



**Mi Universidad**

**PAE**

*Nombre del Alumno: Yeyry Arlen Ramirez Roblero*

*Nombre del tema: PAE, con valoración de Marjory Gordon*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería*

*Nombre del profesor: María del Carmen López Silba*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre:2*

N o.	PATRÓN	VALORACIÓN	DIAGNÓSTICO DE ENFERMERÍA	PLANIFICACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	EJECUCIÓN	EVALUACIÓN
1	PERCEPCIÓN MANEJO DE LA SALUD	-Hábitos higiénicos, vacunas, alergias, conductas saludables, existencia o no de hábitos tóxicos, accidentes o ingresos hospitalarios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Dominio 1: Promoción de la salud</li> <li>❖ Clase 2: Gestión de la salud</li> <li>❖ Código (00099): Mantenimiento infeccionado de la salud.</li> <li>❖ Incapacidad para manejar, o buscar ayuda para mantener el bienestar.</li> <li>❖ R/C: Toma de decisiones deterioradas</li> <li>❖ M/P: Falta de interés en mejorar los comportamientos de la salud.</li> </ul>	<p>-Dar orientación sobre toma de conciencia de la salud.</p> <p>-Charlas, proporcionará trípticos</p> <p>-Enseñar vídeos</p> <p>-Apoyo emocional.</p>	De esta manera el paciente mejorará su salud, se realiza esta actividad para que el paciente tenga un control en el manejo adecuado de su salud.	*se programará la plática para apoyo a la persona, familia o individuo. *se acude a la cita con el material y personal, quién dará el apoyo emocional(psicología).	El paciente recibe la plática, se observa motivado, agradecido, por la información, mencionará que iniciará con un poco de actividad física y mejorará hábitos alimenticios.
2	NUTRICIÓN METABÓLICO	-Valoración IMC, Valoración de alimentación, alergias, comidas, dietas, alteraciones de la piel, uñas y peso.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Dominio: 2 Nutrición-Metabólico</li> <li>❖ Clase 4: Metabolismo</li> <li>❖ Código (00296): Riesgo del síndrome metabólico.</li> <li>❖ Susceptible a desarrollar una serie de síntomas que aumentan el riesgo de enfermedad cardiovascular y diabetes mellitus tipo2 que pueden comprometer la salud.</li> <li>❖ R/C: personas con antecedentes familiares de diabetes mellitus o hipertensión.</li> </ul>	<p>-Caminar 30 minutos diarios</p> <p>-Evitar el consumo de bebidas azucaradas</p> <p>- mejorar la alimentación</p> <p>-Aumentar el consumo de agua.</p>	*se recomienda esta actividad para que el paciente tenga un mejor metabolismo, las actividades ya mencionadas van a contribuir a que las enfermedades por puedan ir controlándose con estas prácticas de fomento a la salud que los benefician.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Dar plática de manera personal y enseñarle el plato del buen comer, a través de una maqueta</li> <li>❖ Mejorar su autoestima</li> <li>❖ Apoyo emocional y psicológico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* El paciente toma conciencia de su salud.</li> <li>* Comenta que llevará a cabo un régimen de alimentación acompañado de rutina de caminar diario y consumo de agua de acuerdo a lo que requiera.</li> </ul>

