

# UDS

## Mi Universidad

### Ensayo

*Nombre del Alumno: Víctor Daniel Juárez González*

*Nombre del tema: (Bases fisiológicas de la práctica de enfermería, cuidados básicos de enfermería)*

*Parcial: 1*

*Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería 1*

*Nombre del profesor: Rubén Eduardo Domínguez García*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en enfermería*

*Cuatrimestre: I*

## **BASES FISIOLÓGICAS DE LA PRÁCTICA DE ENFERMERÍA**

La aplicación del conocimiento de enfermería permite a la enfermera pensar de forma crítica sobre las necesidades holísticas de los pacientes. El conocimiento de enfermería tiene mucho que ver con la actividad y ejercicios por que ayudan a analizar, identificar, e intervenir cuando los pacientes tienen una tolerancia disminuida al ejercicio o limitaciones físicas.

El ejercicio es una actividad física destinada a condicionar el cuerpo, mejora la salud y mantener la formación física. A veces, se puede usar como una medida terapeuta. El programa individualizado de ejercicio para un paciente depende en gran medida de la tolerancia a la actividad del paciente o la clase y cantidad de ejercicio o actividad que la persona es capaz de realizar. Un estilo de vida activo es importante para mantener y promover la salud, también es esencial para el tratamiento de enfermedades crónicas. La actividad física y ejercicio regular favorecen el funcionamiento de todos los sistemas corporales, incluyendo la función cardiopulmonar, la forma musculo esquelética, el control de peso y mantenimiento.

Los factores que influyen en la actividad y el ejercicio incluyen cambios del desarrollo. La enfermería debe de tener en cuenta estas aéreas e incorporarlas en el plan de cuidado tanto si el paciente está buscando promover su salud. A lo largo de la vida el aspecto y el funcionamiento del organismo que se ven sometidos a cambios, el mayor cambio es sobre el proceso de maduración se observa en la niñez y en la vejez.

Los pacientes son más proclives a incorporar un plan de ejercicio en su vida cotidiana si para ello cuentan con el apoyo de familiares, amigos, enfermeras, proveedores de atención sanitaria y otros miembros del equipo de salud. Los pacientes están más abiertos a desarrollar un plan de ejercicio si se encuentran en el estadio de disposición para cambiar su comportamiento. Las decisiones de los pacientes para cambiar su conducta e incluir una rutina diaria de ejercicio en sus vidas pueden ir apreciando gradualmente a causa de información individualizada repetida que se ajusten a sus necesidades y estilo de vida.

**PROBLEMA DE ENTORNO:** Es una barrera común para muchos pacientes que es la falta de tiempo necesario para poner en práctica un plan de ejercicio diario.

El ejercicio y la buena forma física son beneficios para todo el mundo. Cuando se planifica un programa de condicionamiento físico para poblaciones culturalmente diversas, la enfermera debe tener en cuenta que es lo que motiva y que es lo que resulta apropiado y agradable.

**APOYO FAMILIAR Y SOCIAL:** El apoyo social se puede como instrumento motivador para animar y favorecer la realización de ejercicio y el mantenimiento de la condición física. Como los padres pueden prestar apoyo a sus hijos en la práctica de deportes y realización de actividades físicas.

## **HIGIENE:**

La higiene personal es importante para la comodidad, la seguridad y el bienestar del paciente. El cuidado higiénico incluye actividad de aseo y limpieza que ayudan a mantener un aspecto a ciclado y limpio del cuerpo del individuo. Las actividades de higiene personal es como , darse una ducha o un baño, lavarse los dientes con cepillo o hilo dental, lavarse y asearse el pelo , así como cuidarse las uñas, promueven la comodidad y la relajación del paciente y fomentan una auto imagen positiva, ayudan a mantener la piel sana y prevenir infecciones y como también enfermedades. E4xisten factores que influyen en las preferencias personales en lo que se refiere a la higiene y a la capacidad de llevar acabo practicas higiénicas con regularidad.

