

N.º DE PATRÓN	NOMBRE DEL PATRÓN	CÓMO SE VALORA	DX DE ENFERMERÍAS	PLANIFICACIONES	Fundamentación DE PLANIFICACIÓN	EJECUCIONES	EVALUACIONES
1	PERCEPCIÓN-MANEJO DE LA SALUD	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hábitos higiénicos.</li> <li>Vacunas.</li> <li>Alergias.</li> <li>Conductas saludables.</li> <li>Existencia o no de hábitos tóxicos.</li> <li>Accidentes o ingresos hospitalarios.</li> </ul>	<p>DOMINIO 01: Promoción de la salud CLASE 01: Toma de consciencia de la salud.</p> <p><b>00168: ESTILO DE VIDA SEDENTARIO</b></p> <p>Expresa tener hábitos de vida que se caracterizan por un bajo nivel de actividad física. <b>R/C:</b> Conocimientos deficientes sobre los beneficios del ejercicio físico para la salud. <b>M/P:</b> Elige una rutina diaria con falta de ejercicio físico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Informar al paciente del propósito y beneficios de la actividad física.</li> <li>Enseñanza al paciente de la actividad y ejercicio.</li> <li>Fomento del ejercicio.</li> </ul>	La actividad física, nos ayudara a prevenir el desarrollo de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares. La práctica regular de actividad física no solo previene su desarrollo, si no contribuye al buen control de la enfermedad, cuando la misma ya se encuentra instalada.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayudar al paciente a incorporar la actividad/ejercicio en su rutina diaria. Para su mejoramiento del usuario</li> </ul>	El paciente comienza a integrar actividades recreativas y físicas en su vida cotidiana. Y empieza a tomar forma los resultados esperados
2	NUTRICION AL – METABÓLICO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoración IMC.</li> <li>Valoración alimentación.</li> <li>Alergias e intolerancias.</li> <li>Recoger N.º de comidas (tipo, hora, dieta).</li> <li>Alteraciones de la piel (uñas y pelo frágil).</li> <li>Deshidratación, lesiones.</li> </ul>	<p>DOMINIO 02: Nutrición. CLASE 01: Ingestión.</p> <p><b>00233: SOBREPESO.</b></p> <p>Problema en el cual un individuo acumula un nivel de grasa anormal o excesivo para su edad y sexo. <b>R/C:</b> Conducta sedentaria durante &gt; 2 horas/día. <b>M/P:</b> Adulto IMC &gt; 25 kg/m2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar campañas para una alimentación balanceada, fomentando el plato del buen comer.</li> <li>Informar las consecuencias que conlleva la obesidad.</li> <li>Brindar control de IMC del paciente.</li> <li>Fomentar actividades físicas.</li> </ul>	El sobrepeso es una acumulación excesiva de grasa producida por una alimentación desequilibrada. Para identificarla, se calcula el IMC. Una alimentación balanceada y actividad física regular influirá en la disminución de la obesidad, ya que es una afección que actúa como factor de riesgo de desarrollar otras enfermedades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brindar plan de alimentación adecuada mantenerse saludable.</li> <li>Animar al paciente a establecer metas realistas de pérdida de peso. Y empieza a tener forma esperada de los resultados</li> </ul>	Se somete a control nutricional (dieta saludable) y perdió 2 kg de peso en 1 un mes. Se van haciendo los grandes cambios en el usuario
3	ELIMINACIÓN	<p>Intestinal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Consistencia</li> <li>Frecuencia</li> <li>Dolor</li> <li>Presencia de sangre u otros.</li> <li>Incontinencia.</li> </ul> <p>Urinaria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Micción/día</li> <li>Características y problemas de la micción, incontinencias. (sistemas de ayuda: pañales)</li> </ul> <p>Cutáneo: sudor excesivo.</p>	<p>DOMINIO 03: Eliminación e intercambio. CLASE 02: Función gastrointestinal.</p> <p><b>00011: ESTREÑIMIENTO.</b></p> <p>Disminución de la frecuencia normal de defecación, acompañada de eliminación dificultosa o incompleta de heces y/o eliminación de heces excesivamente duras. <b>R/C:</b> Deshidratación. <b>M/P:</b> Disminución del volumen de las heces, dolor abdominal, heces duras.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promoción de hábitos de vida saludables basados en tres pilares: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dieta saludable rica en fibra.