

Nombre del alumno: María José Muñoz Arguello

Nombre del profesor: Rubén Eduardo Domínguez García

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico de los temas de tercera y cuarta unidad

Materia: Fundamentos de Enfermería III

Grado: 3°

Grupo: "A"

PROMOCIÓN DE LA SALUD

**TOMA EL CONTROL
DE TU SALUD**



Promoción de la salud

Patrón 1: Actividad y ejercicio

- **Que valora**

1. Como percibe el individuo la salud y el bienestar.
2. Como maneja todo lo relacionado con su salud.
3. La adherencia a las prácticas terapéuticas.

- **Como se valora**

1. Hábitos higiénicos
2. Vacunas
3. Alergias
4. Percepción de su salud
5. Conductas saludables
6. Existencia de alteraciones de salud
7. Existencia de hábitos tóxicos
8. Accidentes laborales
9. Ingresos hospitalarios

- **Resultado**

1. El patrón está alterado si
2. La persona considera que su salud es pobre.
3. Tiene un inadecuado cuidado de su salud.
4. Bebe en exceso.
5. Fuma.
6. Consume drogas.
7. No tiene adherencia a tratamientos farmacológicos
8. No está vacunado
9. La higiene personal es descuidada.

Patrón 2: Nutricional

- **Que valora**

1. Describe el consumo de alimentos y líquidos.
2. Horarios de comida.
3. Preferencias y suplementos.
4. Problemas en su ingesta.
5. Altura, peso y temperatura.
6. Condiciones de piel, mucosas y membranas.

- **Como se valora**

1. Valoración del IMC.
2. Valoración de la alimentación
3. Valoración de problemas en la boca
4. Valoración de problemas para comer
5. Valoración de otros problemas que influyen en el patrón
6. Valoración de la piel:

Promoción de la salud

- **Resultado**

1. Con respecto al IMC
2. Patrón alterado superior al 30%
3. Patrón en riesgo
4. Patrón eficaz
5. Tiene una nutrición desequilibrada
6. Los líquidos consumidos son escasos.
7. Existen problemas en la boca
8. Hay dificultades para masticar y/o tragar.
9. Necesita sonda de alimentación.
10. Existen lesiones cutáneas o en mucosas
11. Presencia de problemas digestivos

Patrón 3: Eliminación

- **Que valora**

1. Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria y de la piel

- **Como se valora**

1. Intestinal
2. Urinaria
3. Cutánea

- **Resultado**

1. Intestinal: existe estreñimiento, incontinencia, diarrea, flatulencia, o la persona precisa sistemas de ayuda.
2. Urinario: si presenta incontinencias, retención, disuria, nicturia, poliuria, polaquiuria o utiliza sistemas de ayuda
3. Si sudación excesiva

Patrón 4: Actividad y ejercicio

- **Que valora**

1. Patrón de ejercicio
2. La actividad
3. Tiempo libre y recreo
4. Los requerimientos de consumo de energía
5. La capacidad funcional
6. El tipo, cantidad y calidad del ejercicio.
7. Las actividades de tiempo libre.

Promoción de la salud

Patrón 5: Sueño

- **Como se valora**

1. Valoración del estado cardiovascular
2. Valoración del estado respiratorio
3. Tolerancia a la actividad
4. Valoración de la movilidad
5. Actividades cotidianas
6. Estilo de vida
7. El énfasis está en las actividades de mayor importancia para la persona

- **Resultado**

1. Síntomas respiratorios
2. Problemas circulatorios
3. Problemas de salud limitantes
4. La presencia de síntomas físicos
5. Deficiencias motoras.
6. Problemas de movilidad.
7. Problemas de equilibrio, inestabilidad.
8. Capacidad funcional alterada
9. Incapacidad de ocio habitual, aburrimiento manifestado por la persona.

- **Que valora**

1. Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir
2. La percepción de cantidad y calidad del sueño
3. La percepción del nivel de energía.
4. Las ayudas para dormir

- **Como se valora**

1. El espacio físico
2. El tiempo dedicado al sueño
3. Recursos físicos
4. Exigencias laborales
5. Hábitos socio culturales
6. Problemas de salud física
7. Problemas de salud psicológica
8. Situaciones ambientales
9. Tratamientos farmacológicos
10. Uso de fármacos para dormir.
11. Consumo de sustancias estimulantes
12. Presencia de ronquidos o apneas del sueño.

