



SUPER NOTA

Nombre Del La Alumna: Yazuri Guadalupe
Álvarez García

Nombre Del Tema: Promoción De La Salud
Física y Los 11 Patrones De Marjory Gordon

Nombre De La Materia: Fundamentos De
Enfermería III

Nombre Del Maestro: Adriana Yasmin López
Gómez

Licenciatura : Enfermería

Cuatrimestre: 3°

Elaboración: Pichucalco Chiapas; Miércoles 03 De Julio
Del 2024

PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA

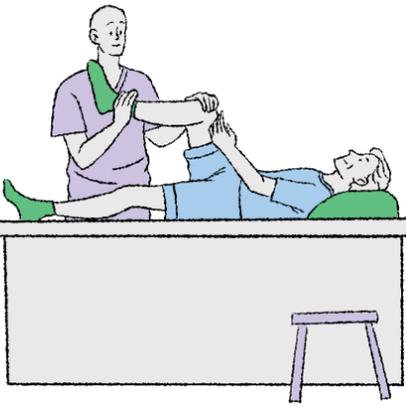
Es el proceso que permite a las personas incrementar su control sobre los determinantes de la salud y en consecuencia, mejorarla.



VALORACIÓN

La valoración se define como un proceso, sistemático, continuo y deliberado de recogida e interpretación de información.

La valoración se realiza mediante la recogida de datos subjetivos, objetivo, la revisión de la historia clínica o informes de otros profesionales . La valoración enfermera es útil en la planificación de cuidados a la persona, a la familia y/o a la comunicación y no solamente en situación de enfermedad..



CÓMO PROPORCIONAR LA SALUD FÍSICA

Mediante el desarrollo de políticas públicas sanas que aborden los requisitos previos de la salud, como los ingresos, la vivienda, la seguridad alimentaria, el empleo, la educación y las condiciones laborales de calidad.

Marjory Gordon define 11 patrones como una configuración de comportamientos más o menos comunes a todas las personas, que constituyen a su salud y calidad de vida.

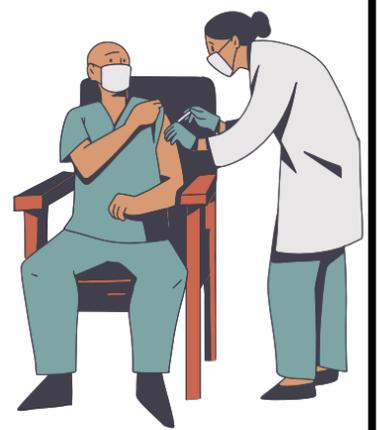


De la valoración de los patrones funcionales se obtiene una importante cantidad de datos relevantes de la persona (físicos, psíquicos, sociales del entorno)

LOS 11 PATRONES FUNCIONALES DE MARJORY GORDON

PATRÓN 1 PERCEPCIÓN DE LA SALUD Y MANEJO DE LA SALUD

Este primer patrón funcional aborda la percepción que un individuo tiene sobre su estado de salud y su habilidad para controlar y gestionar su bienestar.



PATRÓN 2 NUTRICIONAL-METABÓLICO

El Patrón Funcional 2, Nutricional-Metabólico, se centra en la relación fundamental entre la ingesta de alimentos, el metabolismo y los patrones de eliminación, todos los cuales desempeñan un papel crucial en la salud general de un individuo.



PATRÓN 3 ELIMINACIÓN

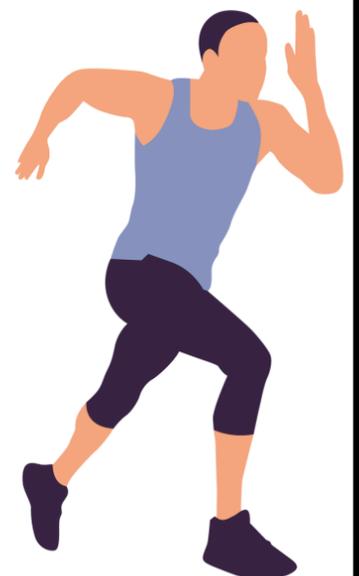
Se centra en la eficacia de la eliminación de desechos del cuerpo, abarcando procesos como la micción, la defecación y la eliminación a través de la piel y los pulmones.



PATRÓN 4 ACTIVIDAD Y EJERCICIO

Este patrón se centra en la capacidad del individuo para participar en actividades físicas y deportivas, así como en su nivel habitual de ejercicio.

La evaluación abarca la movilidad, la ejecución de actividades diarias y la práctica de ejercicio físico con el objetivo de mejorar o mantener la salud.



PATRÓN 5 SUEÑO Y DESCANSO

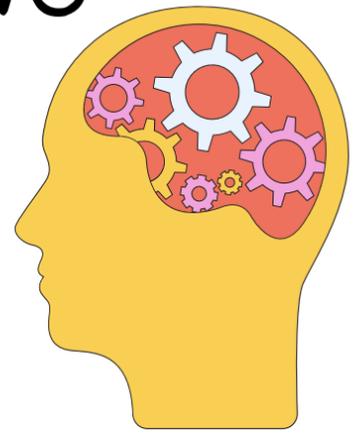
Se centra en la evaluación de los hábitos de sueño y descanso del paciente, abordando factores que influyen en la calidad y cantidad de su descanso. El descanso y el sueño son vitales para restaurar la energía y promover la salud.



LOS 11 PATRONES FUNCIONALES DE MARJORY GORDON

PATRÓN 6 COGNITIVO-PERCEPTIVO

Se centra en la capacidad de una persona para procesar la información sensorial y cognitiva, influyendo en su desempeño en actividades diarias y toma de decisiones.



PATRÓN 7 AUTOPERCEPCIÓN AUTOCOMCEPTO

Se centra en cómo una persona se percibe a sí misma, valora su autoestima e identidad personal. Esto abarca aspectos como la imagen corporal, la autoestima y la sensación general de valía.



PATRÓN 8 ROL-RELACIONES

Aborda el papel social que desempeña cada individuo en su entorno familiar, laboral y social. Este concepto abarca responsabilidades, expectativas y la compleja dinámica de satisfacción o insatisfacción que surge en estas relaciones.



PATRÓN 9 SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN

Aborda la seguridad en las relaciones sexuales, la satisfacción percibida por la persona y las alteraciones que puedan surgir en este ámbito.



PATRÓN 10 ADAPTACIÓN TOLERANCIA AL ESTRÉS

Este abarca tanto la adaptación, que implica ajustarse a situaciones estresantes, como la tolerancia, que se refiere a la capacidad de resistir y soportar el estrés.



PATRÓN 11 VALORES Y CREENCIAS

Destaca la interconexión entre las creencias personales y la salud física y mental. Enfocado en aspectos como religión, cultura, política y ética, también aborda las actitudes hacia uno mismo, hacia los demás y hacia la vida.



Referencias bibliográficas

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=list&slug=promocion-salud-9772&Itemid=270&lang=es#:~:text=Los%20principales%20medios%20de%20promoci%C3%B3n,las%20condiciones%20laborales%20de%20calidad.

<https://enfermeriaactual.com/patrones-funcionales/>

<https://www.shutterstock.com/es/search/autoconcepto>

<https://desarrollocognitivoadry.blogspot.com/2015/05/desarrollocognitivo-el-desarrollo.html?m=1>

<https://enseñanzajurisdiccionscoco.blogspot.com/2015/10/patrones-funcionales-de-salud.html?m=1>

https://www.abc.es/bienestar/fitness/mitos-leyendas-urbanas-sobre-metabolismo-20230717092139-nt_amp.html