</li> <li>➤ Ingesta hídrica adecuada: 1,5-2 L.</li> <li>➤ Vida activa: ejercicio de forma regular</li> </ul> </li> <li>Fomentar el ejercicio.</li> </ul>	El estreñimiento es el tránsito difícil o infrecuente de materia fecal, el aumento de la dureza de esta o una sensación de evacuación incompleta. El objetivo es lograr la eliminación intestinal normal y sin dificultad, previniendo un estreñimiento crónico, inclusive más complicaciones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Administrar laxantes o enema evacuante.</li> <li>Enseñar al paciente y/o familia a mantener un diario de comidas. Como debe ser y correctas</li> </ul>	Esta respondiendo a hábitos de tomas de agua de 3 Litros por día. Incluye fibra en su alimentación. Y sea la adecuada para el paciente

4	ACTIVIDAD-EJERCICIO	<p>Valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Estado cardiovascular.</li> <li>Estado respiratorio.</li> <li>Tolerancia a la actividad.</li> <li>Actividades cotidianas.</li> <li>Estilo de vida.</li> <li>Ocio y actividades.</li> </ul>	<p>DOMINIO 04: Actividad/reposo. CLASE 04: Respuestas cardiovasculares/pulmonares.</p> <p><b>00029: DISMINUCIÓN DEL GASTO CARDÍACO</b></p> <p>La cantidad de sangre bombeada por el corazón es inadecuada para satisfacer las demandas metabólicas del organismo. <b>R/C:</b> Alteraciones de la frecuencia cardiaca. <b>M/P:</b> Bradicardia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brindar cuidados cardiacos.</li> <li>Regulación hemodinámica.</li> <li>Fomento de la actividad física.</li> </ul>	<p>El control hemodinámico ayudara a prevenir la disminución de sangre bombeada por el corazón. Puesto a que si el corazón no bombea la suficiente sangre muchas de las necesidades del cuerpo no podrán satisfacerse.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Monitorizar los signos vitales con frecuencia.</li> <li>Enseñar a comunicar y describir las palpitations y el dolor: <ul style="list-style-type: none"> <li>Comienzo</li> <li>Duración</li> <li>Factores precipitantes</li> <li>Localización,</li> <li>Intensidad</li> </ul> </li> <li>Ayudar al paciente a que incluya actividad física.</li> </ul>	<p>El paciente participa en el programa de rehabilitación cardiaca prescrito.</p> <p>Participa en el ejercicio recomendado.</p> <p>Identifica los parámetros normales de palpitations.</p>
5	SUEÑO Y DESCANSO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tiempo dedicado y condiciones del lugar.</li> <li>Exigencias laborales.</li> <li>Uso de fármacos para dormir.</li> <li>Consumo de sustancias estimulantes.</li> <li>Ronquidos</li> <li>Apnea</li> </ul>	<p>DOMINIO 04: Actividad/reposo. CLASE 01: Sueño/reposo.</p> <p><b>00095: INSOMNIO</b></p> <p>Trastorno de la cantidad y calidad del sueño que deteriora el funcionamiento. <b>R/C:</b> Factores estresantes. <b>M/P:</b> Dificultad para conciliar el sueño.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar mejoras del sueño.</li> <li>Brindar talleres de aprendizaje de relajación.</li> <li>Brindar terapia para reducir los pensamientos negativos.</li> </ul>	<p>Los pensamientos negativos contribuyen provocando estrés, por ello se recurre a factores de relajación que permiten la disminución de estrés y aumentando un sueño de buena calidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayudar al paciente a eliminar las distracciones y situaciones estresantes antes de irse a la cama.</li> <li>Explicar el fundamento de la relajación y sus beneficios, límites y tipos de relajación. (música, meditación, etc.,) e inducir conductas para producir relajación.</li> </ul>	<p>El paciente presenta mejora de sueño moderado (6-7) horas.</p> <p>Antes de dormir el paciente integra técnicas de relajación.</p>