Promoción de la salud

Patrón 6: Cognitivo- perceptivo

• Resultado

1. Si usa ayudas farmacológicas para dormir o descansar.
2. Verbaliza la dificultad para conciliar el sueño, despertar precoz o inversión día/noche.
3. Somnolencia diurna.
4. Confusión o cansancio relacionado con la falta de descanso.
5. Disminución de la capacidad de funcionamiento.
6. Conducta irritable en relación a la falta de descanso.

• Que valora

1. Patrones sensorio- perceptuales y cognitivos
2. Nivel de conciencia
3. Conciencia de la realidad
4. Adecuación de los órganos de los sentidos
5. Compensación o prótesis
6. Percepción del dolor y tratamiento
7. Lenguaje
8. Ayudas para la comunicación
9. Memoria
10. Toma de decisiones

• Como se valora

1. Nivel de conciencia y orientación. □
2. Nivel de instrucción
3. El idioma.
4. Si tiene alteraciones perceptivas por problemas de visión, de audición, de olfato de gusto o sensibilidad táctil.
5. Recoge información sobre si la persona tiene dolor
6. Si tiene alteraciones de la conducta, irritabilidad, intranquilidad o agitación.

• Resultado

1. La persona no está consciente u orientada
2. Presenta deficiencias en cualquiera de los sentidos
3. Hay dificultades de comprensión
4. Presencia de dolor.
5. Existen problemas de memoria
6. Existen fobias o miedos injustificados.
7. Se dan conductas de irritabilidad, agitación o intranquilidad.

Promoción de la salud

Patrón 7: Auto percepción- autoconcepto

• Que valora

1. Autoconcepto y percepciones de uno mismo.
2. Actitudes a cerca de uno mismo.
3. Percepción de las capacidades cognitivas, afectivas o físicas.
4. Imagen corporal, social.
5. Identidad.
6. Sentido general de valía.
7. Patrón emocional.
8. Patrón de postura corporal y movimiento
9. Contacto visual
10. Patrones de voz y conversación.

• Como se valora

1. Problemas consigo mismo.
2. Problemas con su imagen corporal.
3. Problemas conductuales.
4. Otros problemas: Cambios recientes.

• Resultado

1. Existen verbalizaciones auto negativas, expresiones de desesperanza, expresiones de inutilidad.
2. Tiene problemas con su imagen corporal y le preocupan los cambios en su imagen corporal, el miedo al rechazo de otros y el sentimiento negativo del propio cuerpo.
3. Existen problemas conductuales.

Patrón 8: Rol- relaciones

• Que valora

1. El patrón de compromisos de rol y relaciones
2. La percepción de los roles más importantes
3. Responsabilidades en su situación actual.
4. Satisfacción o alteraciones en: familia, trabajo, relaciones sociales

• Como se valora

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1. Familia | 2. Estructura familiar |
| 3. Problemas en la familia. | 4. Si alguien depende |
| 5. Apoyo familiar. | 6. Si depende de alguien y su aceptación. |
| 7. Cambios de domicilio. | 8. Grupo social |
| 9. Trabajo o escuela | 10. Datos relativos |

Promoción de la salud

Patrón 9: Sexualidad

• Resultado

1. Presenta problemas en las relaciones.
2. No tiene personas significativas
3. Refiere carencias afectivas, falta de comunicación
4. Tiene dificultad en las tareas de cuidador, apoyo insuficiente, cuidados negligentes
5. Insatisfacción con el rol o falta de motivación o de capacidad para asumirlo.
6. Conductas inefectivas de duelo.
7. Violencia doméstica.
8. Abusos.

• Que valora

1. Los patrones de satisfacción o insatisfacción de la sexualidad
2. Alteraciones en la sexualidad o en las relaciones sexuales
3. Seguridad en las relaciones sexuales.
4. Patrón reproductivo Premenopausia y posmenopausia
5. Problemas percibidos por la persona

• Como se valora

1. Menarquía y todo lo relacionado con ciclo menstrual.
2. Menopausia y síntomas relacionados
3. Métodos anticonceptivos
4. Embarazos, abortos, problemas relacionados con la reproducción
5. Problemas o cambios en las relaciones sexuales

• Resultado

1. La persona expresa preocupación respecto a su sexualidad, trastornos o insatisfacción.
2. Existen problemas en la etapa reproductiva de la mujer.
3. Relaciones de riesgo

Patrón 10: Adaptación tolerancia al estrés

• Que valora

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

Promoción de la salud

Patrón 11: Valores y creencias

- **Como se valora**

1. Cambios importantes en los dos últimos años
2. Si está tenso o relajado la mayor parte del tiempo.
3. Qué le ayuda cuando está tenso.
4. Si utiliza medicinas, drogas o alcohol cuando está tenso.
5. Cuando ha tenido cualquier problema en su vida, como lo ha tratado.
6. Si esta forma de tratarlo ha tenido éxito.
7. Si tiene alguien cercano al que poder contar sus problemas con confianza y si lo hace cuando es necesario.

