



**Mi Universidad**

**Súper nota**

*Nombre del Alumno: Sonia Avila Sánchez*

*Nombre del tema: promoción a la salud pública*

*Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería*

*Nombre del profesor: Selene Ramírez*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 3*

# Promoción de la salud física

• define como un proceso planificado, sistemático, continuo y deliberado de recogida e interpretación de información.



Permite determinar la situación de salud, y la respuesta que las personas dan a ésta.



Marjory Gordon 11 patrones

La valoración se realiza mediante la recogida de datos subjetivos, objetivos, la revisión de la historia clínica o informes de otros profesionales

**Patrón 1 ::** percepción de la salud y manejo de la salud

**¿Qué valora?**  
Como percibe el individuo la salud y el bienestar.

**¿ como se valora ?**  
• Hábitos higiénicos: personales, vivienda.

**¡Resultado del patrón !**  
La persona considera que su salud es pobre o malo.

**Aclaraciones :** Los conocimientos sobre su problema de salud y la actitud ante el mismo.

**Patrón 2: Nutricional- metabólico**

**¿Qué valora?**  
Describe el consumo de alimentos

**¿ como se valora ?**  
Valoración del IMC.

**¡Resultado del patrón !**  
Tiene una nutrición desequilibrada

**Aclaraciones :**  
: una persona tiene que ingerir 10 vasos de líquidos al día:

**Patrón 3: Eliminación**

**¿Qué valora?**  
Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria

**¿ como se valora ?**  
Consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en heces.

**¡Resultado del patrón !**  
Existe estreñimiento, incontinencia, diarrea, Aclaraciones: Estreñimiento

**Patrón 4 : Actividad y ejercicio**

**¿Qué valora?**  
• El patrón de ejercicio

**¿ como se valora ?**  
• Valoración del estado cardiovascular:

**¡Resultado del patrón !**  
Frecuencia respiratoria alterada, disnea, cianosis,.

**Aclaraciones :**  
• Falta de conocimientos: de actividades físicas

### Patrón 5 : Sueño- descanso

**¿Qué valora?** Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar en 24 hrs

**¿ como se valora ?** El espacio físico en el que duerme.

**¡Resultado del patrón !** Si usa ayudas farmacológicas para dormir .

**Aclaraciones :**En adultos se recomienda un promedio de 7-8 horas de sueño



### Patrón 6 :cognitivo- perceptivo

**¿Qué valora?** Patrones sensorio- perceptuales y cognitivos

**¿ como se valora ?** Nivel de consciencia y orientación.

**¡Resultado del patrón !** La persona no está consciente u orientada

**Aclaraciones :**Se aconseja utilizar los diferentes test o escalas validadas dependiendo si el patrón está o no alterado



### Patrón 7: Autopercepción – autoconcepto

**¿Qué valora?** Autoconcepto y percepciones de uno mismo

**¿ como se valora ?** Problemas consigo mismo

**¡Resultado del patrón !**

Existen verbalizaciones auto negativas, expresiones de desesperanza, expresiones de inutilidad

**Aclaraciones :**“Problemas Conductuales”:



### Patrón 8: rol – relaciones

**¿Qué valora?** El patrón de compromisos de rol y relaciones

**¿ como se valora ?** Familia: Con quién vive

**• ¡Resultado del patrón !**  
No tiene personas significativas (amigos, familia)

**Aclaraciones :**Patrón en Riesgo: las personas ancianas que viven solas, pero son independientes



### Patrón 9: sexualidad y reproducción

**¿Qué valora?** Los patrones de satisfacción o insatisfacción de la sexualidad

**¿ como se valora ?**

**Métodos anticonceptivos**  
**¡Resultado del patrón !** Existen problemas en la etapa reproductiva de la mujer. Existen problemas en la menopausia

**Aclaraciones :** Los problemas de fertilidad y los de identificación sexual nos confirman una alteración del patrón



### Patrón 10: Adaptación tolerancia al estrés

**¿Qué valora?** Las formas o estrategias de afrontamiento general de la persona.

**¿ como se valora ?** Cambios importantes en los dos últimos años, si ha tenido alguna crisis.

**¡Resultado del patrón !** Si recurre al uso de medicamentos, drogas o alcohol para superar los problemas.

**Aclaraciones :** La sensación actual de estrés, significativa patrón alterado.



### Patrón 11: valores y creencias

**¿Qué valora?** Los patrones de valores y creencias que guían las elecciones o decisiones.

**¿ como se valora ?** Si tiene planes de futuro importantes  
**¡Resultado del patrón !** Cuando existe conflicto con sus creencias.

**Aclaraciones :** La valoración de este patrón se enfoca a lo que es importante en la vida para el paciente



## BIBLIOGRAFIA

- <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/2236072ed0eb2b212aacf2606bb6f62d.pdf>
- <https://www.elsevier.es/en-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-enfermeria-adicciones-el-modelo-teorico-13045095>
- <https://ifses.es/patrones-fu>