6	COGNITIVO-PERCEPTUAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nivel de consciencia.</li> <li>Si puede leer o escribir.</li> <li>Alteraciones cognitivas.</li> <li>Alteraciones perceptivas.</li> <li>Expresa y localiza dolor.</li> <li>Alteraciones en la conducta.</li> </ul>	<p>DOMINIO 05: Percepción-cognición. CLASE 04: Comunicación.</p> <p><b>00051: DETERIORO DE LA COMUNICACIÓN VERBAL</b></p> <p>Capacidad reducida, retardada o ausente para recibir, procesar, transmitir o usar un sistema de símbolos. <b>R/C:</b> Condiciones emocionales. <b>M/P:</b> Negatividad voluntaria a hablar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Monitorización neurológica.</li> <li>Fomentar la comunicación: déficit del habla.</li> <li>Evaluar la comunicación de forma directa e indirecta a través de una charla y a base de una encuesta.</li> </ul>	<p>Establecer mecanismos de comunicación y entrenamiento de la memoria, desde el nivel psicológico permitirá que el paciente se desarrolle socialmente con menos dificultad. Viendo beneficiada el habla.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrenamiento de la memoria.</li> <li>Brindar apoyo emocional: escuchar y animarlo.</li> <li>Realizar terapias de lenguaje- habla prescritas durante los contactos informales con el paciente.</li> </ul>	<p>El paciente demuestra mejoras en la capacidad de expresarse.</p> <p>El paciente usa el lenguaje hablado.</p>

7	AUTOPERCEPCIÓN Y AUTOCONCEPTO	<p>Valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemas con uno mismo.</li> <li>• Problemas de autoimagen.</li> <li>• Problemas conductuales.</li> </ul> <p>Datos de imagen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Postura</li> </ul> <p>Patrón de voz, estado de ánimo, pasividad. nerviosismo.</p>	<p>DOMINIO 06: Autopercepción. CLASE 01: Autoconcepto.</p> <p><b>00124: TRASTORNO DE LA IDENTIDAD PERSONAL</b></p> <p>Incapacidad para mantener una percepción completa e integrada del yo. <b>R/C:</b> Autoestima baja. <b>M/P:</b> Alteración de la imagen corporal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potenciación de la autoestima</li> <li>• Potenciación imagen corporal.</li> </ul>	<p>La opinión que tenemos de nosotros mismos, se trata de una apreciación subjetiva acerca de nuestra valía. Aprender a aceptarnos nos ayudara a prevenir alteraciones como depresión o ansiedad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar apoyo emocional: escuchar, animarlo a identificar sus fortalezas.</li> <li>• Ayudar a la paciente a separar el aspecto físico de los sentimientos de valía personal.</li> <li>• Ayudar a la paciente a manifestar sentimientos positivos sobre su cuerpo.</li> <li>• Ayudar al paciente a pasar más tiempo consigo mismo.</li> </ul>	<p>El paciente presenta más confianza en sí mismo.</p> <p>El paciente presenta avances en amor propio y aceptación corporal.</p>
8	ROL Y RELACIONES	<p>Valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Familia.</li> <li>• Apoyo familiar.</li> <li>• Grupo social.</li> <li>• Trabajo o escuela.</li> </ul>	<p>DOMINIO 07: Rol/relaciones. CLASE 02: Relaciones familiares.</p> <p><b>00063: PROCESOS FAMILIARES DISFUNCIONALES</b></p> <p>Las funciones psicosociales espirituales y fisiológicas de la unidad familiar están crónicamente desorganizadas, lo que conduce a conflictos, negación de los problemas, resistencia al cambio y solución ineficaz de los problemas. <b>R/C:</b> Habilidades de resolución de problemas insuficientes. <b>M/P:</b> Sistemas de comunicación cerrados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar terapia familiar.</li> <li>• Fomento de la integridad familiar: promoción de la cohesión y la unidad familiar.</li> <li>• Fomento de la comunicación familiar.</li> <li>• Promocionar la integridad de la familia.</li> </ul>	<p>La comunicación familiar es vital para el desarrollo humano y junto a ello poder evitar conflictos. Para prevenirlo es necesario que los miembros de la familia logren cambiar el modo en el que se relacionan con otros miembros de la familia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayudar a la familia a integrarse.</li> <li>• Ayudar a la familia en la planeación y resolución a sus conflictos de manera pacífica y benéfica para todos.</li> </ul>	<p>Verbaliza sensación de control.</p> <p>Utiliza el lenguaje hablado</p>
