



Cuadro sinóptico

Hugo Leonel Espinosa Hidalgo

Dx de 11 patrones de Marjory Gordon

Parcial 3

Fundamentos de enfermería 2

María del Carmen López Silba

Licenciatura en enfermería

Cuatrimestre 2

No. De patrón	Nombre del patrón	Como se valora	Dx de enfermería	Planificación	Fundamentación de la planificación	Ejecución	Evaluación
1	Percepción- manejo de salud	Hábitos higiénicos, vacunas, alergias. Conductas saludables, existencia o no de hábitos tóxicos. Accidentes o ingreso hospitalarios	<p>Dominio 1: promoción a la salud Clase 2: gestión de la salud Código 00162 disposición para mejorar la gestión de la propia salud</p> <p>Patrón de regulación e integración en la vida cotidiana de un régimen terapéutico para el tratamiento de la enfermedad y sus secuelas que es suficiente para alcanzar los objetivos relacionados con la salud y que puede ser reforzado R/C M/P manifiesta deseo de manejar la enfermedad (ejemplo prevención o tratamiento)</p>	<p>1.Actividades dirigidas para promover, modificar o potenciar hábitos y actitudes que conduzcan a formas de vida saludables</p> <p>2.Actividades para la prevención de aparición de enfermedades en cuanto a factores de riesgo y así detectarlas a tiempo</p>	Dado que la vida saludable es importante para preservar la salud es importante fomentar hábitos de vida que ayuden a mejorar la vida cotidiana y así tener un autocuidado y así notarlos a tiempo para mejor prevención	Dirigiéndome al paciente o responsable del mismo para así dar actividades de ayuda que sean posibles de llevar a cabo, por ejemplo buena alimentación, no fumar, llevar un tratamiento y chequeo de síntomas o en su caso de la enfermedad.	Paciente presenta mejoras en su estado de salud, se siente mejor, considera que su salud ha tenido un cambio debido a los hábitos seguidos de la planificación
2	Nutricional- metabólico	Valoración IMC, valoración alimenticia, alergias e intolerancias, recoger nº de comidas, tipo, hora, dieta. Alteraciones de la piel, uñas y pelo frágil, deshidratación, lesiones	<p>Dominio 2: nutrición Clase 1: ingestión Código 00001 desequilibrio nutricional: ingesta superior a las necesidades</p> <p>Aporte de nutrientes que excede las necesidades metabólicas R/C aporte excesivo en relación con la necesidades metabólicas M/P peso corporal en un 20% al ideal según la talla y constitución corporal</p>	<p>1.Actividad física como mínimo 3 veces por semana, dependiendo de la condición física de quien lo requiera se maneja la intensidad</p> <p>2. Otorgar un tríptico, plato del buen comer al paciente o responsable de él para mejorar hábitos alimenticios. O en su caso si se requiere otorgar una dieta balanceada en porciones de alimentos y tipos de comida</p>	Debido que la ingesta de alimentos en cantidades adecuadas es de gran importancia para evitar casos como la obesidad, diabetes es importante dar un fomento respecto al cuidado de ingesta alimenticia	Dar charlas a familia y paciente sobre los riesgos que conlleva una mala ingesta de alimentos, para así poder aconsejar el cuidado personal teniendo hábitos más sanos en la comida como una buena dieta o un buen manejo de las grasas no saludables	Se presentan mejoras en el paciente tales como un IMC más cercano al correcto, mayores hábitos de ingesta adecuados.
3	Eliminación	Intestinal: consistencia, frecuencia, dolor, presencia de sangre u otros, incontinencia. Urinaria: micción/ día características e incontinencias (sistemas de ayuda- pañales). Cutánea: sudoración excesiva	<p>Dominio 3: eliminación e intercambio Clase 2: función gastrointestinal Código 00196 motilidad gastrointestinal disfuncional</p> <p>Aumento, disminución, ineficacia o falta de actividad peristáltica en el sistema gastrointestinal R/C malnutrición M/P eliminación dificultosa de las heces</p>	<p>1. Fomentar una dieta especialmente para la mejor ingesta de nutrientes, como verduras, frutas, cereales y fibra</p> <p>2.Actividad física de 10 a 15 minutos al día</p>	Ya que la alimentación es de gran importancia para la mejora de la digestión y absorción de nutrientes así como también la actividad física ayuda y mejora el tránsito intestinal	Incentivar al paciente a la mejora de cuidados físicos y alimenticios explicándole los beneficios que estos tienen	Debido a los cambios que el paciente puso en práctica este presenta mejoras intestinales mayores evacuaciones menos dificultosas y mayor motilidad

