibrada se ha convertido en un tema de suma importancia en los últimos años. Se define como una dieta que aporta todos los nutrientes esenciales y evita la desnutrición o la obesidad. La Organización

Mundial de la Salud (OMS) define la nutrición equilibrada como alimentos ricos en vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes.

Se sabe que cada persona tiene distintas necesidades en cuanto a nutrientes en su cuerpo, por lo que cada dieta debe de ser personal para mejorar la salud. Consumir demasiado o muy poco de un nutriente específico puede alterar este equilibrio y provocar problemas de salud graves en el futuro.

Por eso, una nutrición equilibrada es la clave para mantener un peso saludable y un estilo de vida saludable. Obtener un peso saludable no solo es importante para nuestro cuerpo, sino que también puede tener un impacto positivo en nuestro bienestar general. Cuando tenemos sobrepeso o somos obesos, nuestra salud sufre de varias maneras importantes. Por ejemplo, tener sobrepeso u obesidad puede aumentar nuestro riesgo de desarrollar diversas enfermedades.

Patrón 3: Eliminación:

Los sistemas excretores gastrointestinales, urinarios y de la piel son responsables de la eliminación de los productos de desecho del cuerpo. Los desechos se eliminan a través de estos tres sistemas de manera coordinada para mantener una función corporal saludable.

El sistema gastrointestinal ayuda a descomponer los alimentos y absorber los nutrientes que el cuerpo necesita para sobrevivir. Está formado por la boca, el estómago, los intestinos delgados y gruesos y el recto. La comida se combina con la saliva y se traga.

El sistema urinario trabaja junto con el sistema gastrointestinal para ayudar a eliminar los desechos del cuerpo. Los desechos se eliminan mediante agua y que se extraen de la sangre y pasan a través de los riñones. Los riñones eliminan los desechos, como el agua, las sales y los minerales, de la sangre y recolectan la orina. La orina se almacena en la vejiga hasta que se elimina por la uretra.

El sistema excretor de la piel ayuda al cuerpo a destruir las células de la piel y el sudor. Las moléculas de agua en el sudor ayudan a limpiar la sangre.

El sistema gastrointestinal, el sistema urinario y el sistema excretor de la piel trabajan juntos para ayudar a eliminar los desechos del cuerpo. El sistema gastrointestinal ayuda a descomponer los alimentos, el sistema urinario elimina los desechos y el sistema excretor de la piel ayuda a eliminar las células de la piel y el sudor del cuerpo.

Patrón 4: Actividad y ejercicio:

Las actividades de la vida diaria (AVD) implican una variedad de tareas que son necesarias para mantener la vida. Estas actividades consumen energía de

diferentes maneras y requieren cantidades únicas de energía según el tipo y la intensidad de la actividad.

Todos los días usamos energía para hacer diferentes actividades. Estas actividades van desde cocinar y calentar alimentos hasta cepillarse los dientes y lavar el cuerpo.

En este ensayo, discutiré los diferentes aspectos de las actividades de la vida diaria y sus respectivos requisitos de energía. También proporcionaré estimaciones del requisito de consumo de energía para varios tipos de hogares.

La intensidad de una actividad es un factor importante al estimar el requerimiento de consumo de energía para una actividad en particular. Por ejemplo, las actividades que requieren alta intensidad, como correr, requieren más energía que las actividades que requieren baja intensidad, como caminar.

La cantidad de tiempo dedicado a una actividad también afecta el consumo de energía requerido. Por ejemplo, las actividades breves, como cepillarse los dientes, requieren menos energía que las actividades largas, como ir al trabajo.

Patrón 5: sueño- descanso:

El descanso es la base principal para tener un mejor rendimiento en la vida de cualquier persona, se ha visto que muchas veces las personas sacrificamos nuestras 8 horas de descanso por distintas cosas como el trabajo, la escuela, o simplemente por gusto de divertirse un rato, pero realmente tener un sueño y descanso correcto favorece tu actitud, ya que una de las principales causas de esto, es el amanecer de un mal humor, con dolor de cabeza o alguna sensación negativa más. Por eso actualmente se considera que por día se debe de descansar de 7 a 8 horas diarias.

Patrón 6: cognitivo-perceptivo:

En éste patrón, lo que se valora de un paciente es principalmente el nivel de consciencia que tiene, si puede leer y escribir correctamente, es decir, que no confunda su idioma natal, con otros, y se puede decir las palabras de la forma correcta, si tiene percepción de dolor y su memoria, juicio y su toma de decisiones, ya que todo esto es la base principal que abarca este patrón.

Patrón 7: autopercepción – autoconcepto:

En nuestra naturaleza esta siempre el ser observativos, es decir, todo lo que está a nuestro alrededor lo juzgamos detenidamente, y más si se trata de las personas, generalmente las personas que nos conocen, tienen un concepto muy distinto por lo que observan de nuestra vida o de algún momento de ella, y muchas veces suele suceder, que lo que las demás personas piensan de

nosotros, no es lo que realmente somos, por eso es importante saber y conocernos bien, es decir, hasta donde podemos llegar con nuestras acciones, y por supuesto también cuenta mucho nuestra imagen corporal, que esto es como un reflejo de lo que somos por dentro como personas.

