



Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del Alumno: Deysi Guzmán Ávila

Nombre del tema: Unidad III Promoción de la Salud Física

Parcial: I

Nombre de la Materia: Fundamentos De Enfermería III

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Ramírez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3er

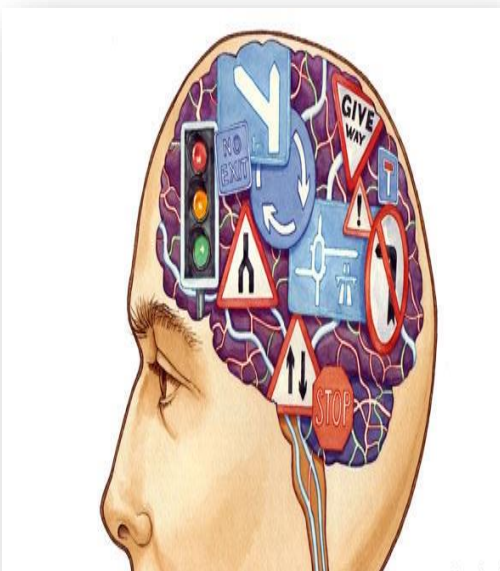
PATRÓN 1: PERCEPCIÓN Y CONTROL DE LA SALUD

Se refiere a la percepción que tiene el individuo de su estado de salud y su capacidad para controlar y manejar su propia salud.



Este patrón incluye la capacidad del individuo para identificar y reconocer los síntomas de enfermedad, comprender los factores de riesgo y la importancia de los controles de salud, así como su capacidad para buscar y utilizar recursos de atención médica de manera efectiva

Este patrón esta alterado:



- La persona considera que su salud es pobre, regular o mala.
- Tiene un inadecuado cuidado de su salud.
- Bebe en exceso.
- Fuma.
- Consume drogas.
- No tiene adherencia a tratamientos farmacológicos ni a medidas terapéuticas.
- No está vacunado.
- La higiene personal o de la vivienda es descuidada.
- Tener una dieta poco saludable o desequilibrada.
- Ser sedentario o tener poca actividad física.
- Tener un alto nivel de estrés o dificultades para manejarlo.
- Tener antecedentes familiares de enfermedades crónicas o genéticas.



Se refiere a la ingesta de alimentos, el metabolismo y los patrones de eliminación que pueden afectar la salud.

Este patrón se enfoca en la relación entre los nutrientes que una persona consume y cómo el cuerpo los procesa y utiliza.

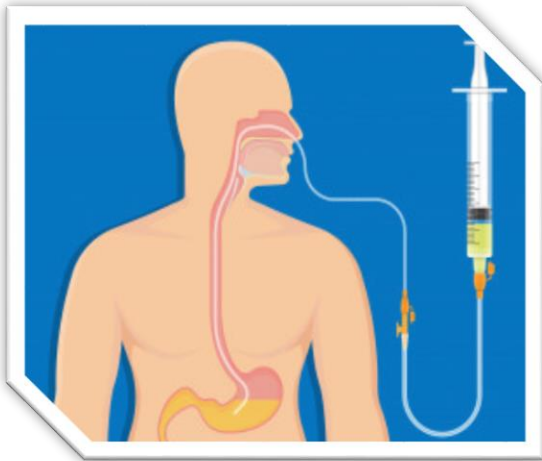
Características de este patrón

- ❖ Ingesta inadecuada de nutrientes esenciales, como vitaminas y minerales
- ❖ Consumo excesivo de alimentos procesados y altos en grasas, azúcares y sodio
- ❖ Dificultades para controlar la ingesta de alimentos y el peso corporal
- ❖ Alteraciones en los patrones de eliminación, como estreñimiento o diarrea
- ❖ Problemas de metabolismo, como la diabetes, hipotiroidismo o hiperlipidemia
- ❖ Dificultades para seguir un plan de alimentación adecuado debido a factores económicos, culturales o de tiempo
- ❖ Alteraciones en el apetito y la saciedad, como la falta de apetito o la compulsión alimentaria

La evaluación del patrón nutricional-metabólico puede incluir una evaluación de la dieta, el índice de masa corporal (IMC), la presencia de enfermedades metabólicas y la adherencia a planes de alimentación recomendados.



- ❖ **Vía oral:** es la vía natural de alimentación, en la que se ingieren alimentos y líquidos por la boca. Esta vía es la más adecuada para las personas que tienen una función gastrointestinal normal y son capaces de masticar y tragar los alimentos.



