

11/04/23

DIABETES

La diabetes es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por niveles elevados de glucosa en sangre (o azúcar en sangre), que con el tiempo conduce a daños graves en el corazón, los vasos sanguíneos, los ojos, los riñones y los nervios.

Epidemiología

En la actualidad, alrededor de 463 millones de adultos de entre 20 y 79 años tienen diabetes. Esto representa el 9.3% de la población mundial en este grupo de edad.

Signos y síntomas (SIS)

Los síntomas de la diabetes incluyen:

- * aumento de la sed y de los ganas de orinar
- * aumento del apetito
- * fatiga
- * visión borrosa
- * entumecimiento u hormigueo en las manos o los pies
- * úlceras que no cicatrizan
- * pérdida de peso sin razón aparente

Diagnóstico (Dx) y Tratamiento (Tx)

La ADA (Asociación Americana de la Diabetes) recomienda que se realicen análisis de detección de diabetes en las siguientes personas:

- Cualquier persona con un índice de masa corporal superior a 25
- Cualquier persona mayor de 35 años
- Mujeres que han tenido diabetes gestacional
- Cualquier persona a la que se diagnosticó prediabetes
- Cualquier persona que tenga VIH.

Las pruebas para la diabetes son:

- Prueba de hemoglobina glucosilada A1c.

- Examen aleatorio de glucosa en la sangre
- Examen de glucemia en ayunas.
- Pruebas de tolerancia a la glucosa.

Su tratamiento:

Según el tipo de diabetes que tengas, el control de la glucosa en la sangre, la insulina y la medicación oral pueden desempeñar un papel importante en tu tratamiento. Llevar una dieta saludable y hacer actividad física con regularidad también son factores importantes en el control de la diabetes.

Prevención

Una dieta saludable, actividad física regular, mantener un peso corporal normal y evitar el consumo de tabaco son formas de prevenir o retrasar la aparición de la diabetes.

La diabetes se puede tratar y sus consecuencias se pueden evitar o retrasar con dieta, actividad física, medicación y exámenes y tratamientos regulares para las complicaciones.

Cuidados de enfermería

- Realizar una correcta evaluación del paciente.
- Realizar intervenciones educativas
- Realizar los controles adecuados
- Fomentar la actividad física del paciente
- Intervención en caso de disparecias físicas o sensoriales
- Fomento de la salud psicosocial

Intervención de enfermería psicológica

- 1.- Ayudar al paciente a mantener sus vínculos sociales,
- 2.- Mantener un buen vínculo con el médico,
- 3.- Escuchar lo que tenga que decir y aconsejar correctamente,
- 4.- Prestar atención a síntomas físicos que pueden aparecer,
- 5.- Controlar el estrés mediante terapia, yoga o actividades recreativas.

INTESTINO IRRITABLE

El síndrome del intestino irritable (SII o IBS), es un grupo de síntomas que se presentan juntos, que incluyen dolor recurrente en el abdomen y cambios en la evacuación de las heces, como diarrea, estreñimiento o ambos.

Epidemiología

Se estima que entre 16 y 30 por ciento de la población padece síndrome de colon o intestino irritable, mejor conocido como colitis, afecta principalmente a mujeres menores de 45 años de edad.

Signos y síntomas

- * Dolor abdominal
- * Sensación de presión en el área inferior del abdomen
- * Inflamación gastrointestinal
- * Aumento en el diámetro del estómago
- * Evacuación irregular (Diarrea, estreñimiento)