La higiene física y mental son dos necesidades básicas imprescindibles para que las personas vivan y se desarrollen en armonía con su entorno. Cuando estas se enferman los cuidados básicos de la higiene, por parte de la enfermera constituyen parte integral de programa total del tratamiento. Educar al paciente para que sea capaz de administrar su propia higiene o mejorar los hábitos adquiridos para así prevenir riesgos, complicaciones y fomentar hábitos de limpieza en casos necesarios.

**PREFERENCIAS PERSONALES:** Cada paciente tiene deseos y preferencias individuales sobre cuando llevar a cabo sus cuidados higiénicos y de aseo personal. Los pacientes seleccionan diferentes productos de higiene y cuidado personal según sus preferencias individuales por lo que se conoce estas preferencias que fomenta el cuidado más personalizado. El cuidado seguro y efectivo centrado en el paciente pone de relieve las preferencias individuales, permitir a los pacientes tomar decisiones cuando sea posible y fomenta la implicación y la independencia del paciente.



**IMAGEN CORPORAL:** La imagen corporal de una persona es la concepción subjetiva de su cuerpo, lo que influye sus aspectos físicos, estructura o función. Los pacientes con aspectos desalineados o no o no interesados en la higiene puede requerir educación relativa a la importancia de la higiene o una mayor valoración en lo que conciernen ala capacidad para participar en la higiene diaria.

## **OXIGENACION:**

El oxígeno es necesario para el mantenimiento de la vida. La función de los sistemas cardiacos y respiratorio es satisfacer las necesidades orgánicas corporales de oxígeno, la sangre se oxigena por medio de mecanismos de ventilación, perfusión, y tras poner gases respiratorios. La regulación neurológica y química que controla la frecuencia y profundidad de la respiración en respuesta a los cambios de la demanda tisular de oxígeno. El sistema cardiovascular proporciona los mecanismos de transporte para distribuir oxígeno a las células y los tejidos de cuerpo.

## **NUTRICION:**

La nutrición es un componente básico de salud y es indispensable para el crecimiento y el desarrollo normal, para mantener y reparar los tejidos, el metabolismo y la fusión de los órganos. El cuerpo humano necesita un suministro adecuado de nutrientes para el funcionamiento óptimo de las células. La seguridad alimentaria es de suma importancia para todos los miembros de un hogar. Eso significa que todos los miembros que viven en ese hogar tengan acceso a comida nutritiva, segura y suficiente para mantener un estilo de vida saludable; que la comida sea suficiente y que esté disponible de forma constante; y que haya recursos en el hogar para obtener una comida apropiada para una dieta nutritiva.

## **ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS:**

Es sabido que los medicamentos a pesar de que tienen una serie de investigaciones, antes de lanzarlos al mercado para el uso humano. Un fármaco nuevo de denomina "entidad molecular nueva "y están protegidas por leyes de patente. Esto significa que otros no pueden fabricar el fármaco, hasta que finaliza la protección de la patente. Al terminar la patente, otras compañías pueden fabricarlos utilizando el mismo proceso de producción u otro distinto. Estos productos de denominan fármacos genéricos y se venden a precios menores que los de patentes.

La enfermera debe ejercer su juicio profesional y aplicar tanto conocimientos como habilidades en toda situación en la administración de medicamentos.

## **TRATAMIENTOS Y CUIDADOS DE DOLOR :**

Dado que el dolor no es algo estático, sino dinámico, debe de realizarse su seguimiento junto con otros signos vitales. Algunas instituciones consideran el dolor como el quinto signo vital. La evaluación del dolor no es un simplemente número, sería imprudente basarse únicamente en esto. La capacidad de establecer un diagnóstico de enfermería, decir sobre la intervención disponible fundamentalmente de la interpretación temprana de los hechos y de la precisión en la valoración del dolor. El núcleo de esta compleja actividad es la exploración de la experiencia de dolor a través de los ojos del paciente. Las enfermeras utilizan una variedad de herramientas para evaluar el dolor.