- **Resultado**

1. Si la persona manifiesta tener sensación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo.
2. Si ante cambios o situaciones difíciles de la vida el individuo no es capaz de afrontarlo de forma efectiva.
3. Si recurre al uso de medicamentos, drogas o alcohol para superar los problemas.

- **Que valora**

1. Si la persona manifiesta tener sensación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo.
2. Si ante cambios o situaciones difíciles de la vida el individuo no es capaz de afrontarlo de forma efectiva.
3. Si recurre al uso de medicamentos, drogas o alcohol para superar los problemas.

- **Como se valora**

1. Si tiene planes de futuro importantes; si consigue en la vida lo que quiere.
2. Si está contento con su vida.
3. Pertenencia a alguna religión, si le causa algún problema o si le ayuda cuando surgen dificultades.
4. Preocupaciones relacionadas con la vida y la muerte, el dolor o enfermedad.

- **Resultado**

1. Cuando existe conflicto con sus creencias.
2. Tiene problemas para sus prácticas religiosas.
3. Existe conflicto / preocupación por el sentido de la vida, la muerte, el sufrimiento, dolor, enfermedad.

VALORACIÓN DE LA SALUD



Técnicas especiales

Lavado de manos clínico

- **Definición** { Es la medida más importante para reducir el riesgo de transmisión de microorganismos.
- **Objetivos** { Eliminar suciedad y microorganismos transeúntes de la piel.
- **Indicaciones** {
 1. Al iniciar y finalizar la jornada laboral.
 2. Antes y después de realizar cualquier procedimiento al paciente.
 3. Antes y después de la preparación de alimentos o medicación.
 4. Antes y después de la realización de procedimientos invasivos.
 5. Después de contactar con cualquier fuente de microorganismos.
 6. En el manejo de pacientes con criterios de aislamiento.
- **Precauciones** {
 1. Verificar que las manos y antebrazos estén libres de anillos, pulseras y reloj.
 2. Tener uñas cortas al borde de las yemas de los dedos y sin esmalte.
- **Procedimiento** {
 1. Apertura la llave del caño hasta obtener agua a chorro moderado que permita el arrastre mecánico.
 2. Humedezca sus manos.
 3. Aplicar en la palma de la mano Clorhexidina al 2%.
 4. Realice el frotado hasta obtener espuma en toda la superficie de las manos.
 5. Realice el frotado de las palmas de mano entre sí.
 6. Realice el frotado de la palma derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
 7. Realice el frotado de las palmas de mano entre sí, con los dedos entrelazados.
 8. Realice el frotado del dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
 9. Realice el frotado del pulgar izquierdo con movimiento de rotación atrapándolo con la palma de mano derecha y viceversa
 10. Realice el frotado de la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa
 11. Enjuáguese las manos, de la parte distal a la proximal con agua a chorro moderado y no sacudirlas.
 12. Cierre la espita del caño con la misma toalla que utilizó.

- **Administración de medicamentos por vía oral**

1. Normalmente los pacientes pueden ingerir o auto administrarse medicamentos orales con un mínimo de problemas.
2. Los medicamentos orales alcanzan su mejor acción terapéutica si se dan de 30 minutos a 1 hora antes de las comidas.
3. Proteger a los pacientes de la aspiración. La aspiración se produce cuando los alimentos, los líquidos o un medicamento previsto para la administración GI entran inadvertidamente en el tracto respiratorio.
4. La alimentación debe tener lugar al menos 30 minutos antes o 30 minutos después de la administración del medicamento.

- **Materiales**

1. Jeringuilla de tuberculina o insulina.
2. Vacuna o vial de penicilina o el medicamento que fuese.
3. Torundas de algodón
4. Alcohol.
5. Guantes.
6. Canasta de papel.
7. Esfero.

