



**Mi Universidad**

## **Super-Nota**

*Nombre del Alumno: Pérez Díaz María Guadalupe*

*Nombre del tema: Unidad III promocion de la salud fisica*

*Parcial: 3er*

*Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería III*

*Nombre del profesor: Lic. Selene Ramirez Reytez*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 3er*

## PATRON 1: PERCEPCION DE LA SALUD Y MANEJO DE LA SALUD

Describe la percepción del cliente de su patrón de salud y bienestar y como lo maneja. Incluye la percepción del individuo de su estado de salud y de su relevancia para las actividades actuales v sus planes futuros.



Que valora:

- Como percibe el individuo la salud y bienestar.
- Manejo de su salud respecto a su mantenimiento.
- Apego a sus prácticas terapéuticas.

Como se valora:

- Hábitos higiénicos (personales, vivienda, vestido, vacunas, alergias, percepciones la salud.
- Conductas saludables (interés y conocimiento).
- Existencias o no de hábitos tóxicos.



El patrón esta alterado si:

- Considera que su salud es pobre, regular, mala.
- Tiene un inadecuado cuidado de salud (bebe en exceso, fuma, consume drogas)
- Higiene personal o de la vivienda es inadecuada.

## PATRON 2: NUTRICIONAL-METABOLICO

Este se centra en la ingesta de alimentos, la digestión y el metabolismo. Un adecuado equilibrio en este patrón es fundamental para mantener un estado nutricional optimo y un metabólico saludable

Qué valora:

Determina el consumo de alimentos y líquidos en relación a sus necesidades metabólicas.  
Problemas de ingesta, altura, peso y temperatura.  
Estado de piel y mucosa.

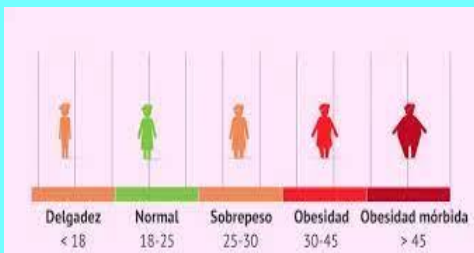


Como se valora:

Valoración de IMC, valoración de alimentación, alergias e intolerancias.  
Recoge N.º de comidas, tipo, hora, dieta.  
Alteraciones de la piel, uñas, pelo frágil.  
Deshidratación, lesiones, etc.

El patrón esta alterado si:

Tiene alteraciones de IMC, desequilibrio nutricional, problemas bucales, disfagia o sonda de alimentación, problemas digestivos.



## PATRÓN 3: ELIMINACIÓN

Se relaciona con la capacidad de una persona para eliminar los desechos del cuerpo de manera adecuada y regular. Un funcionamiento adecuado de este patrón es esencial para prevenir problemas de salud como la constipación o la retención de líquidos.

### Patrón Eliminación

*María Camila Tamara Cortes  
Lina Marcela Carrillo Pinzon  
Enfermería - IC*



Que valora:

Describe las funciones excretoras intestinales, urinaria y de la piel.

Como se valora:

Intestinal: consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en las heces, uso de laxantes, incontinencias.

Urinarias: micciones/día características de la orina, problemas de micción, sistemas de ayuda, incontinencias.

Cutáneas: sudoración copiosa.



El patrón esta alterado si:

Intestinal: existe estreñimiento, incontinencias, diarrea, flatulencia o la persona requiere de ayuda (laxantes, enemas.

Urinario: presenta incontinencia, retención, disuria, poliuria, o requiere sistemas de ayuda (absorbentes, colectores.

Sudoración excesiva.

## PATRÓN 4: ACTIVIDAD Y EJERCICIO

Este patrón se enfoca en la capacidad de una persona para participar en actividades físicas y ejercicios que promueva la salud y el bienestar. El ejercicio regular tiene numerosos beneficios para el cuerpo y la mente.

Que valora:

La actividad (tipo, cantidad y calidad de ejercicio.

Tiempo libre y recreo (tipo de actividades)

Requerimientos de consumo de energía (higiene, compra, mantenimiento del hogar, etc.)

Capacidad funcional.



Como se valora:

Valoración del estado cardiovascular, respiratorio, tolerancia a la actividad.

Valoración a la movilidad, actividades cotidianas.

Estilo de vida y actividades recreativas.

El énfasis está en las actividades de mayor importancia para la persona (tipo de actividades y tiempo que se le dedica).



El patrón esta alterado si:

frecuencia respiratorio alterada, disnea, cianosis, tos inefectiva, tiraje, uso de oxígeno domiciliario.

Alteración de T/A y F/C en respuesta a la actividad, claudicación intermitente.

Cansancio excesivo, hipotonía muscular, inmovilizaciones, narálisis.





## PATRÓN 5: SUEÑO-DESCANSO

Este aborda la calidad y cantidad del sueño y el descanso de una persona. Un sueño reparador y suficiente es esencial para mantener un buen estado de salud y tener energía durante el día.



Que se valora:  
Capacidad de dormir, descansar o relajarse durante todo el día, cantidad y calidad del sueño.  
Percepción de nivel de energía, ayuda para dormir (medicamentos, rutinas, etc.)

Como se valora:  
Espacio físico, ventilación, temperatura, agradable y libre de ruido, tiempo dedicado al sueño, recursos físicos, mobiliarios, exigencias laborales, problemas físicos.  
Problemas psicológicos, uso de fármacos para dormir.