4	Actividad- ejercicio	Estado cardiovascular, estado respiratorio, tolerancia a actividad, actividades cotidianas, estilo de vida, ocio y la actividad	<p>Dominio 1: promoción de la salud Calse1: toma de conciencia de la salud Código 00168 estilo de vida sedentario</p> <p>Expresa tener hábitos de vida que se caracterizan por un bajo nivel de actividad física R/C conocimientos deficientes sobre los beneficios del ejercicio físico para la salud M/P demuestra falta de condición física</p>	<p>1.Fomentar el ejercicio diario o practica de algún deporte</p> <p>2.Planificar una rutina de ejercicios que ayuden a la mejora de la condición física</p>	La actividad física diaria ayuda al mejoramiento del nivel físico, así como la prolongación de vida y reducir riesgos de enfermedades.	Fomentar al paciente sobre distintas actividades que puede realizar como caminar, trotar, correr o practicar algún deporte de su agrado teniendo en cuenta los beneficios que traerán en su vida y en su mejora física y mental.	El paciente presenta mayor movilidad, conocimientos y activación física de su cuerpo, menciona sentirse con más energía y productividad
5	Sueño-descanso	Tiempo dedicado y condiciones de lugar, exigencias laborales, uso de fármacos para dormir, consumo de sustancias estimulantes, ronquidos o apnea	<p>Dominio 4: actividad/reposo Clase 1: sueño/reposo Código 000095 insomnio</p> <p>Trastorno de la cantidad y calidad del sueño que deteriora el funcionamiento R/C ambientales: estrés (patrón de alta concentración antes del sueño), psicológicos: deterioro del patrón de sueño normal(viaje, trabajo a turnos) M/P expresa dificultad para conciliar el sueño</p>	<p>1.Realizar un pequeña rutina de ejercicio 1 hora antes de dormir y tener un lugar cómodo para dormir</p> <p>2. Realizar tiempos de meditación o relajación, tomar un baño relajante.</p>	Es importante tener una relajación y tranquilidad antes del sueño para as concebirlo más rápido y este sea eficaz tomando ciertas rutinas para mejorarlo	Fomentar prácticas de yoga, técnicas de relajación como la respiración. Recomendar en tener un espacio libre de estrés donde se mantenga la calma y así mantenerse tranquilo para relajarse y lograr el sueño	Presento mejoras en su horas de sueño y en su concentración para lograr el sueño, presenta menos estrés y mayor energía después del sueño.
6	Cognitivo-perceptivo	Nivel de consciencia, si puede leer y escribir, alteraciones cognitivas, perceptivas. Expresa y localiza dolor, alteraciones de conducta	<p>Dominio 10 principios vitales Clase 3: congruencia entre valores/creencias/acciones Código 00175 sufrimiento moral</p> <p>Respuesta a la incapacidad para llevar a cabo las decisiones/acciones éticas/morales elegidas R/C Perdida de autonomía M/P expresa angustia (culpa, frustración, ansiedad, dudas sobre sí mismo). Por la dificultad de actuar basándose en la propia elección moral</p>	<p>1.Realizar actividades de memoria, jugar juegos recreativos,</p> <p>2.Cambiar la rutina diaria para el manejo de las actividades en diferente orden</p>	La estimulación de conciencia y toma de decisiones es importante para la buena salud mental y percibir de mejor manera las cosas	Dar una charla a familia y paciente sobre la estimulación de conciencia a través de actividades de memoria las cuales ayuden en un cambio de rutina o en su caso a realizar actividades, y explicar el beneficio que se puede obtener si se llevan a cabo	El paciente presenta mejoría en percepciones en cuanto a toma de decisiones, tiene mejorías en cambio de rutinas y llevarlas a cabo de manera eficaz.
7	Auto percepción- Autoconcepto	Problemas con uno mismo, de autoimagen, conductuales. Datos de imagen: postura, patrón de voz, estado de ánimo, pasividad nerviosismo	<p>Dominio 6: auto percepción Clase 1: Autoconcepto Código 00121 trastorno de la identidad personal</p> <p>Incapacidad para mantener una percepción completa e integrada del yo</p>	<p>1.Realizar actividades como el mindfulness(tener tiempos de meditación para tener control de nosotros mismos, emociones y sentimientos)</p> <p>2. Contacto con el medio externo actividades como:</p>	La eficacia de percibirse a uno mismo a través de ciertas actividades que mantengan sola a la persona ayudara la tranquilidad a tener mayor ánimo y aclarar quien es uno mismo	Platicar con el paciente sobre métodos en los cuales pueda conocerse por sí mismo y mantenerse tranquilo y aclarar su yo a través de medios físicos como lo es el contacto con el exterior.	Paciente se puede notar con mayor ánimo y más entusiasmo con una conducta más tranquila y serena en donde se siente mejor consigo mismo.