- ❖ **Vía enteral:** es una vía de alimentación que se utiliza cuando la vía oral no es posible o es insuficiente para mantener una nutrición adecuada. Se introduce un tubo por la nariz o por la boca hasta el estómago o el intestino para administrar una fórmula nutricional líquida. Existen diferentes tipos de tubos enterales, siendo los más comunes la sonda nasogástrica (SNG) y la gastrostomía endoscópica percutánea (PEG).

- ❖ **Vía parenteral:** es una vía de alimentación que se utiliza cuando el tracto gastrointestinal no es capaz de absorber los nutrientes de manera adecuada. Consiste en administrar una solución nutricional directamente en el torrente sanguíneo a través de una vena, generalmente mediante un catéter venoso central. Esta vía de alimentación se reserva para casos graves y complejos, y puede conllevar mayores riesgos y complicaciones que las vías enterales o la vía oral.

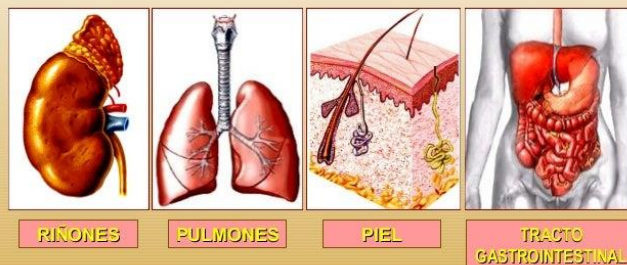


Se refiere a la eliminación de desechos del cuerpo, incluyendo la orina, las heces y el sudor. Se evalúa la regularidad, cantidad y calidad de estas eliminaciones

Se busca conocer si hay alguna alteración en el patrón de eliminación, lo cual puede indicar una posible disfunción en el tracto urinario o gastrointestinal. Además, se evalúa la presencia de dolor o incomodidad durante la eliminación y si hay alguna dificultad en el control de la micción o defecación.

Órganos excretores

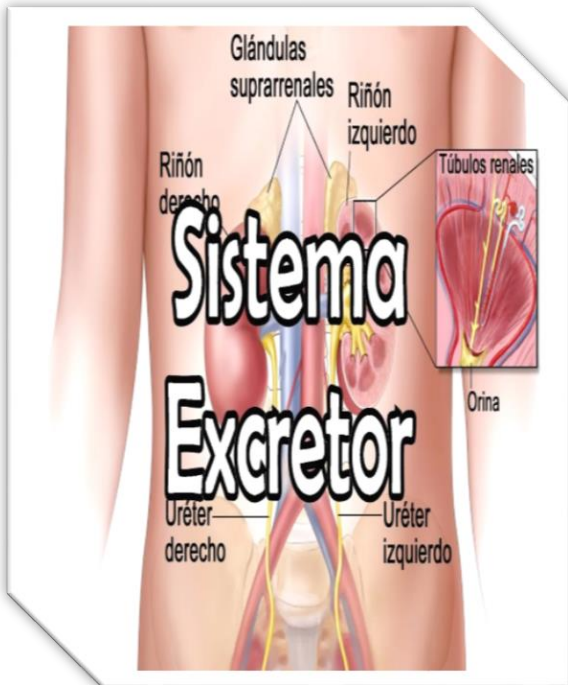
- La excreción es la eliminación de desechos, producto del metabolismo.
- En el ser humano la excreción se realiza a través de:



Es importante destacar que el patrón de eliminación puede ser influenciado por diversos factores, como la dieta, el nivel de actividad física y el estado emocional de la persona.

Los principales medios de eliminación son:

- Renales: se refiere a la capacidad de los riñones para filtrar la sangre y eliminar los productos de desecho a través de la orina.
- Intestinales: se refiere a la capacidad del sistema digestivo para eliminar los desechos y toxinas a través de las heces.
- Respiración: se refiere a la capacidad de los pulmones para eliminar los gases de desecho, como el dióxido de carbono, a través de la respiración.
- Piel: se refiere a la capacidad para eliminar los desechos y toxinas a través del sudor y otros fluidos corporales.
- Ostomías: se refiere a la eliminación de los desechos a través de una abertura quirúrgica en la pared abdominal, como en el caso de una colostomía o ileostomía



Alteraciones en el Patrón de Eliminación

- ✓ El patrón intestinal está alterado si hay estreñimiento, incontinencia, diarrea, flatulencia, o si la persona precisa sistemas de ayuda como laxantes, enemas u ostomías.
- ✓ El patrón urinario está alterado si se presentan incontinencias, retención, disuria, nicturia, poliuria, polaquiuria o si se utilizan sistemas de ayuda como absorbentes, colectores, sondas o urostomías.
- ✓ También se debe evaluar la presencia de dolor o molestias durante la evacuación urinaria o intestinal, así como la presencia de sangre en las heces o en la orina, ya que pueden ser signos de afecciones subyacentes.

