



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Ana Paola Lopez Hernández*

*Nombre del tema: Elementos de los cuidados holísticos*

*Parcial: II*

*Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería III*

*Nombre del profesor: María del Carmen López silba*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: III*

*Fecha y lugar de trabajo: 10/06/2023*

Hoy en día, los individuos y grupos viven en una sociedad cada vez más compleja, pero también cada vez más independiente e individualista, y dependen de un gran número de profesionistas para atender los requerimientos de su salud. Estos profesionistas como la enfermera, médico, trabajadora social, deben interactuar con los miembros de esa sociedad y de otros servicios para fomentar, prevenir, diagnosticar y cuidar la salud, considerando que toda persona tiene derecho a ésta.

El cuidado holístico consiste en ayudar a los pacientes con los efectos de la enfermedad del cuerpo, la mente, las emociones, la espiritualidad, la religión y las relaciones personales, a través de una atención integral que también implica tomar en consideración las diferencias sociales y culturales existentes, en palabras más claras podemos decir que los cuidados holísticos es todo lo que puede mejorar al paciente y sentirse mejor , con los elementos que integran , analizan de manera global todo lo que tenga que ver con los pacientes y como poder mejorar la salud y el estado emocional de cada uno de ellos, también nos da a conocer sobre su cultura , religión sin ningún tipo de discriminación .Nos da la oportunidad de poder interactuar con la otra persona es decir el paciente y así poder conocer todo lo relacionado a ella , buscar más a fondo y saber como es el/la persona , hacer que se sienta segura en un centro hospitalario y que pueda recibir la atención que merece . Debemos tener en cuenta que todos los elementos holísticos; religión, sexualidad, cultura, espiritualidad, es lo que integran a cada persona y que cada una de ellas es diferente, por eso es importante para nosotros como personal de salud, respetar todo eso y tratarlas a todas por igual como debe ser, sin hacer ninguna distinción para poder ayudarlas y brindarles una mejor atención y los cuidados necesarios que necesiten para que se encuentren bien de salud, de eso se trata sobre como nosotros debemos tomar en cuenta cada uno de estos elementos y tenerlos en cuenta para poder saber más sobre las personas y ayudarles de una manera más fácil.

## **Etnia y cultura**

Madeleine Leininger desarrolló 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. La cultura determina los patrones y estilos de vida que tienen influencia en las decisiones de las personas. Basa su teoría en la enfermería transcultural y su objetivo es proporcionar cuidados profesionales que sean coherentes con los valores, las creencias y las prácticas culturales. Se entiende la Cultura como los valores, creencias y normas de las personas en particular que son aprendidas, compartidas y transmitidas. Conllevan el pensamiento, las acciones y las decisiones específicas que tomamos en nuestra vida. Como enfermeras, debemos preguntarnos de qué manera la cultura puede influir en el cuidado que damos. Una de las fases del proceso de atención de enfermería se basa en valorar al individuo como un ser único e integral, con necesidades biológicas, psicológicas y sociales. Entonces es importante respetar la cultura de cada persona y ser tratadas con igualdad.

## **Espiritualidad y religión**

Florence Nightingale creyó 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. A menudo la espiritualidad se define hoy como una conciencia del propio yo interno y un sentido de conexión con un ser superior, un estado natural o un propósito mayor que uno. La salud de una persona depende de un equilibrio de los factores físicos, psicológicos, sociológicos, culturales, del desarrollo y espirituales. La espiritualidad es importante para ayudar a las personas a alcanzar el equilibrio necesario para mantener la salud y el bienestar y para afrontar la enfermedad. Los estudios muestran que la espiritualidad afecta positivamente y mejora la salud, la calidad de vida, las conductas de promoción de la salud y las actividades de prevención de la enfermedad.

## Sexualidad

La sexualidad es parte de la personalidad de una persona y es importante para la salud en general, aunque muchos adultos carecen de conocimientos con respecto a la sexualidad. Para sentirse cómodas abordando la sexualidad, las enfermeras necesitan habilidades de comunicación terapéutica y estar bien informadas sobre el funcionamiento, los problemas y la valoración sexuales. Muchos valores y cuestiones rodean la sexualidad. La sexualidad se diferencia de la salud sexual. 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». Las personas que tienen una vida sexual saludable tienen un enfoque positivo y respetuoso hacia la sexualidad y las relaciones sexuales.

**Anticoncepción:** Hoy en día hay disponibles numerosas opciones anticonceptivas para las parejas sexualmente activas. Proporcionan niveles diferentes de protección contra los embarazos no deseados. Algunos métodos no requieren prescripción, mientras que otros requieren prescripción o algún otro tipo de intervención por parte de un profesional sanitario.

**Infecciones de transmisión sexual:** La incidencia de las ITS continúa aumentando. Cada año se diagnostican en los Estados Unidos a cerca de 19 millones de personas con una ITS; casi la mitad de ellas tiene entre 15 y 24 años. La prevalencia de las ITS es un problema de salud importante por varias razones. Las poblaciones negra e hispana son diagnosticadas de una ITS con más frecuencia que los blancos, y las mujeres tienen más complicaciones asociadas a las ITS que los hombres

Si bien Los cuidados que debe tener la enfermera deben ser los mejores y tener una capacitación extra sobre como interactuar con las personas y hablarles sobre cosas que ellos desconocen en este caso mencionare la sexualidad que es un tema que para algunos es incomodo o extraño abarcar estas charlas y que no se sienten seguras al decir o hacer algo relacionado con nuestra sexualidad , por eso es importante tener en cuenta todo esto para brindarles una mejor ayuda e información sobre estas. Mas que nada reconocer todo lo que cada persona tiene dentro de ella y lo importante que es respetar todo sobre sus raíces y su conocimiento que tenga sobre algo, también respetar sobre los cuidados de enfermería que requiera, si en algún dado caso no accede a algo porque quizá ella no conoce en algún dado caso la religión no lo permite.

# BIBLIOGRAFIA

chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfindmkaj/https://plataformaeducativauds.com.  
mx/assets/docs/libro/LEN/973609a11604dfa288ca1dba5241310e-LC-  
LEN301%20FUNDAMENTOS%20DE%20ENFERMERIA%20III.pdf