

WUDS

NOMBRE DE LA ALUMNA: ESTRELLA YAMILETH CASTAÑÓN DE LEÓN

TEMA: ENSAYO

MATERIA: FUNDAMENTO EN ENFERMERÍA

NOMBRE DEL PROFESOR: RUBEN EDUARDO DOMINGUEZ GARCIA

LICENCIATURA: ENFERMERÍA

PROMOCIÓN DE LA SALUD FISICA

La valoración se define como un proceso planificado, sistemático, continuo y deliberado de recogida e interpretación de información, que permite determinar la situación de salud, y la respuesta que las personas dan a ésta, de la valoración de los patrones funcionales se obtiene una importante cantidad de datos relevantes de la persona (físicos, psíquicos, sociales, del entorno), de una manera ordenada, lo que facilita a su vez el análisis de los mismos, se deben evitar las connotaciones morales (bueno- malo), hacer presunciones, interpretar subjetivamente o cometer errores a la hora de emitir un resultado de patrón, los patrones que son funcionales, eficaces, describen un nivel óptimo de funcionamiento, implican salud y bienestar, los patrones disfuncionales o potencialmente disfuncionales, es decir alterados o en riesgo de alteración, describen situaciones que no responden a las normas o a la salud esperadas de una persona, se definen como problemas de salud, limitan la autonomía del individuo, la familia y/o la comunidad

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

Que valora:

- ✓ Como percibe el individuo la salud y el bienestar.
- ✓ Como maneja todo lo relacionado con su salud, respecto a su mantenimiento o recuperación
- ✓ La adherencia a las prácticas terapéuticas. Incluye prácticas preventivas (hábitos higiénicos, vacunaciones)

Como se valora:

- ✓ Hábitos higiénicos: personales, vivienda, vestido
- ✓ Vacunas
- ✓ Alergias
- ✓ Percepción de su salud
- ✓ Conductas saludables: interés y conocimiento
- ✓ Existencia o no de alteraciones de salud (tipo de alteración, cuidados, conocimiento y disposición)
- ✓ Existencia o no de hábitos tóxicos
- ✓ Accidentes laborales, tráfico y domésticos
- ✓ Ingresos hospitalarios

Resultado del Patrón:

- ✓ El patrón está alterado si:
- ✓ La persona considera que su salud es pobre, regular o mala.
- ✓ Tiene un inadecuado cuidado de su salud.
- ✓ Bebe en exceso.
- ✓ Fuma.

- ✓ Consume drogas.
- ✓ No tiene adherencia a tratamientos farmacológicos ni a medidas terapéuticas.
- ✓ No está vacunado
- ✓ La higiene personal o de la vivienda es descuidada.

Aclaraciones:

Tabaco: Se considera fumador cualquier persona que ha fumado diariamente durante el último mes cualquier cantidad de tabaco Alcohol: Se considera toma de alcohol excesiva 40

Los conocimientos sobre su problema de salud y la actitud ante el mismo deberían abordarse con más profundidad en sus patrones correspondientes (cognitivo-perceptivo y adaptación-tolerancia al estrés) ya que pueden conducir a los diagnósticos enfermeros de Conocimientos

PATRÓN 2: NUTRICIONAL-METABÓLICO

- Describe el consumo de alimentos y líquidos en relación con sus necesidades metabólicas
- Horarios de comida.
- Preferencias y suplementos.
- Problemas en su ingesta.
- Valoración de problemas para comer: Dificultades para masticar, tragar, alimentación por sonda ya sea alimentación enteral o con purés caseros.
- Valoración de otros problemas que influyen en el patrón: Problemas digestivos (náuseas, vómitos, pirosis) Dependencia Inapetencias Intolerancias alimenticias Alergias Suplementos alimenticios y vitaminas
- Valoración de la piel: Alteraciones de la piel: fragilidad de uñas y pelo, falta de hidratación, prurito, edemas, lesiones, temperatura, cicatrización, coloración. Lesiones cutáneas: abscesos, lipomas, nevus, verrugas, patología de las uñas.

El número de calorías se refiere a las que ingiere habitualmente, no las que le hayan sido pautadas; dado que es muy difícil de valorar no se realiza de forma cotidiana. Estado nutricional normal o anormal se valorará teniendo en cuenta el IMC y/o juicio de la enfermera en base a observación,

- Patrón alterado: “dieta no equilibrada”
- Patrón en riesgo: “dieta insuficiente” y “comer entre horas” dependerá de las características del individuo.

Nutrición equilibrada se refiere a nutrientes, no a grupos de alimentos, puede darse el caso de personas que no tomen proteínas animales, pero las tomen vegetales, como es el caso de los vegetarianos

PATRÓN 3: ELIMINACIÓN

Qué valora: Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria y de la piel

Como se valora: Intestinal: Consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en heces, uso de laxantes, presencia de ostomías, incontinencia. Urinaria: Micciones/día, características de la orina, problemas de micción, sistemas de ayuda (absorbentes, colectores, sondas, urostomías), incontinencias Cutánea: Sudoración copiosa

Resultado del patrón: El patrón está alterado si: Intestinal: existe estreñimiento, incontinencia, diarrea, flatulencia, o la persona precisa sistemas de ayuda (laxantes, enemas, ostomías). Urinario: si presenta incontinencias, retención, disuria, nicturia, poliuria, polaquiuria o utiliza sistemas de ayuda (absorbentes, colector, sondas o urostomías)

Estreñimiento: es la emisión de heces con una frecuencia inferior a 3 veces por semana. El dolor durante la defecación, fisuras, hemorroides suponen riesgo de alteración del patrón. Los drenajes y las heridas muy exudativas conducen a un riesgo de alteración del patrón,

PATRÓN 4: ACTIVIDAD Y EJERCICIO

Qué valora: El patrón de ejercicio, La actividad, Tiempo libre y recreo

Como se valora: Valoración del estado cardiovascular: Frecuencia cardiaca o PA anormales en respuesta a la actividad, cambios ECG que reflejen isquemia o arritmia, etc, Valoración del estado respiratorio: Valorar antecedentes de enfermedades respiratorias, ambiente laboral, disnea, molestias de esfuerzo, tos nocturna, expectoración, indicación verbal de disnea, etc.