Diagnóstico y tratamiento

Los diagnósticos diferenciales del síndrome incluyen: enfermedad inflamatoria intestinal, cáncer colorectal, infecciones intestinales, alteraciones hormonales sistémicas, intolerancia a alimentos, enfermedad celíaca, enfermedad tiroidea, sobrecrecimiento bacteriano intestinal, malabsorción de ácidos biliares, neuropatía o miopatía entérica, efectos secundarios de medicamentos, entre otros. El tratamiento no farmacológico la dieta es igual de importante que los fármacos en el manejo de este síndrome. Los alimentos ricos en hidratos de carbono, altos en grasa, café, alcohol, ricos en histamina, licante, etc. son los causantes de síntomas. En el tratamiento nutricional incluye: Alimentos bajos en hidratos de carbono de cadena corta, Fibra, restricción de alimentos (café, alcohol y grasa) y probióticos. Los grupos farmacológicos más utilizados son: Antiespasmódicos, antidiarreicos, laxantes, antidepresivos, antibióticos y agentes serotoninérgicos.

Prevención

- Llevar una alimentación con fibra
- Tomar agua
- Evitar alimentos con gluten
- Hacer ejercicio

Estas medidas preventivas te ayudarán a minimizar los síntomas e inclusive desaparecerlos en su totalidad.

Cuidados de enfermería

- Entrevista semiestructurada, en la que el paciente pueda expresarse dentro de un orden.
- Orientación sobre la enfermedad
- Consecución de eventos a modificar por el paciente
- Apoyo de enfermería que aumente la confianza del paciente
- Técnicas de autocontrol cognitivo conductual
- Prestar atención a signos y síntomas de alarma.

CANCER

El cáncer es una enfermedad en la que algunas células del cuerpo se multiplican sin control y se diseminan a otras partes del cuerpo. Es posible que el cáncer comience en cualquier parte del cuerpo humano, formado por billones de células.

Epidemiología

A nivel mundial, se estima que hubo 20 millones de nuevos casos de cáncer y 10 millones de muertes por cáncer. La carga del cáncer aumentará aproximadamente en un 60% durante las próximas dos décadas, lo que afectará aún más a los sistemas de salud, a las personas y a las comunidades.

Signos y síntomas

- Un signo como tal una fiebre o algún sangrado, puede ser visualmente observada y cuantificada (medida) por alguien más.
- Un síntoma, tal como dolor y el cansancio, es algo que es perceptible en la persona que lo está teniendo.

Los signos y síntomas del cáncer dependerán de su ubicación, tamaño y qué tanto podría afectar a los órganos tejidos a su alrededor. Si un cáncer se escapa, entonces los signos o síntomas pueden aparecer en diferentes partes del cuerpo.

Diagnóstico y tratamiento

El médico puede usar uno o más enfoques para diagnosticar el cáncer:

- * Exploración física
- * Análisis de laboratorio
- * Pruebas por imágenes
- * Biopsia

En el tratamiento los médicos cuentan con diversas herramientas para tratar el cáncer. Las opciones del tratamiento oncológico incluyen las siguientes:

- * Cirugía
- * Quimioterapia
- * Radioterapia
- * Trasplante de médula ósea
- * Inmunoterapia
- * Terapia hormonal
- * Tratamiento dirigido con fármacos
- * Ensayos clínicos

Prevención

Considera estos consejos sobre el estilo de vida para ayudar y prevenirlo:

- * No consumes tabaco
- * Lleva una dieta saludable
- * Mantiene un peso saludable y hace actividad física
- * Protégete del sol
- * Recibe la vacuna
- * Evita comportamientos riesgosos
- * Consigue atención médica regular

Cuidados de enfermería

Entre las intervenciones que podemos recomendar al personal de enfermería, cuidados educativos y acompañamiento terapéuticos que trabajan con pacientes oncológicos se encuentran en los siguientes:

- * Comunicación e información
- * Cuidar la higiene e hidratación de la piel
- * Alimentación y nutrición
- * Medicación
- * Controlar la actividad y el dolor
- * Tener en cuenta la salud mental del paciente
- * Trabajar con familiares y entorno cercano
- * Ayudar a que el paciente mantenga vínculos sociales
- * Últimos días de vida y acompañamiento del duelo familiar.