PATRÓN 4: ACTIVIDAD Y EJERCICIO

Este patrón se refiere a la capacidad del individuo para realizar actividades físicas y deportivas, así como su nivel de ejercicio habitual.

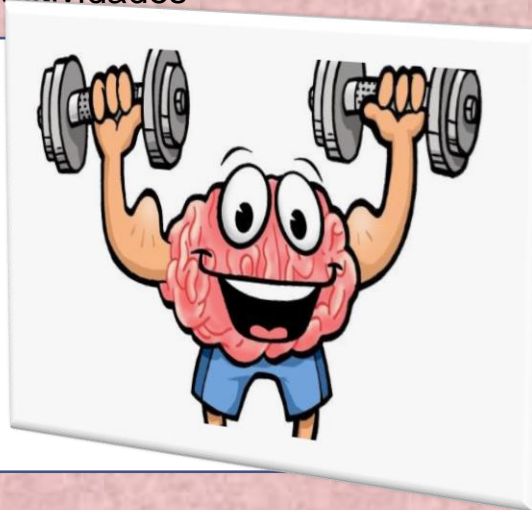


Este patrón evalúa:

- ❖ Tipo, calidad y cantidad de ejercicio físico que realiza la persona.
- ❖ Identificación de déficits neuromusculares y las compensaciones, como la disnea o la angina, que pueden interferir en la realización de las actividades deseadas.
- ❖ Evaluación de los factores que interfieren en la realización de las actividades deseadas por la persona, como las deficiencias o compensaciones neuromusculares y problemas cardiacos/pulmonares.
- ❖ Importancia del grado de movilidad en el bienestar mental y el funcionamiento eficaz del cuerpo.
- ❖ Influencia de la movilidad en la autoestima, el sentimiento de utilidad y la sociabilidad de la persona



La valoración del patrón permite conocer la capacidad de la persona para realizar actividad física y ejercicio, identificar posibles problemas en la movilidad y la salud cardiovascular y respiratoria, y comprender su estilo de vida y actividades



El patrón estará alterado si existe:

- Síntomas respiratorios.
- Problemas circulatorios.
- Problemas de salud limitantes: La existencia de enfermedades que limitan la capacidad de realizar actividades cotidianas.
- Presencia de síntomas físicos: fatiga excesiva, debilidad muscular generalizada (hipotonía), incapacidad para moverse (inmovilizaciones), dolor al caminar (claudicación intermitente), pulsos periféricos disminuidos o ausentes, parálisis o debilidad en una o varias extremidades (paresias).
- Deficiencias motoras: La incapacidad de realizar movimientos específicos, como levantar objetos pesados, caminar, subir escaleras, etc.
- Problemas de movilidad.
- Problemas de equilibrio e inestabilidad.
- .-Incapacidad de ocio habitual.

Se refiere a la evaluación de los patrones de sueño y descanso de un paciente. Implica la evaluación de la calidad y cantidad de sueño que un paciente experimenta, así como los factores que pueden afectar su capacidad para dormir adecuadamente

Alteraciones del Patrón de Sueño y Descanso

- Uso de ayudas farmacológicas para dormir o descansar
- Dificultad para conciliar el sueño o mantenerse dormido, despertar precoz o una inversión del ciclo día/noche
- Somnolencia diurna excesiva
- Confusión o cansancio relacionados con la falta de descanso
- Comportamiento irritable en relación con la falta de descanso.
- Presencia de trastornos del sueño, como la apnea del sueño o el síndrome de piernas inquietas.



Patrones y necesidades de sueño:

- Recién nacidos: suelen necesitar alrededor de 16 horas de sueño al día, distribuido en varias siestas y despertares nocturnos para la alimentación.
- Lactantes: necesitan alrededor de 14 horas de sueño al día, también distribuido en siestas y despertares para la alimentación.
- Escolares: la cantidad de sueño necesaria varía en función de la edad, pero generalmente necesitan entre 9 y 11 horas de sueño al día.
- Adolescentes: necesitan entre 8 y 9 horas de sueño al día, aunque muchos suelen dormir menos debido a cambios en su ritmo circadiano.
- Adultos: la cantidad de sueño necesaria varía de persona a persona, pero en promedio se recomienda de 6 a 8 horas de sueño al día.
- Ancianos: a menudo necesitan menos horas de sueño durante la noche. También pueden experimentar un sueño más fragmentado y menos profundo debido a cambios en la fisiología del sueño.