- **Administración de medicamentos por vía intradérmica**

- **Procedimiento**

1. Explique el procedimiento al paciente, el propósito, el lugar de la inyección y cómo debe cooperar.
2. Lávese las manos y póngase guantes desechables.
3. Coloque al paciente y seleccione el área ventral del antebrazo, parte superior del tórax o parte superior de la espalda debajo de las escápulas.
4. Limpie el sitio con torunda de algodón con alcohol en movimiento circular moviéndose hacia afuera.
5. Retire la tapa de la aguja con la mano no dominante tirando de ella hacia afuera.
6. Use la mano no dominante para extender la piel y tensarla sobre el sitio de la inyección.
7. Coloque la aguja casi plana contra la piel del paciente.
8. Lentamente inyecte el medicamento (0.01ml-0.1ml) para ver si se desarrolla una ampolla / ampolla (la apariencia de la ampolla / pápula indica que la aguja está en el tejido intradérmico).
9. Retire la aguja rápidamente en el mismo ángulo en que se insertó. o No masajear el área.
10. No reencapuchar la aguja.
11. Dibuje un círculo usando una pluma azul / negra alrededor del sitio de inyección. Escriba la fecha y hora de administración del medicamento.
12. Verifique la reacción dentro de los 15-20 minutos.

- **Administración de medicamentos por vía subcutánea**

- **Volumen que puede recibir**

Se limitan generalmente a 1 ml debido a las preocupaciones del dolor de la inyección por el volumen, la viscosidad y las características de la formulación.

- **Sitios de inyección**

Incluyen la parte superior de los brazos, el abdomen, las nalgas y los lados externos de muslo.

- **Técnicas de aplicación**

1. Se debe tener en cuenta que el calibre de la aguja Pellizco correcto Pellizco incorrecto corresponda a 5-8mm.
2. El ángulo de inyección recomendado para las inyecciones subcutáneas son 90°.
3. Teniendo en cuenta que esto depende de la cantidad de tejido subcutáneo y el tamaño de la aguja.
4. Es vital minimizar cualquier riesgo de que el músculo siendo penetrado durante la inyección.

- **Administración de medicamentos vía intramuscular**

1. En el caso de los niños menores de un año se suele utilizar el músculo vasto externo para colocar la inyección.
2. Es una técnica utilizada para administrar una medicación profundamente en el interior de los músculos.
3. Se usan comúnmente para administrar vacunas, hormonas, vitamina D, antibióticos y medicamentos antipsicóticos a largo plazo.

- **Técnicas en Z**

Evita la filtración de medicamentos irritantes inyectados en el músculo hacia los tejidos que se encuentran alrededor de este.

- **Aspiración**

Se define como la extracción del émbolo de una jeringa (durante 5-10 segundos) antes de inyectar la medicina.

- **Complicaciones**

1. Lesión del nervio ciático en el caso de la inyección glútea.
2. Lesión de la rama anterior del nervio radial en el caso de la inyección en el deltoides.
3. Induración local, eritema.
4. Hematomas por punción de vasos sanguíneos.
5. Fibrosis del tejido circundante por aplicaciones de medicamentos en repetidas ocasiones y en el mismo sitio.
6. Aparición de inflamación infecciosa en la zona de punción

• Administración de medicamentos por vía intravenosa

Se define como la instilación de sustancias líquidas directamente al torrente sanguíneo a través de una vena siendo esta de forma intermitente o continua.

• Propósitos

1. Para suministrar líquidos cuando los pacientes no pueden tomar líquidos por vía oral.
2. Para proporcionar sales y otros electrolitos necesarios para mantener el desequilibrio electrolítico.
3. Para proporcionar glucosa (dextrosa), el principal combustible para el metabolismo.
4. Para proporcionar vitaminas y medicamentos solubles en agua.
5. Establecer una vía accesible para la administración de medicamentos intravenosos.

• Administración

1. Administración intravenosa directa. Se administran muy lentamente durante AL MENOS 1 minuto.
2. Administración intravenosa en perfusión intermitente. Tiempo de infusión de 15-20 minutos.
3. Administración intravenosa en perfusión continua. Infusión es igual o superior a 4 horas.

• Materiales

1. Jeringuillas de 3-5-10-20cc.
2. Medicamento prescrito.
3. Solución salina 100cc.
4. Torundas de algodón secas.
5. Alcohol en atomizador.
6. Canasta de papel.
7. Torniquete.
8. Guantes.

• Procedimiento

1. Lavado de manos y tener todos los materiales listos.
2. Explicación del procedimiento al paciente.
3. Preparación del medicamento.
4. Búsqueda de una vena en la fosa cubital
5. Insertar la aguja de la jeringuilla con el bisel hacia arriba y en 15 grados o menos. Halar el émbolo para observar el retorno de la sangre.
6. Una vez confirmado que está en vena, sostener con el dedo índice o pulgar de la mano no dominante la aguja e inyectar el medicamento lentamente con la mano dominante.
7. Si existen dudas de la permeabilidad de la punción se puede absorber más sangre para estar seguros, además se dice que la mezcla del medicamento con la sangre evita dolor.
8. Al terminarse la administración del medicamento, colocar una torunda con alcohol en el área de punción y retirar la aguja.
9. Solicitar al paciente que tenga flexionado el brazo por al menos 3 minutos. Retirar todos los materiales y lavarse las manos.