9	SEXUALIDAD-REPRODUCCIÓN	<p>Valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menarquía y ciclo menstrual,</li> <li>• Menopausia.</li> <li>• Métodos anticonceptivos.</li> <li>• Embarazos.</li> <li>• Abortos</li> <li>• Problemas o cambios en las relaciones sexuales.</li> </ul>	<p>DOMINIO 08: Sexualidad CLASE 02: Función sexual</p> <p><b>00065: PATRÓN SEXUAL INEFICAZ</b></p> <p>Expresiones de preocupación respecto a la propia sexualidad. <b>R/C:</b> Conocimiento insuficiente sobre alternativas relacionadas con la sexualidad, deterioro en las relaciones con la persona significaba. <b>M/P:</b> Temor al</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar educación sexual responsable.</li> <li>• Brindar asesoramiento sexual.</li> </ul>	<p>Es necesario que todas las personas tengan asesoramiento sexual, para conocerse mejor y entender algunas cosas que ocurren en el desarrollo físico y emocional, también para contar con información adecuada que permita tomar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pláticas de planificación familiar.</li> <li>• Proporcionar información concreta a cerca de mitos sexuales y malas informaciones que el paciente pueda manifestar verbalmente.</li> </ul>	<p>El paciente incluye prácticas sexuales seguras.</p> <p>Se informa adecuadamente a las preocupaciones que se le presentan.</p> <p>El paciente interpone nuevas conductas sexuales.</p>

			embarazo, alteraciones en la relación con la persona significativa, dificultad en la actividad sexual.		decisiones responsables y disfrutar de la sexualidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionario acerca de la sexualidad con una frase que indique al px que muchas personas experimentan dificultades sexuales.</li> </ul>	
10	ADAPTACIÓN - TOLERANCIA AL ESTRÉS	<p>Valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones estresantes sufridas.</li> <li>• Si esta tenso o relajado la mayor parte del tiempo.</li> <li>• Si cuenta sus problemas a alguien cercano.</li> </ul>	<p>DOMINIO 09: Afrontamiento/tolerancia al estrés. CLASE 02: Respuestas de afrontamiento.</p> <p><b>00069: AFRONTAMIENTO INEFICAZ</b></p> <p>Incapacidad para formular una apreciación válida de los agentes estresantes. <b>R/C:</b> Estrategias de relajación ineficaces. <b>M/P:</b> Estrategias de afrontamiento ineficaces.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar apoyo emocional.</li> <li>• Fomentar el manejo del afrontamiento.</li> </ul>	Identificar las razones detrás de los factores de estrés, ayudara a adquirir una estrategia adecuada para ayudar al nivel de afrontamiento del paciente y por ende la solución de problemas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayudar al paciente a reconocer sentimientos como la ansiedad, ira o tristeza.</li> <li>• Ayudar al paciente a adaptarse a los factores estresantes, cambios o amenazas</li> <li>• Valorar la comprensión del paciente del proceso de enfermedad.</li> <li>• Instruir al paciente técnicas de relajación.</li> </ul>	Pone en marcha conductas para reducir el estrés. Identifica múltiples estrategias de afrontamiento.
11	VALORES Y CREENCIAS	<p>Valorar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posee planes a futuro.</li> <li>• Satisfacción en la vida.</li> <li>• Religión.</li> <li>• Preocupaciones relacionadas con la vida.</li> <li>• Muerte.</li> <li>• Dolor.</li> </ul>	<p>DOMINIO 10: Principios vitales. CLASE 03: Congruencia entre valores, creencias, acciones.</p> <p><b>00169 DETERIORO DE LA RELIGIOSIDAD</b></p> <p>Deterioro de la capacidad para confiar en las creencias y participar en los rituales en los rituales de una tradición de fe en particular. <b>R/C:</b> Angustia espiritual. <b>M/P:</b> Angustia por la separación de la comunicación de fe.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brindar apoyo espiritual.</li> <li>• Facilitar la práctica espiritual.</li> <li>• Fomentar la fe por medio de esperanza.</li> </ul>	La religión incluye creencias y prácticas de Fe en cada paciente, las cuales contribuyen la modificación de las tasas de morbi-mortalidad, de la preservación de la salud e incluso, de la esperanza de vida.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilitar al paciente el crecimiento espiritual.</li> <li>• Proporcionar música, literatura, programas de Tv espirituales, al paciente.</li> <li>• Rezar con el paciente.</li> </ul>	El paciente mejora su comunicación con Dios, inclusive hace oración antes de dormir.