3	ELIMINACIÓN	<p>Valorar el patrón habitual de evacuación urinaria e intestinal: frecuencias, características, sudoración, hemorroides, deposiciones involuntarias, control de esfínteres. Problemas de micción, sangre o dolor en las heces, uso de laxantes, sistemas de ayuda, ostomías.</p>	<p>*Dominio 3: Eliminación e intercambio.          *Clase 2: Función gastrointestinal.          *Código (00011): Estreñimiento          *Disminución de la frecuencia normal de defecación, acompañada de eliminación dificultosa o incompleta de heces.          *R/C: cambios en los hábitos alimentarios, Disminución de la motilidad gastrointestinal, ingestas de líquidos insuficiente.          *M/P: Disminución del volumen de las heces, Dolor y esfuerzo excesivo en la defecación, indigestión.</p>	<p>-Tomar la cantidad adecuada de agua          -Evitar alimentos con exceso de grasa o que provoquen irritación abdominal          -Alimentarse sanamente.          -Consumir alimentos ricos en fibra.</p>	<p>Al realizar estas actividades se logra regular los procesos metabólicos en el cuerpo, con lo cual el paciente podrá mejorar en gran medida su salud</p>	<p>-Realizar una charla de salud con énfasis en una buena alimentación en donde se le enseña al paciente a combinar adecuadamente los alimentos para una buena digestión          -Indicarle que tome 2 litros de agua, al día (por lo menos).</p>	<p>El paciente mejora su salud gastrointestinal al ingerir más líquidos en su dieta, y balanceó su alimentación con la cual se puede prevenir el estreñimiento y el dolor al defecar.</p>
4	ACTIVIDAD Y EJERCICIO	<p>Valoración del estado cardiovascular: isquemia, arritmia, PA anormal. Valoración del estado respiratorio: disnea, fatiga, tos nocturna, ambiente ecológico, debilidad, cansancio, estilo de vida, disnea, taquicardia.</p>	<p>-Dominio 4: Actividad/Reposo          -Clase 4: Respuestas cardiovasculares/pulmonares          -Código (00298): Disminución de la tolerancia a la actividad.          -Resistencia insuficiente Para completar las actividades diarias, requeridas o deseadas.          -R/C: Disminución de la fuerza muscular.          -estilo de vida sedentario, -síntomas depresivos o desnutrición.          -M/P: Debilidad generalizada, expresa fatiga, disnea de esfuerzo.</p>	<p>-Respirar adecuadamente          -realizar ejercicios          -mejorar hábitos sedentarios          -practicar la relajación y meditación.</p>	<p>Una práctica de ejercicios ayudará a nuestro cuerpo a tener mejor vitalidad, en conjunto con ejercicios de relajación y respiración evitaremos el desequilibrio físico y mental, el sedentarismo o las enfermedades que alteran este patrón.</p>	<p>-Organizar una rutina de ejercicios al aire libre y realizar ejercicios respiratorios, practicando ejercicios que no le dificulten o le provoquen dolor al paciente.          -mantenerse activos teniendo una lista de que hacer, para evitar el sedentarismo.</p>	<p>El paciente toma en cuenta las indicaciones y comienza a mejorar sus hábitos, realiza ejercicios respiratorios, y poco a poco incrementando su vitalidad muscular.</p>
5	SUEÑO-DESCANSO	<p>Valora la calidad y cantidad del sueño y descanso, ayudas para dormir (medicación, rutinas), ansiedad, estrés, depresión, hora de acostarnos,</p>	<p>*Dominio 4: Actividad/Reposo          *Clase I: Sueño/Reposo          *Código (00095): Insomnio          *Trastorno de la cantidad y calidad del sueño que deteriora el funcionamiento.          R/C: Factores estresantes, ansiedad.</p>	<p>-tomar medidas adecuadas para lograr un buen descanso          -Ayudar a eliminar situaciones estresantes antes de ir a dormir. (elijo esta actividad para que</p>	<p>Se recomiendan estas medidas porque son las adecuadas para que una persona logre un descanso y sueño reparador y para alcanzar</p>	<p>-Ayudar a eliminar situaciones estresantes antes de ir a la cama mediante la realización de ejercicios de meditación, como respiraciones</p>	<p>El paciente ha logrado descansar mejor gracias a las medidas que toma antes de ir a dormir, evita dormirse con tensiones estresantes, lee libros, muestra</p>

		dificultad para conciliar el sueño, insomnio, somnolencia diurna, disminución de la capacidad, confusión o cansancio.	M/P: Dificultad para conciliar el sueño, energía insuficiente por sueño no reparador, trastorno del sueño que produce consecuencias al día siguiente.	el paciente mejore su estado de salud).	un buen rendimiento, sobre todo el control emocional es el fin que estas actividades tienen, son hábitos que mejoran la alteración de este patrón.	profundas, realizar una lectura de su agrado, dormir con el estómago vacío, apagar las luces y evitar ruido, tomar agua. -Animar al paciente a que establezca una rutina a la hora de ir a acostarse para facilitar la transición del estado d vigilia al sueño.	una conducta más saludable, Duerme sus horas adecuadas.
6	COGNICIÓN -PERCEPTIVO	Valora alteraciones perceptivas; taquipnea, intensidad del dolor, dificultad de aprendizaje, conflicto de decisiones, alteración del pensamiento, problemas de audición, de visión, de olfato, de gusto o sensibilidad táctil, si puede leer y escribir.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Dominio 5: Percepción/Cognitivo</li> <li>❖ Clase 4: Cognición</li> <li>❖ Código (00279): proceso de pensamiento perturbado</li> <li>❖ Interrupción en el funcionamiento cognitivo que afecta a los procesos mentales, involucrados en el desarrollo de conceptos y categorías, el razonamiento y la resolución de problemas.</li> <li>❖ R/c: Desorientación por factores estresantes</li> <li>❖ M/P: capacidad limitada para tomar decisiones.</li> </ul>	-Estimular su cerebro con actividades que pongan a prueba su desarrollo cognitivo. -entrenamiento de la memoria	-La estimulación cerebral, puede prevenir el deterioro cognitivo y ayuda a preservar la función cerebral -El entrenamiento de la memoria y otras prácticas pueden ayudar a mejorar su función cognitiva.	-Jugar juegos con el paciente, tocar un instrumento, indicar al paciente una lectura de algún libro de su preferencia, hacer las actividades que más disfruta, escuchar música. -realizar actividades de fomento a la lectura o pedirle que haga un dibujo.	El paciente logra desarrollar sus capacidades cognitivas al ponerlas a prueba, memoriza párrafos, resuelve acertijos, toma decisiones saludables, tiene una mente más clara y objetivos a futuro, comprende y memoriza mejor.