Patrón 8: rol – relaciones:

Actualmente, todas las personas nos vemos con la necesidad de convivir con la sociedad, ya que para poder salir adelante como en el trabajo o estudios se requiere de la sociedad. Por lo tanto, todas las personas tenemos diversas responsabilidades que requieren de tener una relación con los que nos rodean.

Este patrón se encuentra alterado si la persona principalmente tiene problemas con su familia o amigos que le impide ser una persona formada y responsable.

Patrón 9: sexualidad y reproducción:

En el crecimiento del ser humano, pasamos por diversas etapas, sin embargo, a partir de la adolescencia, comenzamos a tener la "necesidad sexual" en donde muchas veces no se tiene la responsabilidad, ya de ésta se pueden obtener embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual como el VIH, gonorrea o herpes.

También se toma en cuenta, que algunas mujeres tienen problemas en su etapa reproductiva, lo que muchas veces causa angustia, tristeza y preocupación, por que también a partir de ello se pueden generar enfermedades como alteraciones en el ciclo menstrual (duración, frecuencia, cantidad, síndrome premenstrual y dismenorrea), problemas de fertilidad y los de identificación sexual.

Patrón 10: adaptación tolerancia al estrés:

El estrés en la actualidad es algo que más de alguna vez las personas lo han pasado, ya sea por alguna actividad/tarea acumulada o por alguna enfermedad, pero lo que lo hace más difícil es quien te ayuda a salir de ello, ya que es una alteración externa que no todas pueden ver.

La forma en la que éste patrón se valora es la siguiente:

La enfermera instará al paciente a recordar situaciones estresantes, describir como se ha tratado y evaluar la efectividad de la forma en la que se ha adaptado a esas situaciones, y preguntará por: Cambios importantes en los dos últimos años, si ha tenido alguna crisis, si está tenso o relajado la mayor parte del tiempo, qué le ayuda cuando está tenso. Para así poder ayudarlo a relajarse poco a poco y obtener una mejora.

Patrón 11: valores y creencias:

Los valores y las creencias hoy en día tienen una relevancia importante en nuestra vida, ya que depende de estos, tomamos decisiones que consideramos "buenas".

En el caso de las creencias, existe una gran variedad de religiones, por las cuales a veces tomamos cierta decisión pensando en que es lo correcto. En el caso de los y las enfermeras, se toma en cuenta las decisiones de los pacientes, así su decisión la halla tomado a base de sus creencias.

UNIDAD 4:

VALORACION DE LA SALUD.

Técnicas especiales de enfermería.

Lavado de manos clínico.

El lavado de manos es un proceso que las enfermeras deben realizar de forma rutinaria para prevenir la transmisión de infecciones asociadas a la atención de la salud. Si bien el lavado de manos clínico se puede enseñar y aprender fácilmente, es importante que las enfermeras comprendan su importancia. Las enfermeras son fundamentales para prevenir la propagación de infecciones y enfermedades en un entorno hospitalario. Lavarse las manos es un aspecto crítico del control de infecciones y una buena higiene. Es importante que todos, incluidas las enfermeras, estén más familiarizados con la importancia del lavado de manos y la forma correcta de lavarse las manos.

Las manos deben lavarse durante al menos 20 segundos con agua y jabón, utilizando una buena técnica de lavado de manos. Lavarse las manos con agua y jabón es la forma más eficaz de prevenir la propagación de infecciones. Las manos deben lavarse no solo antes y después de trabajar con pacientes, sino también al llegar al lugar de trabajo, al salir del lugar de trabajo, al salir a almorzar y al regresar al trabajo. No se deben usar geles para manos a base de alcohol ni antisépticos, ya que pueden causar irritación de la piel.

Los 5 momentos del lavado de manos:

1. Antes del contacto con el paciente. Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que usted tiene en las manos.
2. Antes de realizar una tarea limpia/aséptica. Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que puedan ingresar a su cuerpo, incluido sus propios gérmenes.
3. Después de una exposición a fluidos corporales y después de quitarse los

guantes: Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de gérmenes dañinos del paciente.

4. Después del contacto con el paciente: Realizar la higiene de las manos después de tocar al paciente o su entorno inmediato, cuando nos alejamos del paciente.

5. Después del contacto con el entorno del paciente.

Administración de medicamentos por vía oral.

Existen algunas vías por las cuales se pueden agregar un medicamento al cuerpo, sin embargo, la vía oral es la más utilizada ya que es la más fácil y muchas veces las personas suelen auto medicarse cuando sienten algún malestar en su cuerpo, aún que después tengan problemas de salud por ello.