VIH (SIDA)

SIDA significa (síndrome de inmunodeficiencia adquirida), es la fase más avanzada de la infección por el VIH.

El VIH ataca y destruye las células CD4 (linfocitos CD4) del sistema inmunológico que combaten las infecciones.

Epidemiología

39,0 millones (33,1 millones - 45,7 millones) viven con el VIH en todo el mundo en 2022.

1,3 millones contraerón la infección. 630,000 personas fallecieron a causa de enfermedades relacionadas con el sida.

Prevención

Cualquier persona puede contraer la infección por el VIH; sin embargo, usted puede tomar medidas de protección.

- Hágase la prueba del VIH
- Escija patrones de comportamiento sexual menos arriesgados
- Use condones
- Limite el número de parejas sexuales que tenga.
- Hágase las pruebas y los tratamientos para las enfermedades de transmisión sexual.
- Hable con su proveedor de atención de salud sobre la profilaxis preexposición (PrEP).
- No se inyecte drogas.

Cuidados de enfermería

La función de la enfermera es de suma importancia, porque en la mayoría de las ocasiones es el primer contacto, por lo tanto, es esencial una actitud humana y saber escuchar de forma atenta y respetuosa para ganarse la confianza de la persona.

Así, los objetivos generales son:

- Brindar apoyo emocional (emocional) a la persona afectada, a su familia, familiares y amigos y canalizarlos con el servicio correspondiente
- Orientar y asesorar al paciente para una atención integral.

La voz de una enfermera desde la zona roja.

Esta historia es de una enfermera de Madrid que estuvo en el Hospital Universitario Puerta Hierro en la Unidad de Cuidados Intensivos de COVID-19.

Ella nos cuenta el caos que fue en un principio al inicio de las pandemias y como le toco ver la desesperación de los pacientes al no mejorar y la de los familiares al no tener contacto con ellos, pero tambien habian dias buenos donde ella nos dice que los pacientes que estaban entubados o sedados despertaban se movian y caminaban y estaban a un paso de volver a casa. Ella como enfermera estaba a cargo con otras tres enfermeras de turno de hacer cheque de las constantes de todos los pacientes, valorar su estado general, hablaban un poco con los que no estan sedados, dan la medicación y realizan los cuidados: curas, cuidados de tubo y tráquea, cambios de sistemas, movilizaciones y cambios posturales.

Uno de los pacientes en su UCI lo rodean bombas de perfusiones, monitores, et respirador, un hemofiltro, vias cables. Llego hace dos dias dice ella, despertó muy fuerte mi mano mientras lo dormía profundamente, quien sabe hasta cuando. Como quisiera verlo despertado de nuevo. En espera, tengo en mi celular un video que su familia le ha grabado para que ese dia se lo pongamos al despertar.

Ella no nos dice si el paciente si despertó o no, pero de haberlo hecho estoy segura que el se pondria feliz sabiendo que su enfermera le guardo un video de su familia para cuando el despertó y estaria agradecido con ella. Y esas pequeñas cosas son las que hacen valorar la labor de una enfermera.

Ella nos dice que desde del punto de vista de la enfermería no cambiaria para nada su carrera o profesión ya que hay dias malos y pasados pero que hoy por hoy no podria estar más llena de ganas de cuidar a alguien al pie de la cama y que esta muy orgullosa de haber elegido ser enfermera.

Variables Independientes en salud.

1. Las situacionales:

Angel fuma permanentemente en su oficina, a pesar de haber sido operado de un tumor cerebral. Esta convencido que "de algo hay que morirse"; que no tiene sentido abandonar ese habito porque inevitablemente "todos vamos a terminar muriendonos de algo", por tanto, no percibe ninguna ganancia en serimir esta práctica. Esta creencia le ayuda a defender y justificar su conducta autodestructiva.