7	<p><b>AUTOPERCEPCIÓN-AUTOCONCEPTO</b></p>	<p>Valora la percepción que el cliente tiene de sí mismo (problemas con su imagen corporal, identidad personal, autoestima, sentido general de valía), postura, movimiento corporal, el contacto visual, tono de voz, tipo de habla, nerviosismo, ansiedad, tensión muscular, mareos, hipoventilación, miedo al rechazo.</p>	<p>-Dominio 6: Autopercepción          -Clase I: Autoconcepto          -Código (00167): Disposición para mejorar el autoconcepto.          - Patrón de percepciones o ideas sobre el yo, que puede ser reforzado          -M/P: aceptación de las fortalezas, confianza en las propias habilidades, deseo de mejorar el autoconcepto.</p>	<p>*fortalecer el autoconcepto, tomando en cuenta el respeto a la dignidad e identidad propia          *orientar a la persona a que se acepte tal y como es, a quererse con respecto. (esta actividad fomenta la cognición, el conocimiento, pero es uno de los 4 aspectos fundamentales de la autoestima)</p>	<p>La autopercepción y las atribuciones forman parte de la cognición de las personas, permite verse a sí mismos como la realidad que los rodea, permite la valoración de cuestiones propias la cual forma parte fundamental para tener un buen autoestima y autoimagen propias.</p>	<p>-mediante una ayuda psicológica ayudar al paciente a asesorarse en cómo mejorar su autoconcepto.          *ser más flexible consigo misma y con los demás.          *revisar sus metas          *No observar solo lo negativo          *cuidar lo que se dice a sí misma          *Quererse mejor          *empezar a acercar tu yo ideal a tu yo real          *aprender a perder.</p>	<p>El paciente se siente más orientado, reconoce sus aptitudes y sus valores, su autoestima va mejorando, se acepta tal y como él es, y presenta una mejor vitalidad en su salud.</p>
---	---	--	---	--	---	--	---

8	ROL-RELACIONES	Valora la comunicación e interacción social, rol en la familia y si este está o no alterado, problemas familiares, dependencia de alguna persona, apoyo de los familiares, si tiene amigos, si pertenece a algún grupo social, con quien vive, si se siente bien, si le va bien en el trabajo, la escuela o en su vida personal.	<p>*Dominio 7: Rol/Relaciones.</p> <p>*Clase 2: Relaciones Familiares</p> <p>*Código (00063) Procesos familiares disfuncionales</p> <p>-Funcionamiento familiar que no apoya el bienestar de sus miembros.</p> <p>*R/C: Habilidades inadecuadas para la resolución de problemas</p> <p>*M/P: Disminución de la capacidad de los miembros de la familia para relacionarse entre sí para el crecimiento y la maduración mutuos.</p>	<p>*mejorar la relación en la familia</p> <p>*Fortalecer los lazos</p> <p>*Compartir y pasar más tiempo en familia.</p>	El propósito de estas actividades es mejorar las relaciones familiares. esta actividad fomenta la comunicación y convivencia. Contribuye a una comunicación armónica.	<p>*mediante una orientación psicológica, orientar al paciente a que recuerde a su familia cuanto los ama.</p> <p>*Buscar tiempo para compartir</p> <p>*Realizar juegos familiares</p> <p>*Practicar algún deporte en familia o realizar ejercicios juntos.</p> <p>*intentar comer a la misma hora.</p>	el paciente se motiva y menciona que si va a realizar estas actividades para mejorar la comunicación y relación con su familia.
9	SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN	Se valora el estado reproductivo en las mujeres, premenopausia o postmenopausia, número de hijos, abortos, trastorno en las relaciones sexuales, menarquia, menopausia, enfermedades de la próstata, disfunciones sexuales, autoexamen de mama.	<p>-Dominio 8: sexualidad</p> <p>-Clase 3: Reproducción</p> <p>-Código (00208): Provisión para mejorar el proceso de maternidad</p> <p>- patrón de preparación y mantenimiento de un embarazo, parto y cuidado del recién nacido saludables, que pueden ser reforzado.</p> <p>-M/P: Expresa deseo de mejorar el conocimiento sobre el proceso de maternidad.</p>	<p>*Tener el conocimiento necesario para la alimentación del lactante.</p> <p>*Enseñarle como cuidar un recién nacido</p>	Mediante esta actividad se plantea instruir a la paciente a que tome medidas que contribuyan al buen desarrollo de su bebe y la buena salud de ella.	<p>Mediante una plática...</p> <p>*realizar los cursos de cuidado apropiado de las mamas.</p> <p>*proporcionar un entorno seguro para el lactante.</p> <p>*Después del alumbramiento informa de un estilo de vida apropiado (dieta, eliminación, sueño, movimiento corporal, ejercicio, higiene personal).</p> <p>Maternidad</p> <p>*Darle trípticos para el baño, lactancia o cuidado</p>	La paciente logra adquirir nuevos conocimientos acerca de la maternidad y asegura que va a implementar esa técnica saludable para ella y su bebé.

