



Mi Universidad

Supernota

Nombre del Alumno: Toni Edilberto morales lopez

Nombre del tema: supernota de la unidad I I I

Parcial: Tercer parcial

Nombre de la Materia: Fundamentos De Enfermeria I I I

Nombre del profesio: Ruben Eduardo Dominguez Garcia

Nombre de la Licenciatura: licenciatura en Enfermeria

Cuatrimestre: Tercer cuatrimestre

PROMOCIÓN DE LA SALUD FISICA

proceso planificado, sistemático, continuo y deliberado de recogida e interpretación de información, que permite determinar la situación de salud, y la respuesta que las personas dan a ésta



La valoración enfermera es útil en la planificación de cuidados a la persona, a la familia y/o a la comunidad, y no solamente en situación de enfermedad.

diversos tipos de valoración dependiendo del modelo enfermero; en nuestra Comunidad Autónoma se ha optado por el modelo de los Patrones Funcionales



3.1 Patrón I: percepción de la salud y manejo de la salud

Como percibe el individuo la salud y el bienestar.

Como maneja todo lo relacionado con su salud, respecto a su mantenimiento o recuperación

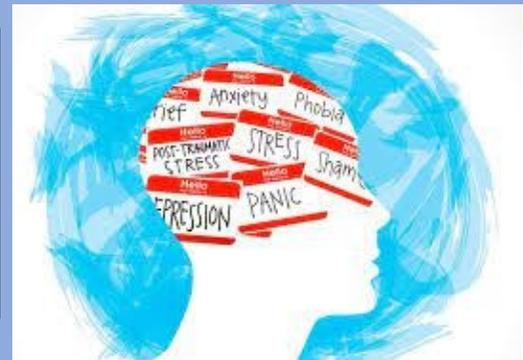
La adherencia a las prácticas terapéuticas. Incluye prácticas preventivas (hábitos higiénicos, vacunaciones)



Hábitos higiénicos: personales, vivienda, vestido, Vacunas, Alergias, Percepción de su salud

Conductas saludables: interés y conocimiento
Existencia o no de alteraciones de salud (tipo de alteración, cuidados, conocimiento y disposición)
Existencia o no de hábitos tóxicos
Accidentes laborales, tráfico y domésticos
Ingresos hospitalarios

Los conocimientos sobre su problema de salud y la actitud ante el mismo deberían abordarse con más profundidad en sus patrones correspondientes (cognitivo-perceptivo y adaptación-tolerancia al estrés) ya que pueden conducir a los diagnósticos enfermeros de Conocimientos Deficientes o los relativos a un inadecuado afrontamiento.



Adherencia terapéutica: La OMS define la adherencia terapéutica como el grado en que el comportamiento de una persona —tomar el medicamento, seguir un régimen alimentario y ejecutar cambios del modo de vida— se corresponde con las recomendaciones acordadas de un prestador de asistencia sanitaria

3.2 Patrón 2: nutricional-metabólico

Describe el consumo de alimentos y líquidos en relación con sus necesidades metabólicas

Horarios de comida. Preferencias y suplementos.

Problemas en su ingesta. Altura, peso y temperatura.

Condiciones de piel, mucosas y membranas



El número de calorías se refiere a las que ingiere habitualmente, no las que le hayan sido pautadas; dado que es muy difícil de valorar no se realiza de forma cotidiana, Estado nutricional normal o anormal se valorará teniendo en cuenta el IMC y/o juicio de la enfermera en base a observación

Información que no condiciona el resultado del patrón: “consumo escaso de lácteos” dependerá de la etapa evolutiva de la persona; “cena abundante” nos da información pero por sí mismo no nos conduce a una alteración del patrón



Nutrición equilibrada se refiere a nutrientes, no a grupos de alimentos, puede darse el caso de personas que no tomen proteínas animales, pero las tomen vegetales, como es el caso de los vegetarianos.

3.3 Patrón 3: eliminación

Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria y de la piel



Intestinal: Consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en heces, uso de laxantes, presencia de ostomías, incontinencia.

Urinaria: Micciones/día, características de la orina, problemas de micción, sistemas de ayuda (absorbentes, colectores, sondas, urostomías), incontinencias

El patrón está alterado si:

Intestinal: existe estreñimiento, incontinencia, diarrea, flatulencia, o la persona precisa sistemas de ayuda (laxantes, enemas, ostomías).

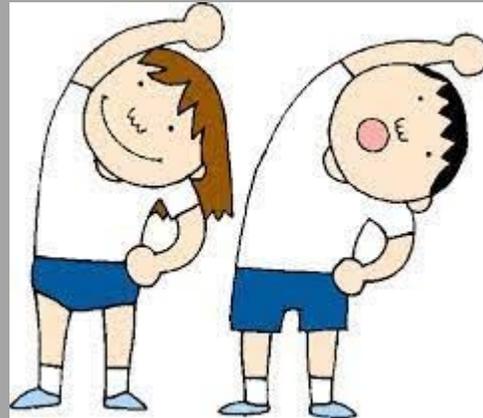
Urinario: si presenta incontinencias, retención, disuria, nicturia, poliuria, polaquiuria o utiliza sistemas de ayuda (absorbentes, colector, sondas o urostomías) Si sudación excesiva.