El patrón esta alterado si:  
Si usa ayuda farmacológica para dormir, dificultades para dormir, somnolencia, diurna, cansancio R/C, falta de descanso, disminución con la capacidad.

## PATRÓN 6: COGNITIVO-PERCEPTIVO

Este caso se refiere a la capacidad de una persona para procesar la información, tomar decisiones y tener una percepción adecuada del entorno. Un buen funcionamiento cognitivo y perceptual es esencial para la vida diaria.

Que se valora:  
Nivel de conciencia, conciencia de la realidad, percepción del dolor, lenguaje, ayuda para la comunicación, memoria, juicio, comprensión de ideas, toma de decisiones.



Como se valora:  
Nivel de conciencia y orientación, alteraciones cognitivas, problemas para expresarse, dificultad en el aprendizaje, problemas de lenguaje, miedos, problemas de visión, audición, olfato, gusto o tacto, alteración en la conducta.



El patrón esta alterado si:  
La persona no está consciente u orientada, presenta deficiencias en cualquiera de los sentidos, especialmente vista y oído, hay dificultades de comprensión por idioma o por analfabetismo, Existen fobias o miedos injustificados, se dan conductas de irritabilidad, agitación o intranquilidad.



## PATRÓN 7: AUTOPERCEPCIÓN Y AUTOCONCEPTO

Este patrón involucra la forma en que una persona se ve a si misma y como se valora. Una autopercepción positiva y un autoconcepto saludable pueden influir en la autoestima y el bienestar emocional.



Que se valora:

Actitudes a cerca de uno mismo, percepción de las capacidades cognitivas, afectivas o físicas, imagen corporal, social, identidad, patrón emocional, postura corporal y movimiento, contacto visual, patrones de voz y conversación.

Como se valora:

Problemas consigo mismo, imagen corporal, problemas conductuales, sentirse querido, cambios frecuentes, asertividad, pasividad, nerviosismo y relajación.



El patrón esta alterado si:

Existen verbalizaciones auto negativas, desesperanza, expresión de inutilidad, problemas con su imagen corporal, problemas conductuales.



## PATRÓN 8: ROLES Y RELACIONES

Se relaciona con la capacidad de una persona para desempeñar roles y establecer relaciones significativas con los demás. Una vida social satisfactoria y relaciones saludables constituyen al bienestar general.

Que se valora:

Relación con las demás personas, papel que ocupa en la familia.  
Satisfacción o alteraciones en: familia, trabajo, relaciones sociales.



Como se valora:

Con quien vive, estructura familiar, rol en la familia, problemas, apoyo familiar, dependencia.  
Grupo social: amigos próximos, pertenece algún grupo social, cambios, fracasos, conflictos, aislamiento social, comunicación, violencia, problemas en el ámbito laboral, escolar, entorno seguro, satisfacción.



El patrón esta alterado si:

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





## PATRÓN 9: SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN:

Aquí trata sobre la expresión de la sexualidad y la capacidad reproductiva de una persona. Comprender y mantener una sexualidad saludable es esencial para el bienestar emocional y físico.



Que valora:

Satisfacción o insatisfacción sexual, alteraciones en relaciones sexuales, seguridad en relaciones sexuales, patrón reproductivo, pre menopausia y posmenopausia.

Como se valora:

Menarquia y todo relacionado con el ciclo menstrual, menopausia, métodos anticonceptivos, embarazos, abortos, problemas o cambios, relaciones sexuales.



El patrón esta alterado si:

La persona expresa preocupación respecto a su sexualidad, problemas en la etapa reproductiva, problemas de menopausia, relaciones de riesgo, insatisfacción sexual.

## PATRÓN 10: ADAPTACIÓN Y TOLERANCIA AL ESTRÉS

Se refiere a la forma en que una persona maneja el estrés y las situaciones difíciles. Desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento puede ayudar a mantener un equilibrio emocional y físico.

Que se valora:

Formas o estrategias de afrontamiento personal, respuestas del individuo en situaciones de estrés y formas de controlarlo.

Capacidad de adaptación a los cambios, percepción de habilidades para controlar el estrés, soporte individual o familiar que cuenta el individuo.



Como se valora:

Cambios importantes en los últimos 2 años, alguna crisis, utiliza medicinas, drogas o alcohol cuando esta tenso, cuando exista un problema como resolverlo, cuenta con una persona cercana al que le puede contar sus problemas con confianza.

El patrón esta alterado si:

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



## PATRÓN 11: VALORES Y CREENCIAS

Este último patrón se relaciona con los valores, creencias y principios que guían la vida de una persona. Identificar y vivir de acuerdo con los propios valores y creencias puede proporcionar un sentido de propósito y significado.

### Que se valora:

Lo que considera correcto, inapropiado, bien y mal, lo que percibe importante para su vida, percepciones de conflictos, en valores, conflictos o expectativas relativas a la salud. Las prácticas religiosas, decisión acerca de Tx prioridad de salud, vida o muerte.



### Como se valora:

Si tiene planes de futuro importantes, si está contento con su vida, perteneciente a alguna religión, si le causa algún problema benéfico. Cuando surge dificultades, preocupaciones relacionado con la vida y la muerte, el dolor o enfermedad.



### El patrón esta alterado si:

Existe un problema en sus creencias, problemas en sus prácticas religiosas, preocupación de la vida, muerte, dolor, enfermedad.