						adecuado a su bebé.	
10	ADAPTACIÓN, TOLERANCIA AL ESTRÉS	Se valora las habilidades para controlar factores estresantes, uso de tranquilizantes, si ha tenido alguna crisis, si tiene alguien de confianza. no es capaz de afrontar situaciones difíciles.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dominio 9: Afrontamiento/tolerancia al estrés</li> <li>➤ Clase 2: Respuesta de afrontamiento</li> <li>➤ Código (00177): Respuesta de sobrecarga</li> <li>➤ Excesiva cantidad y tipos de demandas que requieren acción.</li> <li>➤ R/C: Factores estresantes.</li> <li>➤ M/P: tensión, deterioro del funcionamiento, sensación de presión.</li> </ul>	<p>*Mejorar la salud mental</p> <p>* hacer ejercicio con regularidad</p> <p>*tomar tiempo para hacer actividades relajantes que disfruta</p> <p>*Mantenerse en contacto con personas que le pueden proporcionar apoyo emocional y de otra índole.</p> <p>*invitarle a aprovechar el día y a no estar turbado.</p>	Hacer ejercicio al aire libre, realizar lo que nos apasiona, relajarnos al pasar tiempo con amigos o familiares, son actividades que evitan la ansiedad o el estrés, organizarnos bien evita que nos estresemos tanto.	<p>*Invitar al paciente a que acuda a un profesional de salud emocional.</p> <p>*tomarse el tiempo para leer, hacer yoga, jardinería.</p> <p>*realizar por lo menos una caminata de solo 30 minutos para levantarle el ánimo y reducir el estrés.</p> <p>*mantenerse ocupado en algo que le guste realizar.</p>	El o la paciente muestra una firme seguridad en querer mejorar su salud, regresa motivado/a y afirma que va a poner en práctica los consejos de salud.
11	VALORES Y CREENCIAS	Valora los valores y creencias, tradiciones familiares, planes al futuro, si está contento con su vida, expectativas respecto a su salud, pertenecía a alguna religión, preocupación es relacionadas con la vida y la muerte, el dolor o la enfermedad, tiene conflicto con sus creencias,	<p>*Dominio 10: Principios vitales</p> <p>*Clase 3: congruencia entre valores</p> <p>*Código (00171): voluntad de mejorar la religiosidad.</p> <p>*patrón de confianza en las creencias, participación en los rituales de una tradición de fe que puede ser reforzado</p> <p>*M/P: Expresa el deseo de mejorar las costumbres religiosas los patrones de creencias abrazadas en el pasado.</p>	<p>*mejorar la práctica de una vida con valores cristianos.</p> <p>*acudir a las reuniones en una iglesia y credo la que se pertenece.</p> <p>*practicar actividades espirituales que permitan la interacción con las demás personas.</p>	La espiritualidad es sin duda el factor que engloba y en el cual se relacionan la salud mental física y social, con ella se logra el bienestar integral del cuerpo y del alma. Para un paciente la conexión con Dios es sin duda alguna el factor más importante para tener una muy buena salud.	<p>*invitar a que el paciente participe en las actividades de su congregación</p> <p>*Instruir al paciente a la mejora de su salud espiritual a través de la confianza en Dios</p>	El paciente religioso refuerza su fe, expresa una manera más bondadosa de vida y mediante ello logra una mejor salud.

		problemas para sus prácticas religiosas.					
--	--	--	--	--	--	--	--

## Bibliografía

11 Patrones funcionales de Marjory Gordon

NANDA

.

UDS, a. (2023). *fundamentos de enfermería*.