Administración de medicamentos por vía intradérmica:

Como su nombre lo indica, es un medicamento por el cual consiste en la información de la dermis (Capa de tejido conjuntivo situada debajo de la epidermis y que con esta, forma la piel.) Estas inyecciones se utilizan más cuando se realizan pruebas cutáneas.

Administración de medicamentos por vía subcutánea:

Consiste en la aplicación de un producto farmacéutico en el tejido subcutáneo o tejido graso. En ningún caso serían más altas que 2.5 mL volúmenes de inyección SC mayores de 2 mL están asociados con varios problemas, incluido el dolor de inyección, así mismo existen además, reflujos de inyección solución

FACTORES QUE INFLUENCIAN EL DOLOR DE LA INYECCIÓN

Sitios de inyección:

Los sitios para inyecciones subcutáneas incluyen la parte superior de los brazos, el abdomen, las nalgas y los lados externos de muslo, Cuando se administran heparinas en el abdomen debe hacerse a 5cm del ombligo Esto es para evitar las venas umbilicales y reducir el riesgo de sangrado.

Técnica de aplicación:

- Primero se debe tener en cuenta que el calibre de la aguja
- El ángulo de inyección recomendado para las inyecciones subcutáneas son 90°.
- Teniendo en cuenta que esto depende de la cantidad de tejido subcutáneo y el tamaño de la aguja.

•Es vital minimizar cualquier riesgo de que el músculo siendo penetrado durante la inyección.

Administración de medicamentos vía intramuscular.

La inyección intramuscular es una técnica utilizada para administrar una medicación profundamente en el interior de los músculos.

Técnica en Z: Utiliza el desplazamiento lateral de las capas de la piel (colocando las yemas de los dedos presionando la piel del glúteo tirando hacia atrás y en esa área puncionar) para sellar eficazmente el fármaco en el músculo y evitar que este llegue a las capas superficiales de la piel.

Administración de medicamentos por vía intravenosa:

Se define como la instilación de sustancias líquidas directamente al torrente sanguíneo a través de una vena siendo esta de forma intermitente o continua.

Existen ciertas formas para la administración de medicamentos por vía intravenosa, las cuales se clasifican de acuerdo al tiempo de perfusión, volumen, y volumen plasmático alcanzado.

1. Administración intravenosa directa.
2. Administración intravenosa en perfusión intermitente.
3. Administración intravenosa en perfusión continua.

Valoración de la salud en el adulto:

La importancia de la valoración en el adulto, ha aumentado, ya que el índice de mortalidad se radica principalmente en estas personas, además de que les puede surgir alguna discapacidad, o son aquellas personas que también necesitan de mucha atención y cuidados.

Succión gástrica:

Éste es un procedimiento para vaciar los contenidos del estómago, y se introduce una sonda a través de su nariz o boca, bajando por el esófago, hasta el estómago, y uno de sus objetivos principales es establecer un medio de drenaje por aspiración o gravedad para eliminar líquidos y/o gases del aparato digestivo.

Lavado genital: Definición: Es el lavado de los genitales externos y la región perineal.

Enemas: Es la introducción de un catéter rectal a través del esfínter anal hasta el recto e introducir líquidos en forma lenta de por vía rectal.

Conclusión.

La importancia de conocer los 11 patrones funcionales de Marjory Gordon es de gran relevancia, ya que de éstos se obtiene información sobre el paciente que se requiere para saber sobre su estado de salud y su entorno, además de que nos ayuda a tener una mejor organización en cuanto a la organización de información y de pacientes que facilita un poco el trabajo de enfermería y ayuda a la prevención de riesgos y enfermedades.

Muchas veces la enfermedad de un paciente no solamente se puede curar con medicamentos, existen personas que se han enfermado por depresión, por preocupaciones, estrés y dificultades económicas con las que se presentan día con día, por eso también es necesario conocer su entorno y necesidades para así tener un resultado notorio de salud.

Por otra parte, cada enfermera/o debe de conocer las diferentes partes que existen para la administración de medicamentos, ya que en cada parte del cuerpo es distinto, al igual que su función e intensidad de dolor, por lo que era necesario saber en qué situaciones, a los cuantos centímetros o grados es necesario poner la aguja sobre la persona, por que por más simple que parezca, una simple inyección se puede convertir en alguna hemorragia o en alguna enfermedad grave.

BIBLIOGRAFÍA:

Antología otorgada por la institución UDS

<https://enfermeriamentalizate.wordpress.com/2014/06/24/patron-de-sueno-descanso/#:~:text=El%20patr%C3%B3n%20de%20sue%C3%B1o%2Ddescanso,su%20alteraci%C3%B3n%20para%20la%20salud>

<https://definicion.de/dermis/>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003882.htm#:~:text=Es%20un%20procedimiento%20para%20vaciar%20los%20contenidos%20del%20est%C3%B3mago>

https://es.m.wikipedia.org/wiki/Marjory_Gordon