Estreñimiento: es la emisión de heces con una frecuencia inferior a 3 veces por semana. El dolor durante la defecación, fisuras, hemorroides suponen riesgo de alteración del patrón. Los drenajes y las heridas muy exudativas conducen a un riesgo de alteración del patrón. La distensión y el dolor abdominal no alteran por si solos el patrón si no están relacionados con la eliminación intestinal va que puede ser debidos a otros motivos

3.4 Patrón 4: actividad y ejercicio

El patrón de ejercicio
 La actividad
 Tiempo libre y recreo
 Los requerimientos de consumo de energía de las actividades de la vida diaria (higiene, compra, comer, mantenimiento del hogar, etc.)
 La capacidad funcional
 El tipo, cantidad y calidad del ejercicio.
 Las actividades de tiempo libre



Valoración del estado cardiovascular: Frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta a la actividad
 Valoración del estado respiratorio: Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias
 Tolerancia a la actividad: Fundamentalmente en pacientes cardiacos y respiratorios

TA: la presencia de una TA ($\geq 140/90$) no es suficiente para considerar el patrón alterado, estaría alterado si condiciona la práctica de ejercicio

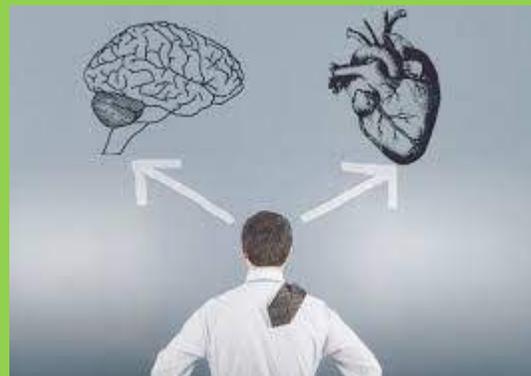


3.5 Patrón 5: sueño- descanso

Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas del día

La percepción de cantidad y calidad del sueño – descanso La percepción del nivel de energía.

Las ayudas para dormir (medicamentos, rutinas,



El espacio físico (ventilación, temperatura agradable y libre de ruidos)

El tiempo dedicado al sueño u otros descansos diurnos
Recursos físicos o materiales favorecedores del descanso (mobiliario)

Exigencias laborales (turnos, viajes)

Hábitos socio culturales (hora de acostarse o levantarse, siestas, descansos)

En adultos se recomienda un promedio de 7-8 horas de sueño. En niños, sus necesidades son mayores, varían en función de su etapa de desarrollo. El sueño en ancianos es un sueño fraccionado; en general suele ser de 6 horas como máximo de sueño nocturno y una y media horas diurnas



El objetivo de la valoración de este patrón es describir la efectividad del patrón desde la perspectiva del individuo, algunas personas están bien descansadas después de 4 horas de sueño, mientras que otras necesitan muchas más

3.6 Patrón 6: cognitivo-perceptivo

Patrones sensorio- perceptuales y cognitivos
 Nivel de conciencia
 Conciencia de la realidad
 Adecuación de los órganos de los sentidos
 Compensación o prótesis
 Percepción del dolor y tratamiento
 Lenguaje
 Ayudas para la comunicación



Patrones sensorio- perceptuales y cognitivos
 Nivel de conciencia
 Conciencia de la realidad
 Adecuación de los órganos de los sentidos
 Compensación o prótesis
 Percepción del dolor y tratamiento

Se aconseja utilizar los diferentes test o escalas validadas ya que tienen un valor añadido en la determinación de si el patrón está o no alterado



3.7 Patrón 7: autopercepción – autoconcepto

Autoconcepto y percepciones de uno mismo.
 Actitudes a cerca de uno mismo.
 Percepción de las capacidades cognitivas, afectivas o físicas.
 Imagen corporal, social.
 Identidad.



Problemas consigo mismo.
 Problemas con su imagen corporal.
 Problemas conductuales.
 Otros problemas: Cambios recientes. Datos de imagen corporal, Postura

Problemas Conductuales”:
 Patrón Alterado: la presencia de irritabilidad, agitación y angustia
 Patrón en Riesgo: conducta indecisa, confusión, deterioro de la atención
“Otros Problemas”:
 Patrón Alterado: la presencia de ansiedad y depresión o la respuesta negativa a autoestima



Patrón : adaptación tolerancia al estrés.

Las formas o estrategias de afrontamiento general de la persona.
 Las respuestas habituales que manifiesta el individuo en situaciones que le estresan y forma de controlar el estrés.
 La capacidad de adaptación a los cambios.
 El soporte individual y familiar con que cuenta el individuo.
 La percepción de habilidades para controlar o dirigir situaciones estresantes



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

la persona tiene estrategias de adaptación al estrés. Por el contrario, la respuesta negativa no determina la alteración, habría que indagar más en el resto de aspectos que se valoran en el patrón