Se refiere a la capacidad de una persona para percibir, comprender y procesar la información sensorial y cognitiva, y cómo esto afecta su capacidad para realizar actividades cotidianas y tomar decisiones.

Abarca aspectos como la percepción sensorial, la cognición, el aprendizaje, la memoria, el juicio, la toma de decisiones, la atención y el lenguaje



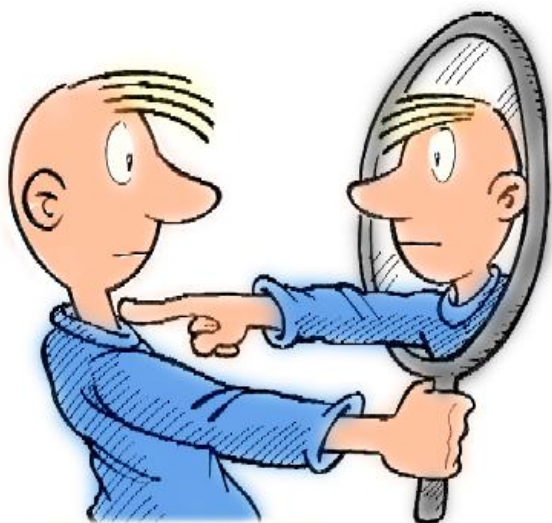
El patrón está alterado si:

- La persona no está consciente u orientada.
- Existen deficiencias en cualquiera de los sentidos, especialmente vista y oído.
- Hay dificultades de comprensión debido al idioma o al analfabetismo.
- Hay presencia de dolor.
- Existen problemas de memoria, de concentración, de expresión o comprensión de ideas.
- Hay depresión.
- Existen fobias o miedos injustificados.
- Se presentan conductas de irritabilidad, agitación o intranquilidad.
- Presencia de alucinaciones o delirios
- Dificultades para reconocer y responder a los estímulos ambientales



Se refiere a cómo la persona se ve a sí misma y cómo valora su autoestima (imagen corporal, identidad personal, autoestima, sentido general de vida).

También incluye la forma en que la persona percibe su cuerpo, su capacidad para cuidarse a sí misma y su propia identidad.



Resultados específicos que se pueden esperar después de una intervención exitosa:

- Aumento de la autoestima y autoconfianza
- Mejora de la imagen corporal
- Aumento del conocimiento y comprensión de su enfermedad
- Reducción de la ansiedad y el estrés
- Mejora en la calidad de vida

El patrón está alterado si:

- ✓ Verbalizaciones auto-negativas, como expresiones de desesperanza o inutilidad.
- ✓ Preocupación y ansiedad por cambios en la imagen corporal, temor al rechazo de otros y sentimientos negativos hacia el propio cuerpo.
- ✓ Problemas conductuales, como aislamiento social, evitación de actividades, cambios en la apariencia personal, entre otros.
- ✓ Sentimientos de inferioridad, baja autoestima y poca confianza en sí mismo
- ✓ Autocrítica excesiva, con tendencia a enfocarse en los defectos y debilidades personales.
- ✓ Dificultad para aceptar cambios en su vida o en su estado de salud, lo que puede afectar su capacidad de adaptación y resiliencia.

PATRÓN 8: ROL- RELACIONES



Se refiere al conjunto de comportamientos, habilidades y actitudes que una persona tiene en relación con las demás y con su entorno social. Satisfacción o insatisfacción con su estado actual (familia, trabajo, relaciones sociales).

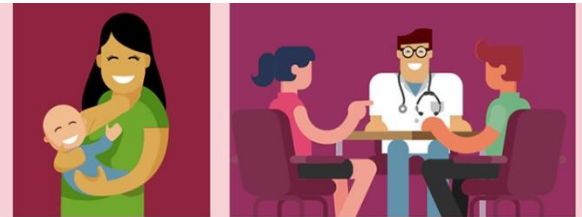
El patrón está alterado si:

- Presenta problemas en las relaciones: sociales, familiares o laborales
- Se siente solo
- No tiene personas significativas (amigos, familia)
- Refiere carencias afectivas, falta de comunicación
- Tiene dificultad en las tareas de cuidador, apoyo insuficiente, cuidados negligentes
- Insatisfacción con el rol o falta de motivación o de capacidad para asumirlos
- Violencia doméstica:

PATRÓN 9: SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN

Se refiere a la satisfacción/insatisfacción y expresión de la sexualidad, así como a la capacidad reproductiva de la persona y su influencia en la vida cotidiana.