Resultado del patrón:

El patrón está alterado si existe: Síntomas respiratorios: frecuencia respiratoria alterada, disnea, cianosis, tos inefectiva, tiraje, uso de oxígeno domiciliario, Problemas circulatorios: Alteración de Tensión arterial y FC en respuesta a la actividad, pulsos periféricos inexistentes, edemas, claudicación intermitente, Problemas de salud limitantes, incapacidad para la actividad habitual, La presencia de síntomas físicos: cansancio excesivo, hipotonía muscular, inmovilizaciones, claudicación intermitente, pulsos periféricos disminuidos, parálisis, paresias.

Falta de recursos: (=falta de recursos económicos para realizar las actividades indicadas para la persona) no condiciona el resultado de este patrón, aporta información y puede suponer un riesgo para algunas lesiones o mantenimiento de la salud o del hogar.

En adultos se recomienda un promedio de 7-8 horas de sueño. En niños, sus necesidades son mayores, varían en función de su etapa de desarrollo, El objetivo de la valoración de este patrón es describir la efectividad del patrón desde la

perspectiva del individuo, algunas personas están bien descansadas después de 4 horas de sueño, mientras que otras necesitan muchas más.

VALORACION DE LA SALUD

Definición: El lavado de manos es la medida más importante para reducir el riesgo de transmisión de microorganismos.

Objetivos: Eliminar suciedad y microorganismos transeúntes de la piel

Indicaciones: Al iniciar y finalizar la jornada laboral, Antes y después de realizar cualquier procedimiento al paciente, Antes y después de la preparación de alimentos o medicación, Antes y después de la realización de procedimientos invasivos

Precauciones:

Verificar que las manos y antebrazos estén libres de anillos, pulseras y reloj. La piel debajo de los anillos está más altamente colonizada que la piel de los dedos sin anillos, Tener uñas cortas al borde de las yemas de los dedos y sin esmalte. Las áreas subunguales de las manos abrigan altas concentraciones de bacterias, las más frecuentes son estafilococos coagulasa-negativos, cepas gram negativas (incluyendo *Pseudomonas spp.*), corinobacterias y levadura

Procedimiento

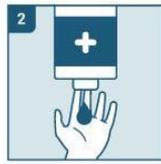
1. Apertura la llave del caño hasta obtener agua a chorro moderado que permita el arrastre mecánico.
2. Humedezca sus manos.
3. Aplicar en la palma de la mano Clorhexidina al 2%.
4. Realice el frotado hasta obtener espuma en toda la superficie de las manos
5. Realice el frotado de las palmas de mano entre sí.
6. Realice el frotado de la palma derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

CÓMO LAVAR LAS MANOS

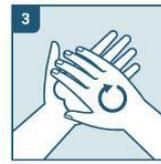
Las manos limpias te protegen contra infecciones



Moja tus manos



Aplica jabón suficiente para cubrir toda la superficie de las manos



Frota las palmas de las manos



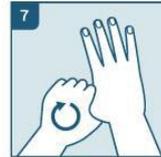
Frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa



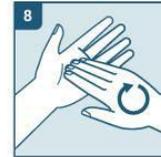
Frota entre tus dedos



Frota el dorso de los dedos en la palma opuesta con los dedos entrelazados



Frota el pulgar derecho abrochado en la palma izquierda y viceversa



Lava las uñas y puntas de los dedos



Enjuaga las manos con agua



Seca con una toalla de papel desechable



Utiliza la toalla para cerrar la llave



Tus manos están limpias

Fuente: World Health Organization (WHO)

- ❖ Antes del contacto con el paciente. Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que usted tiene en las manos.
- ❖ Antes de realizar una tarea limpia/aséptica. Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que puedan ingresar a su cuerpo, incluido sus propios gérmenes
- ❖ Después de una exposición a fluidos corporales y después de quitarse los guantes: Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de gérmenes dañinos del paciente.
- ❖ Después del contacto con el paciente: Realizar la higiene de las manos después de tocar al paciente o su entorno inmediato, cuando nos alejamos del paciente. Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de gérmenes dañinos del paciente.
- ❖ Después del contacto con el entorno del paciente: Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de gérmenes dañinos del paciente.

La manera más fácil y más conveniente de administrar medicamentos es por vía oral. Normalmente los pacientes pueden ingerir o auto administrarse medicamentos orales con un mínimo de problemas. Los alimentos retrasan que se vacíe el estómago, lo que puede disminuir los efectos terapéuticos de los medicamentos orales, muchos medicamentos interactúan con los suplementos alimenticios y herbarios. La enfermera debe estar informada de esas interacciones para determinar el mejor momento para administrar los medicamentos orales, una precaución importante que hay que tener en cuenta cuando se administra cualquier preparación oral es proteger a los pacientes de la aspiración