- **Valoración de la salud en el adulto**

También existen cuatro tipos de valoraciones; la inicial, focalizada, urgente y nueva valoración después de pasado un tiempo. La valoración física puede realizarse en el hogar, consulta externa o al ingresar al hospital.

Las etapas de valoración de salud, se inician desde que el individuo se encuentra in utero, seguida del nacimiento, hasta su muerte.

- **Tipos de baños en el paciente**

- **Baño en cama**

- **Definición**

Es la limpieza del cuerpo con agua y jabón en la cama del usuario, cuando este está incapacitado para hacerlo por sí mismo o tiene indicación para guardar reposo.

- **Calificación**

- A. Baño en cama.
- B. Baño en cama asistido.
- C. Baño en ducha asistido.

- **Riesgos**

1. Hipotermia
2. Traumas
3. Quemaduras
4. Desequilibrio hemodinámico
5. Caídas
6. Broncoaspiración
7. Desconexión del sistema de apoyo a la vida

- **Baño en cama**

- **Definición**

Es el baño que se le realiza al usuario(a) que, por su estado de salud, requiere la ayuda del personal de enfermería.

- **Objetivos**

1. Proporcionar comodidad y bienestar físico al usuario(a)
2. Fortalecer en el usuario(a) la independencia

- **Principios**

1. Identificar y educar al usuario al iniciar el procedimiento
2. Utilizar las técnicas de mecánica corporal y de movilización
3. Verificar la temperatura del agua
4. Permitir a la persona participar en el cuidado personal favorece la autonomía.
5. El descartar la ropa sucia en el soporte disminuye el riesgo de infecciones cruzadas.
6. Llenar la bolsa de ropa sucia hasta la mitad si está húmeda
7. Los registros de enfermería proporcionan datos

- **Succión gástrica**

- **Definición**

Es la introducción de una sonda por uno de los orificios nasales hasta la cavidad gástrica.

- **Objetivo**

1. Establecer un medio de drenaje por aspiración o gravedad para eliminar líquidos y/o gases del aparato digestivo.
2. Administrar medicamentos y/o alimentos directos a la cavidad gástrica.
3. Recolectar muestras del contenido gástrico con fines diagnósticos.
4. Realizar lavado gástrico.
5. Administrar alimentación enteral.
6. Administrar medicamentos.
7. Prevenir broncoaspiración en usuario(a) con disminución de conciencia.
8. Contribuir a establecer el diagnóstico de salud.

- **Riesgos**

1. Falsa vía.
2. Broncoaspiración.
3. Epistaxis
4. Vómitos

- **Succión gástrica**

- **Definición**

Es el lavado de los genitales externos y la región perineal.

- **Objetivo**

1. Prevenir irritaciones e infecciones en la zona perineal.
2. Evitar infecciones, después de intervenciones quirúrgicas urogenitales.
3. Fomentar hábitos de higiene.
4. Proporcionar comodidad y bienestar.

- **Riesgos**

1. Transmisión de infecciones por arrastre.
2. Trauma.

- **Enemas**

- **Definición**

Es la introducción de un catéter rectal a través del esfínter anal hasta el recto e introducir líquidos en forma lenta de por vía rectal, para favorecer la evacuación de heces del intestino o complementar tratamientos.

- **Objetivo**

1. Favorecer la eliminación de gases y materia fecal.
2. Favorecer la limpieza del intestino.
3. Desintoxicar el organismo.
4. Disminuir la distensión abdominal.
5. Complementar tratamientos.
6. Suministrar tratamientos o medios de diagnóstico.

- **Riesgos**

1. Dolor anal.
2. Lesión intestinal
3. Dolor abdominal
4. Laceraciones.
5. Contaminación.

- **Enema de retención**

- **Definición**

Es la introducción lenta por vía rectal de solución medicamentosa o diagnóstica para ser retenido o absorbido.

- **Objetivo**

1. Administrar medicamentos para efectos locales o generales.
2. Administrar sustancias con fines de diagnóstico.

- **Enema por colostomía**

- **Definición**

Es el procedimiento por el cual se introduce líquido en el colon a través de la estoma intestinal.

- **Objetivo**

1. Administrar algún medicamento.
2. Facilitar la limpieza intestinal.