Este patrón se puede ver afectado por diversos factores, como problemas de salud, cambios hormonales, edad, situación emocional y social, entre otros.



**SALUD SEXUAL
Y SALUD REPRODUCTIVA**

pueden incluir información sobre el estado reproductivo y problemas relacionados, el uso de anticonceptivos, trastornos en las relaciones sexuales, problemas de próstata o disfunciones sexuales en hombres, menarquia, última menstruación y menopausia en mujeres, número de hijos, abortos, revisiones periódicas y autoexamen de mama en mujeres.

Puede considerarse alterado si se presentan las siguientes situaciones:

- ❖ Dificultades para tener o mantener una erección en los hombres
- ❖ Dolor durante las relaciones sexuales.
- ❖ Dificultades para alcanzar el orgasmo en hombres o mujeres.
- ❖ Cambios repentinos en el deseo sexual
- ❖ Ausencia de deseo sexual.
- ❖ Hemorragias uterinas anormales en las mujeres
- ❖ Dificultades para concebir un hijo
- ❖ Exposición a enfermedades de transmisión sexual o VIH/SIDA



PATRÓN 10: ADAPTACIÓN-TOLERANCIA AL ESTRÉS



Se centra en la capacidad del individuo para manejar y responder al estrés en su entorno.

La adaptación se refiere a la capacidad del individuo para ajustarse y hacer frente a situaciones estresantes, mientras que la tolerancia se refiere a la capacidad del individuo para resistir y soportar el estrés.

Incluye:

Reserva o capacidad para resistir los cambios.

Formas de tratar el estrés.

Sistemas de apoyo familiar o de otro tipo

Habilidad percibida para controlar y dirigir situaciones



El patrón está alterado

- La persona manifiesta tener una sensación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo.
- El individuo no es capaz de afrontar de forma efectiva los cambios o situaciones difíciles de la vida.
- La persona recurre al uso de medicamentos, drogas o alcohol para superar los problemas.
- La participación social del individuo está alterada.
- El patrón de sueño del individuo está alterado.
- El individuo presenta síntomas físicos relacionados con el estrés, como dolores de cabeza, dolores musculares, problemas digestivos, entre otros.
- El individuo presenta cambios en sus patrones de comunicación, como la manipulación verbal.

PATRÓN 11: VALORES Y CREENCIAS

Es un patrón funcional de la salud que se enfoca en las creencias, valores y percepciones de la vida de un individuo. Describe cómo las creencias y valores personales pueden influir en la salud física y mental de una persona, y cómo una persona puede adaptar o cambiar estas creencias y valores para mejorar su salud.



(¡INFORMATE SOBRE EL ALCOHOL Y EVITA EL USO NOCIVO EN TU CONSUMO!)

ASOCIACIÓN
FISAC

El patrón de Valores y Creencias se evalúa mediante la identificación y exploración de las creencias y valores del individuo, y se enfoca en cómo estas afectan su salud y bienestar en general. El profesional de enfermería debe reconocer y separar su propio y particular sistema de creencias, para evitar conductas de enjuiciamiento o prejuicios



El patrón esta alterado:

- Cuando existe conflicto con sus creencias:

El paciente puede experimentar ansiedad, estrés, angustia y/o depresión.

Puede haber una disminución en la adherencia al tratamiento médico.

Puede tener una visión pesimista sobre su recuperación.

- Cuando tiene problemas para sus prácticas religiosas:

Puede experimentar ansiedad, estrés, angustia y/o depresión.

Puede haber una disminución en la adherencia al tratamiento médico.

Puede haber un impacto negativo en su calidad de vida.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. <https://enfermeriaactual.com/patrones-funcionales/>
2. [https://www.elsevier.es/en-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-enfermeria-adicciones-el-modelo-teorico-13045095#:~:text=Gordon%20identifica%2011%20patrones%20de,%2Drelaciones%2C%209\)%20patr%C3%B3n%20de](https://www.elsevier.es/en-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-enfermeria-adicciones-el-modelo-teorico-13045095#:~:text=Gordon%20identifica%2011%20patrones%20de,%2Drelaciones%2C%209)%20patr%C3%B3n%20de)
3. https://es.wikipedia.org/wiki/Patrones_funcionales_de_salud_de_Gordon