



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: yordi Díaz López*

*Nombre del tema: promoción de la salud física*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: fundamentos de enfermería III*

*Nombre del profesor: Juana Inés Hernández López*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería*

*Cuatrimestre: 3*

## NUTRICION

Que valora

- Describe el consumo de alimentos y líquidos.
- Horarios de comida.
- Preferencias y suplementos.
- Problemas en su ingesta.

como se valora

- Valoración de IMC.
- Valoración de la alimentación.
- Valoración de problemas en la boca.

Resultado del patrón

- Tiene una nutrición desequilibrada.
- Los líquidos consumidos son escasos.
- Existen problemas en la boca.

Hidratación saludable según la declaración de Zaragoza: una persona tiene que ingerir 10 vasos de líquidos al día: agua mineral de grifo, refresco sin azúcar añadido, te o café.

Nutrición equilibrada se refiere a nutrientes, no a grupos de elementos, puede darse el caso de personas que no tomen proteínas de animales, pero las tomen vegetales.

## COGNICION Y PERCEPCION

Que valora

Patrones sensorios, nivel de ciencia, conciencia de la realidad, compensación o prótesis.

como se valora

Nivel de conciencia y orientación, nivel de instrucción el idioma. Si tiene alteraciones cognitivas.

Resultado del patrón

El patrón esta alterado si: la persona no está consciente u orientada.

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

La presencia de vértigo, puede conllevar una alteración del equilibrio, no afecta el resultado de este patrón, pero puede condicionar el de actividad-ejercicio.

## OXIGENACION

significado

Es el proceso de difusión pasiva del oxígeno desde el alveolo al capilar pulmonar.

El oxímetro de pulso se coloca en el dedo de la mano, el dedo del pie o el lóbulo de la oreja de la persona.

cuanto es de oxigenación normal

Su nivel de oxígeno en la sangre se mide como un porcentaje: del 95 al 100 por ciento se considera normal.

Como funciona

Sus pulmones absorben el oxígeno del aire que respira. Luego ingresa a la sangre desde los pulmones y viaja a sus órganos y tejidos del cuerpo.

Se define como el aporte artificial de oxígeno (O<sub>2</sub>) en el aire inspirado, mediante el cual se intenta tratar o prevenir los síntomas de hipoxia.

## CONFORT Y DOLOR

Que es

Es un área de atención relevante para la enfermería, caracterizándose por la sensación de tranquilidad física y de bienestar.

Es el bienestar físico o material que proporcionan determinadas condiciones, circunstancias u objetos.

que es el dolor según la OMS.

“una experiencia sensitiva y emocional desagradable, asociada a una lesión tisular real o potencial.

Los principales tipos de dolor son: dolor agudo. Dolor crónico. Dolor inflamatorio.

Que es la teoría del confort

La teoría del confort de Kalcoba permite afirmar que las intervenciones de enfermería que promueven el confort.

## VALORACION DE LOS SIGNOS VITALES

**“ES EL CONJUNTO DE PARAMETROS QUE REFLEJAN FUNCIONES VITALES DEL CUERPO”**

**PRESION ARTERIAL:** es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias.

Hipotension: <90/60 mmHg

Normal: 90-120/60-80mmHg

Prehipertension: 130-139/85-89mmHg

Hipertension: >140/90 mmHg

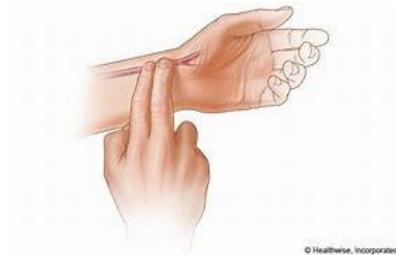


**PULSO:** es el ruido que ejerce la sangre en cada latido del corazon contra las paredes de las arterias.

Bradicardia: <60 latidos por minuto

Normal: 60-100 latidos por minuto

Taquicardia: >100 latidos por minuto



**FRECUENCIA RESPIRATORIA:** es el numero de veces que se produce de una espiracion dentro de un minuto .

Bradipnea: <12 resp/min.

Normal: 12-20 resp/min.

Taquionea: >20 resp/min.



**TEMPERATURA:** es el grado de calor que tiene el cuerpo para lograr un funcionamiento adecuado.

Hipotermia: <36°C

Normal: 36°-3.5°C

Febricula: 37.5-38°C

Fiebre: >38°C



## TIPOS DE BAÑOS PARA EL PACIENTE:

1. baño completo: es el tipo de baño mas comun, que incluye una bañera, ducha, lavabo e inodoro.
2. aseo: es un baño pequeño que solo incluye un inodoro y un lavabo.
3. baño de visitas: es similar al aseo, pero se encuentra en la zona de recepcion de la casa y suele ser utilizado por los invitados.
4. baño para personas con discapacidad: este tipo de baño esta diseñado para personas con movilidad reducida.

El baño puede ser en cama, completo o parcial, en bañera o una ducha. El metodo depende del estado del paciente, de la capacidad para cuidarse por si mismo y de la eleccion personal.

**SUCCION GASTRICA:** es la introduccion de una sonda por uno de los orificios nasales hasta la cavidad gastrica. La succion gastrica se utiliza para vaciar el contenido del estomago, para realizar un analisis o para extraer elementos irritantes tales como venenos, sustancias toxicas y otros.

Los objetivos serian:

- Establecer un medio de drenaje por aspiracion o gravedad para eliminar liquidos y/o gases del aparato digestivo.
- Administrar medicamentos y/o alimentos directos a la cavidad gastrica.
- Recolectar muestras del contenido gastrico con fines diagnosticos.
- Realizar lavado gastrico.
- Administrar alimentacion enteral.
- Administrar medicamentos.

**LAVADO VAGINAL:** procedimiento mediante el cual se lava la vagina con agua o una solucion de limpieza. La mayoría de estas soluciones contienen una mezcla de agua y vinagre, bicarbonato de sodio o yodo. Los lavados vaginales regulares pueden eliminar algunas de las bacterias que normalmente viven en la vagina. Esto puede permitir que la candidiasis o tipos dañinos de bacterias crezcan y causen infeccion. Los lavados vaginales tambien puede causar otros problemas de salud, como la enfermedad inflamatoria pelvica (EIP) y problemas durante el embarazo. La mayoría de los medicos no recomiendan los lavados vaginales.

**ENEMAS:** colocacion de sonda rectal y enema evacuante.

Es la introduccion de un cateter rectal a traves del esfinter anal hasta el recto e introducir liquidos en forma lenta de por via rectal, para favorecer la evacuacion de heces del intestino o complementar tratamientos.

Los objetivos son:

- Favorecer la eliminacion de gases y materia fecal.
- Favorecer la limpieza del intestino.
- Desintoxicar el organismo.
- Disminuir la distension abdominal.
- Complementar tratamientos.
- Suministrar tratamientos o medios de diagnostico.

Y los riesgos serian:

- Dolor anal.
- Lesion intestinal.
- Dolor abdominal.
- Laceraciones.
- Contaminacion.

Enema de retencion: es la introduccion lenta por via rectal de solucion medicamentosa o diagnostica para ser retenido o absorbido.

Objetivo: es administrar medicamentos para efectos locales o generales.

Administrar sustancias con fines de diagnostico.

Enema por colostomia: es el procedimiento por el cual se introduce liquido en el colon a traves de la estoma intestinal.

Objetivos: administrar algun medicamento. Facilitar la limpieza intestinal.