2.- Las personales:

Pedro fuma una caja de cigarrillos al dia y aun no perrive síntomas limitantes; su vida es sedentara y sin mayores exigencias físicas. Ante situaciones de estrés cotidiano, incrementa el consumo de cigarrillos porque siente que ese comportamiento "lo tranquiliza". Por su parte, José tiene cuarenta y seis años; en el presente, no experimenta señales ni síntomas significativos, pero sabe que ha sufrido de hipertensión; no realiza controles médicos y su estilo de vida no esta acorde con las prescripciones medicas debidas. Parece ignorar el riesgo potencial de su conducta, la cual tiene una gran probabilidad de favorecer procesos de enfermedad.

3.- Las consecuencias

El médico le manifiestan a José que él está en una situación limite, que es necesario que cambie el estilo de comportamiento que ha llevado hasta ahora; de lo contrario, su vida corre seros riesgos. Pero el sistema de creencias de José no le permite asimilar esta informacion; está convencido que su accidente cerebro-vascular se debio sólo al mal momento que paso y que se si evita este tipo de situación evade seguir su vida

13/09/2023

Valoración psicológica

1. Física

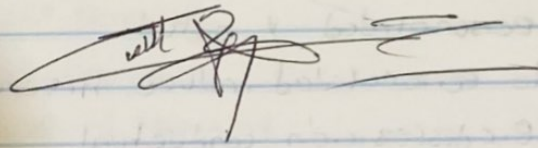
Adolecente de 18 años presenta anemia, tiene una dieta que seguir, no presenta alergias, no toma medicamentos. Su dieta consiste en consumir carbohidratos y proteínas. Presenta un trastorno alimenticio.

2. Psicológica

El paciente no es muy sociable en lugares donde hay mucha gente, tiempo atrás él presentaba depresión y eso causó que cayera en anemia, de la cual le dieron una dieta, pero actualmente ya mejoró.

3. Mental

Paciente mentalmente aparenta más años de los que tiene.



1.- Adolescente de 18 años presenta anemia, tiene una dieta que seguir, no presenta alergias, no toma medicamentos. Su dieta consiste en consumir carbohidratos y proteínas. Presenta un trastorno alimenticio.

2.- Paciente no es muy sociable en lugares donde hay mucha gente, tiempo atrás él presentaba depresión y eso causó que cayera en anemia, pero actualmente ya mejoró.

3.- Paciente mentalmente aparenta más años de los que tiene, ya que es independiente para la edad que tiene.

18/09/23

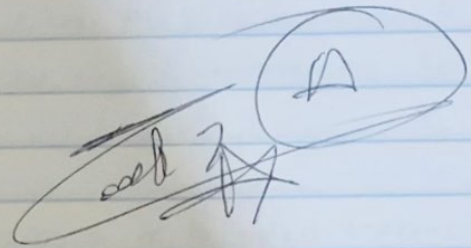
Actividad de enfermería:

5 acciones de enfermería para fomentar la salud

- 1.- Construir Políticas Saludables
- 2.- Crear entornos favorables a la salud
- 3.- Fortalecer la acción comunitaria.
- 4.- Desarrollar las habilidades personales
- 5.- Reorientar los servicios de salud.

5 acciones de enfermería para prevención de enfermedades.

- 1.- Higiene de las manos
- 2.- Intervenciones educativas
- 3.- Introducción de Nuevas tecnologías en salud.
- 4.- Higiene Oral
- 5.- Ir a chequeos médicos regularmente.



5 acciones de enfermería en las cuales se pueda hacer investigación

- 1.- Revisar el historial médico del paciente.
- 2.- Observación
- 3.- Evaluación del paciente
- 4.- Brindar información
- 5.- Estudiar su caso

5 acciones de enfermería en las cuales se pueda estudiar el comportamiento humano.

- 1.- Un trato digno hacia el paciente
- 2.- Terapia psicológica.
- 3.- Tranquilizar al paciente que se encuentra agresivo
- 4.- Tener comunicación con el paciente.
- 5.- Mantener la calma