			R/C trastornos psiquiátricos(psicosis, depresión, trastorno disociativo) M/P incertidumbre sobre los valores ideológicos(creencias, religión y cuestiones morales)	caminar, andar en bicicleta.			
8	Rol-relaciones	Familia, apoyo familiar, grupo social, trabajo o escuela	Dominio 12: confort Clase 3: confort social Código 00053 aislamiento social Soledad experimentada por la persona y percibida como negativa o amenazadora e impuesta por otros R/C incapacidad para establecer relaciones personales satisfactorias M/P objetivas: no se comunica, subjetivas: inseguridad en publico	1. Realizar actividades en conjunto ya sea con amigos o familia tales como ir de campo. 2. Otorgar conferencias o charlas a padres o familia sobre la afectividad entre ellos	Es importante mantenerse al tanto de manifestaciones antisociales para así dar apoyo emocional y afecto hacia la persona.	Charlando con la familia o responsable del paciente en donde se le explique los cuidados o actividades por hacer, y explicar beneficios que están traen al paciente.	Presenta mejoras en cuestión en cuanto al estado de ánimo, se presenta más seguro con la disponibilidad de enlazar relaciones.
9	Sexualidad-reproducción	Menarquia y ciclo menstrual, menopausia, métodos anticonceptivos, embarazo, abortos. Problemas o cambios en relaciones sexuales	Dominio 9: afrentamiento/tolerancia al estrés Clase 1: respuestas postraumáticas Código 00142 síndrome del trauma posviolacion Persistencia de una respuesta desadaptada a una penetración sexual forzada, violenta, contra la voluntad de la víctima y sin su consentimiento R/C violación M/P disfunción sexual, trauma físico	1. Fomentar pláticas de sexualidad así como de métodos anticonceptivos como denuncias sobre violación, its etc. 2. Otorgar un control de bienestar para adultos y niños en donde manifiesten si han sido víctimas de abuso	Es importante fomentar pláticas de sexualidad para el cuidado físico y psicológico de las personas para que estas mismas tengan conciencia y sepan actuar de manera correcta.	Planificar cuidados sexuales, charlas sobre traumas físicos y presentarlos al paciente para que este mismo sepa cómo actuar y que hacer en un caso como violación o alguna enfermedad de transmisión sexual	Se manifiestan mejoras en cuanto a los traumas física, el paciente demuestra más seguridad en sí. Presenta menos preocupaciones.
10	Adaptación-tolerancia al estrés	Situaciones estresantes sufridas, si era tenso o relajado la mayor parte del tiempo, si cuenta sus problemas a alguien cercano	Dominio 9: afrentamiento/tolerancia al estrés Clase 2: respuestas de afrontamiento Código 00177 estrés por sobrecarga Excesiva cantidad y tipo de demandas que requieren acción R/C coexistencia de múltiples agentes estresantes(amenazas, demandas físicas,	1. Uso de factores des estresantes como realizar ejercicio, meditación. 2. Dar platicas motivacionales a público en general	Todo será de gran ayuda para quitar u olvidar un poco ciertos agentes estresantes del día a día en los cuales cada actividad realizada tendrá un buen impacto dentro del estrés.	Platicar con el paciente y familia sobre métodos que pueden ayudar al paciente en su mejora de estrés para que es realice ciertas actividades y están ayuden a la mejoría.	Paciente presenta mejoría desestresante, se siente más tranquilo y menos agobiado, presenta mejoría en la resolución de sus agentes estresantes.

			amenazas/ demandas sociales)				
11	Valores-creencias	Posee `planes de futuro, satisfacción en la vida, religión, preocupaciones relacionadas con la vida, muerte, dolor	<p>Dominio 10: principios vitales Clase 1: valores Código 00185 disposición para mejorar la esperanza</p> <p>Patrón de expectativas y deseos para movilizar energía en beneficio propio que es suficiente para el bienestar y que puede ser reforzado R/C M/P expresa deseos de mejorar el sentimiento de significado de su vida</p>	<p>1.Fomentar charlas de conciencia personal para mejora de valores</p> <p>2. Fomentar actividades que ayuden a la toma de conciencia para ciertas creencias</p>	La toma de conciencia ayudara a saber y expresar sus deseos de vida y planes a futuro y así mejorar el significado de su vida	Ayudando al paciente con charlas motivadoras que incentiven la mejora de conciencia y mejora de su vida	El paciente manifiesta mejora en su estilo de pensamiento, actitud y señala que se siente mejor consigo mismo encontrando cada vez más el sentido de su vida

BIBLIOGRAFIA

<https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/promocion-de-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos>