



# Mi Universidad

**NOMBRE DEL ALUMNO:** Juan Carlos Garcia Garcia

**TEMA:** Ensayo Unidad 3 y 4

**PARCIAL:** Primer Parcial.

**MATERIA:** Fundamentos De Enfermería III

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Eeu. Rubén Eduardo Dominguez Garcia

**LICENCIATURA:** Enfermería.

**CUATRIMESTRE:** Tercer Cuatrimestre

## PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA

La valoración de la salud se nos dice que es un proceso planificado, sistematizado y deliberado de recogida de información que nos ayuda a determinar el estado de salud de una persona. En enfermería la valoración es importante porque dado que la valoración ayuda a recolectar información del paciente en la comunidad se ha adaptado la modalidad de patrones funcionales de ("Marjory Gordon") ella define los patrones como cuyos comportamientos comparten uno del otro más u menos comunes todo para contribuir con el bienestar y calidad de vida en la obtención de información mediante los patrones obtenemos información muy relevante físico, psíquico y social de una manera clara y específica facilitando el análisis de cuya información. Encontramos dos tipos de patrones los funcionales y disfuncionales los cuales se distinguen porque el funcional describe la salud del paciente el nivel de salud y calidad de vida y los disfuncionales o potencialmente disfuncionales cuyo nombre describe a una alteración o riesgo que hablan como problemas de salud del individuo, familia y/o comunidad. La percepción de la salud y el manejo de la salud en pocas palabras es percibir al individuo, salud y bienestar el manejo de la salud con forma va el cuidado, recuperación las actividades independientes actividades preventivas así como son la higiene, la vacunación en contra de enfermedades cuidado de padecimientos de alergias, el cuidado de no consumo de sustancias ilícitas. Los conocimientos previos y recogidos de los patrones sobre su problema de salud debe de ser clara y específica para que el enfermero no cometa errores a la hora de dar un diagnóstico previo deficiente o inadecuado. La adherencia terapéutica se le conoce como el comportamiento de una persona que es dispuesta a tomar su medicamento seguir una norma alimentaria sana llevar nuevos cambios en su vida para bien así sean alimentarios como físicos eso corresponde a las acordaciones correspondientes. El patrón nutricional metabólico, nos habla de los alimentos el consumo de ellos, los horarios correspondientes, las cantidades adecuadas su relación con los líquidos de necesidades metabólicas se obtienen varios tipos en valoraciones como es la de la valoración en la alimentación nos habla de el número y cantidad de comidas que hacemos los horarios los tipos de alimentos que ingerimos. Encontramos valoración en problemas bucales así como la alteración y aparición de caries úlceras, la valoración por problemas para comer se nos dice que son las dificultades para consumir alimentos masticarlos tragarlos y digerirlos encontramos los problemas digestivos, vómitos, náuseas y pirosis una persona tiene que ingerir alrededor de 10 vasos de líquidos al día es según las declaraciones de ("Zaragoza"). El estado nutricional normal o anormal se da

valor teniendo en cuenta el IMC mediante la observación de la enfermera, así como la dieta nos da la información para detectar las condiciones de afectación o avance del paciente.

### Patrón 3 eliminación

Hablamos del aparato urinario de las funciones excretoras y piel, cuando el patrón está alterado presenta cambios en lo intestinal que son como dolor al defecar, sangrado, estreñimiento, diarrea flatulencias etc. En el aparato urinario presenta incontinencias como retención, disuria, nicturia, poliuria. El dolor al defecar pueden ser causa de hemorroides que suponen ponen en riesgo el patrón así como los drenajes y las heridas exudativas riesgo del patrón. El patrón cuatro llamado actividad y ejercicio es valorado mediante la activación física el tiempo que le tomamos en la actividad las horas de actividad los días de actividad, así como el consumo de energías, proteínas para mantener la anergia del día a día la cantidad, capacidad de ejercicio y actividades que desarrollemos en aire libre hablamos así del estado cardio vascular como también de la valoración del estado respiratorio en el cardio vascular valoraremos el estado de condición cardiaca normal y la anormal en respuesta a la actividad física así como los cambios desarrollados en la actividad y el ejercicio. La valoración respiratoria hablamos de los antecedentes de enfermedades respiratorias para trata la causa del ejercicio así como la tolerancia del ejercicio para no causar molestias o mal esfuerzos a la respiración, en la movilidad y la tolerancia del ejercicio ver los límites de los músculos de las articulaciones la fuerza de ellos para no causar un desgaste excesivo y hablamos de detectar que tipo de persona eres si eres una persona con una estilo sedentario o una persona activa. Patrón de sueño y descanso este tema habla de la capacidad de conciliar el sueño así como la cantidad de horas de sueño por la noche de descanso como en el día para poder valorar la cantidad de energía que obtenemos al poder conciliar el sueño de una manera placentera y buena habla también de los medicamentos para personas que no pueden conciliar el sueño de una manera normal como los demás, para valorarlo hay maneras como el espacio físico, el tiempo dedicado al sueño o descanso así como las exigencias laborales, como también los problemas psicológicos y el uso de tratamientos farmacéuticos para conciliar el sueño al tratar de ver si no hay un abuso en ciertos medicamentos y ver el consumo de sustancias estimulantes como podrían ser la cafeína, nicotina y el abuso del alcohol.

### Patrón número seis cognitivos – perceptivo

Este patrón nos habla de la conciencia el uso de ella, como el nivel de conciencia también habla de los órganos de los sentidos la percepción del dolor, como la memoria así como el propio juicio de uno mismo como la toma de decisiones y lo valora de maneras que son la valoración de conciencia, la memoria si tiene problemas de visión por alteraciones perceptivas también hablamos de la recolección de información así como la información del paciente que tiene dolor la localización de ella y como la intensidad. Patrón número siete habla de la autopercepción autoconcepto este tema habla de percepción de uno mismo esto quiere decir de la forma en como tu mismo te ves como tu mismo te describes tu propia imagen corporal como el tono de voz y lo valoramos mediante los problemas con uno mismo los problemas de como tu mismo te ves corporalmente como el rechazo familiar por el físico como en el trabajo la interacción del como te ves para las personas. El patrón número ocho llamados Rol – relaciones nos habla de como nos llevamos con las demás personas así como en la familia el papel que ocupa uno mismo en la sociedad y lo podemos valorar mediante con quien vive si depende de alguien más de igual manera como en los grupos sociales de familia o amigos. Hablamos del patrón número nueve llamados sexualidad y reproducción este tema habla de la satisfacción sexual o insatisfacción sexual así como la seguridad de tener relaciones sexuales con la pareja, como el patrón reproductivo la pre menopausia y posmenopáusicas así podemos valorar mediante los ciclos menstruales así como la menopausia, como algunos síntomas relacionados a ella, los métodos de barrera la planificación familiar los embarazos, abortos, problemas hormonales y cambios radicales de sexualidad. Hablamos del patrón 10 que es adaptación tolerancia al estrés el tema habla del afrontamiento estrategias y formas de enfrentar el estrés, así como las manifestaciones de capacidades adaptativas como la percepción de habilidades para dirigir situaciones altamente estresantes así como el gran soporte de familia de una madre y un padre que hacen un soporte de estrés familiar. Se valora al hacer recordar la paciente situaciones altamente estresantes para valorar la calidad de comprensión y de tolerancia hacia el estrés. Seguimos con patrón 11: valores y creencias nos habla del valor de la toma de decisiones el saber si es bueno o malo describe la importancia de la toma de decisiones en la vida las percepciones de lo bueno lo malo para el cuidado de nuestra salud, nos habla también de las cuyas decisiones son indispensables acerca de un tratamiento con respecto a la salud así como la prioridad de la toma de decisiones de la salud o la muerte. Mediante el cual valoramos de una manera de sí en los valores hay decisiones a futuro así como la calidad de vida que ha tenido con sus decisiones así como lo religioso respetando sus creencias valorando la vida con sus propias decisiones y creencias religiosas.

## valoración de la salud

Técnicas especiales de enfermería hablamos del lavado de manos clínico es aquel que cuyo fin es reducir el gran riesgo de la transferencia de microorganismos esta comprobado que en las manos es un agente de transferencia de microorganismos la vía de brotes epidemiológicos a causa de no saber lavarse las manos correctamente tratamos de evitar los microorganismos las recomendaciones serian lavarse las manos al iniciar una jornada de trabajo al terminar de ella en enfermería se llevaría acabo el lavado de manos antes y después de tocar al paciente, antes y después de la preparación de alimentos o medicación antes de realizar una tarea limpia/aséptica también después del contacto con el entorno del paciente. Una pequeña explicación de la adecuada manera de lavarse las manos, abrimos la llave, humedecemos las manos agregarle alas manos el jabón que usemos frotamos hasta obtener espuma haciendo así frotando las manos de palma derecha con palma izquierda y en viceversa procedemos a frotar los dedos entrelazados realizamos una frotación con el dorso de los dedos de una mano en la palma de la mano realizamos el frotar de los pulgares uno cada mano en viceversa y realizamos el frotar las puntas de los dedos en las manos y finalmente enjuagarse y secarte con un paño seco y libre de microorganismos.

## administración de medicamentos y la manera correcta de aplicarlos

En la manera correcta que tenemos para administrar medicamentos nos encontramos con el famoso 10 correctos para la administración de medicamentos que en pocas palabras nos ayuda a mantener un orden de secuencia de una buena administración así como saber si estás haciendo la administración de una manera correcta como su nombre lo indica los 10 correctos estos hablan de: Paciente correcto, medicamento correcto, dosis correcta, vía correcta, hora correcta, informar al paciente sobre su medicamento, generar una historia farmacológica, buscar posibles alergias a medicamentos, estar enterado de posibles interacciones y registrar cada medicamento que se le administre. En la administración de medicamentos nos encontramos con diferentes tipos de vías las cuales podremos administrar medicamentos en este caso primero hablamos de la vía oral la cual es una vía muy fácil de administrar consta de tomar los medicamentos en la boca la mayoría de medicamentos es recomendable dar 30 minutos o una hora antes de cada comida así como la manera correcta de tomarlos en una postura sentada en la cama así podemos proteger a nuestro paciente de posibles aspiraciones es ocasionado por la inadvertida intromisión al trato respiratorio debemos evitar eso causarle daño a nuestros pacientes podemos administrar tanto como medicamentos así como

alimentos por medio de las llamadas sondas, las personas que no pueden comer de manera normal se les introduce una sonda para poder alimentarlos de manera normal así como alimentos también podemos líquidos como jarabes y otros tipos de medicamentos que se administran. Hablaremos de otra vía la cual es la vía intradérmica primero que nada que es la vía antes mencionada es la que se aplica en el antebrazo se hace pegado a la piel, esta vía normalmente se usa para anestésicos locales, la sensibilidad de un fármaco o la aplicación de una vacuna. Este no puede pasarse de 0.3 ml el ángulo de inserción para una inyección intradérmica es de 5 a 15 grados y el bisel de la aguja apunta hacia arriba si aparece una pápula es correcto la administración fue correcta. Hablando de otras vías tenemos la vía subcutánea esta vía habla de administrar medicamentos en la zona del tejido subcutáneo o tejido graso, ya que es una vía de absorción lenta y es la vía de elección en tratamientos frecuentes, regímenes a largo plazo o autoadministración sus usos han sido para vacunas, insulinas, hormonas y heparinas. En ningún caso serían más altas que 2.5 mL de inyección en las áreas más usadas para ello son la parte superior de los brazos, el abdomen, las nalgas y los lados externos de muslo, deben usarse con agujas cortas, 5-6 mm el ángulo de inyección recomendado para las inyecciones subcutáneas son 90°. Teniendo en cuenta que esto depende de la cantidad de tejido subcutáneo y el tamaño de la aguja pinzamos correcto ponemos el pulgar e índice, esta posición posibilita el agarre solo del tejido subcutáneo lo que garantiza que el fármaco llegue al tejido correcto. Nos pasamos a la siguiente vía la cual es la vía intramuscular es una técnica la cual consta de administrar una medición profunda en los músculos es una vía de absorción rápida los usos más funcionales son vacunas, analgésicos, antiinflamatorios, antibióticos, corticoides etc. La cantidad no debe ser muy mayor a 10 ml suele ser utilizado el cuadrante superior externo del glúteo, músculo y deltoides vasto externo es de absorción rápida la cual hace efecto alrededor de 15 minutos la técnica correcta es a 90 grados bisel siempre arriba hay varias técnicas como la de en Z es de poner la yema de los dedos presionando la piel del glúteo tirando hacia atrás y en esa área puncionar si no se aplica de manera correcta puede causar daños en los tejidos como la lesión en el nervio asiático, hematomas por punción de vasos sanguíneos etc. Continuamos con la vía intravenosa una de las más usadas esta trata de la instalación de sustancias líquidas directamente en el torrente sanguíneo, los propósitos a tratar es dar líquidos cuando los pacientes no pueden tomar líquidos por una vía oral también para proporcionar electrolitos para el equilibrio así como proporcionar glucosa proporciona vitamina y medicamentos solubles en un agua en la vía directa se administra máximo de 20 ml. Existen tres formas de administración la directa, en

perfusión intermitente y en perfusión continua la lenta se administra de una manera de al menos 1 minuto la de perfusión intermitente el tiempo que lleva es de 15 a 20 minutos y la perfusión continua es igual o superior a 4 horas. Seguimos con temas de la valoración de la salud en el adulto en la valoración encontramos que es indispensable hacerla para llevar a cabo un diagnóstico previo de la valoración existen tres tipos de exploración física, evaluación completa, evaluación de un sistema y de un segmento o región corporal. También existen cuatro tipos de valoraciones; la inicial, focalizada, urgente y nueva valoración cada etapa de valoración se da inicio previo desde que se encuentra en el útero después del nacimiento y hasta la muerte cada valoración lleva cierta medida de vida como actividad física, mental espiritual y social. Para obtener un diagnóstico necesitamos saber información suficiente y necesaria que determinamos después de ver el historial clínico, la exploración física. Entre otros temas encontramos el tema de tipos de baños en el paciente de los cuales tenemos tres que son baño en cama, baño asistido y baño en ducha asistido de la primera es el baño que se le da al paciente en cama con agua y jabón manteniendo su limpieza del cuerpo porque está incapacitado para hacerlo, el baño asistido nos habla de el baño que se le da al paciente cuya necesidad procura al personal de enfermería para bañarse por su estado de salud, hay varios riesgos relacionados con el procedimiento que debemos no causar los cuales son: hipotermia, quemaduras, traumas, caídas, bronco aspiración etc. Succión gástrica es la técnica cuya acción es colocar una sonda en las cavidades nasales hasta la cavidad gástrica esta se usa para vaciar el contenido del estómago para realizar análisis o extracción de elementos como venenos sustancias tóxicas etc., realizar la acción es hablar con el paciente explicándole lo que se le ara y así evitar problemas o molestias sobre todo que el material siempre este estéril porque como la sonda esta adentro de su cuerpo debe estar estéril siempre. El lavado genital es la técnica del lavado de los genitales y la región perineal los objetivos claves en el aseo de genitales tanto hombre como mujer son fomentar hábitos de higiene, proporcionar comodidad y bienestar para evitar infecciones después de una clara intervención quirúrgica urogenitales. Con ello pueden traer complicaciones como traumas y transmisión de infecciones por arrastre. El claro y ultimo tema llamado enemas es llamado colocación de sonda rectal y enema evacuante es una práctica la cual consta de la introducción de un catéter hasta el recto capas de introducir líquidos lentamente con ellos tambien favorece a la evacuación de eses del intestino existen dos más llamados edemas de retención y por colostomía la cual consta de introducción vía rectal medicamento y el otro introduce líquidos con ellos a través del estómago intestinal facilita la limpieza.