



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Tania Geraldine Ballinas Valdez*

*Nombre del tema: ELEMENTOS DE LOS CUIDADOS HOLÍSTICOS*

*Parcial: 2 unidad*

*Nombre de la Materia: Fundamentos de Enfermería*

*Nombre del profesor: Maria del Carmen López Silba*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 3-A*

## INTRODUCCIÓN

La enfermera es una profesión en evolución cada vez más se va actualizando para dar mejores servicios de salud a la comunidad, en este ensayo abordaré temas relacionados a elementos de los cuidados holísticos, estos cuidados van más allá de una simple técnica sino que esto enfoca a sanar al paciente a través de la unión de cuerpo, mente, emociones, espíritu y medio ambiente, para que el paciente sienta ayuda se consideran datos de todo tipo como la etnia, cultura, religión e incluso sexualidad que permiten respetar y brindar una mejor atención hace ellos según sus costumbres o pensamientos.

Los temas como etnia y cultura que esto va muy relacionado a todas las personas, ya que cada uno es distinto con distintas ideologías, maneras de llevar su cultura y la etnia que pertenecen, inclusive se respeta sus costumbres o pensamientos que tienen, ya que los pacientes tienen derecho a decidir lo que pueda ser mejor para su salud.

Incluiré un tema igual de importante la espiritualidad y religión porque cada persona tiene derecho a elegir libremente la religión que desee profesar incluso muchos grupos de personas tienen una misma deidad o Dios, es importante que como estudiantes de enfermería aprendamos como estos aspectos influyen en la toma de decisiones de un paciente y los hace dudar inclusive de los servicios de salud.

Otro tema que incluí fue acerca de la sexualidad, ya que es importante que la persona pueda saber acerca de su sexualidad y conozca su cuerpo, muchas veces habrá pacientes con mucha vergüenza al hablar sobre sexualidad porque son muy reservados en cuestión de esos temas, pero como personal de salud se les da pláticas de orientación para llevar una buena sexualidad y evitar así enfermedades, incluso respetar las preferencias sexuales.

Enfermería se ha distinguido por ser una carrera con mucho humanismo, por eso aborda cuidados que van más allá de una simple técnica invasiva o no, sino que trata de apoyar moralmente o sentimental a un paciente, siempre respetando sus ideologías, por eso nosotros que estamos estudiando debemos darnos una idea sobre lo que aborda una enfermera y llevarlo a la práctica de la mejor manera.

Sin más espero mi ensayo sea de su agrado y sea de fácil comprensión para entender un punto de vista acerca de estos temas.

## DESARROLLO

La cultura se entiende que son valores, creencias y normas de las personas en particular que son aprendidas, compartidas y transmitidas de generación en generación, determina los patrones y estilos de vida que tienen influencia en las decisiones de las personas e inclusive en una comunidad. El concepto de cuidados de enfermería y cultura se entrelazan entre sí por la convivencia entre enfermera y paciente, una de las principales teóricas acerca de este concepto fue Madeleine Leininger en una teoría llamada "Teoría de la diversidad y universalidad de los cuidados", en la que da conceptos acerca de cómo los enfermeros deben estar conscientes acerca de cómo una cultura o incluso costumbres influyen en el autocuidado de la salud de una persona.

Su teoría de la diversidad y universalidad de los cuidados culturales, basada en su convicción de que las personas de culturas diferentes pueden ofrecer información y orientar a los profesionales para recibir la clase de cuidados que desean o necesitan los demás y como las enfermeras deben de huir de los estereotipos y superar los prejuicios con el fin de establecer una relación efectiva, desde el respeto de lo que no es propio y con conciencia cultural, para así propiciar un buen ámbito de trabajo.

Florence Nightingale creía que: la espiritualidad era una fuerza que proporcionaba la energía necesaria para promover un entorno hospitalario saludable y que el cuidado de las necesidades espirituales de una persona era tan esencial como el cuidado de sus necesidades físicas. Permite a una persona amar, tener fe y esperanza, buscar el significado de la vida y fomentar las relaciones con los demás, si se apoya incluso con la espiritualidad y la religión obtendremos mejores resultados de mejoría en su salud.

Por lo general nosotros pensamos que la espiritualidad es la que ayuda a mantener la salud, bienestar y para afrontar enfermedad, ya que esta mejora la salud, pero muchas veces no todos comprenden o respetan la espiritualidad o la religión que profese un paciente ya sea por no creer en Dios o deidades o porque no tienen tiempo de comprender estar con esas creencias. La fe es un distintivo de una religión el hecho de tener confianza o creer tanto en un dios supremo con el fin de pedir por la salud o el bienestar de cada persona y esto hace parte de la personalidad de la persona.

Un tema muy importante es la sexualidad, son los factores biológicos, físicos y psicológicos de cada uno e incluso la manera en como cuida de ella, las enfermeras debemos aprender a dar pláticas sobre el buen cuidado de nuestra salud e incluso en cómo llevar una sexualidad responsable así evitar enfermedades o contagios.

Según la OMS (2010), la salud sexual es "un estado de bienestar físico, emocional, mental y social en relación con la sexualidad; no es simplemente la ausencia de enfermedad, disfunción o incapacidad". Es importante dar orientación sexual acerca de las preferencias sexuales de cada uno o con respecto a la comunidad LGBT para tener idea de cómo expresarla y más que nada la aceptación de la persona, se da pláticas también acerca de los métodos anticonceptivos que son más usados para que las parejas sexualmente activas tengan un control de natalidad e incluso evitar ITS que son uno de los problemas más frecuentes por no tener una sexualidad responsable.

## CONCLUSIÓN

Después de todo lo que tome en cuenta, para una enfermera siempre ha sido un reto muy grande porque el acostumbrarse y dejar atrás estereotipos ha sido complicado, inclusive las personas con culturas o tradiciones muy apegadas a ellos les ha sido difícil confiar en las instituciones de salud por su ideología o ven mejor un remedio casero para ellos.

Lo que una enfermera debe estar consiente es que debe dar el mejor cuidado de todas las maneras siempre respetando las ideologías de nuestro paciente con respecto a su cuerpo y su salud, pero muchas ven esto como una dificultad porque no hacen las cosas con la buena vocación que se merece.

Es importante dar a conocer temas que den información importante como por ejemplo el hecho de llevar una sexualidad responsable para evitar ciertos problemas a futuro e incluso a la comunidad juvenil es importante darles a conocer temas de métodos anticonceptivos para que eviten las ITS porque son enfermedades complicadas y es mejor hablar y explicarles a los jóvenes como cuidarse a que después lleguen con alguna ITS o incluso un embarazo a temprana edad.

Es importante tener en cuenta todos los factores que influyen en la salud de un paciente o incluso una comunidad, para así poder dar una mejor atención de salud, incluso es importante respetar las opiniones que tenga un paciente acerca de sus cuidados o incluso muchos no pueden recibir ciertas cosas porque su religión no les permite, pero como enfermeras el saber respetar la autonomía del paciente es lo primordial y nosotras debemos acostumbrarnos a que ese tipo de cosas pueden pasar.

Es importante ver como el trabajo de una teórica pudo llegar a ser tan importante y valorado en la carrera de enfermería, ya que la diversidad de culturas siempre estará presente en la vida y que tenemos que aprender a como convivir con ellos de la mejor manera, esto con el objetivo de garantizar su recuperación o una estabilidad de salud. Incluso el hecho de poder dar al paciente un ambiente de seguridad para poder expresar sus pensamientos u opiniones con respecto a su ideología ha hecho que mejore la atención de salud.

Sin más espero que mi trabajo sea de su agrado y dar una breve explicación de por qué es importante este tipo de cuidado y que llevarlo de la mejor manera es importante, sé que como estudiantes de enfermería son temas que amplían nuestro conocimiento para seguir preparándonos para la vida y el trabajo que tengamos en un hospital.

## BIBLIOGRAFIA

- Universidad del Sureste 2023. Antología de Fundamentos de enfermería  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/973609a11604dfa288ca1dba5241310e-LC-LEN301%20FUNDAMENTOS%20DE%20ENFERMERIA%20III.pdf>
- Libro de fundamentos de enfermería, autor: Eva Reyes Gómez