



NOMBRE DEL ALUMNO: Alexis González González.

NOMBRE DEL TEMA: PROMOCIÓN DE LA SALUD FISICA Y LOS 11 PATRONES FUNCIONALES DE MARJORY GORDON.

PARCIAL: 3erº.

NOMBRE DE LA MATERIA: Fundamentos de Enfermería III.

NOMBRE DEL PROFESOR: Adriana Yasmin López Gómez.

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: Enfermería.

CUATRIMESTRE: 3erº.

LUGAR Y FECHA: Pichucalco Chiapas, a 01 de Julio del 2024

PROMOCIÓN DE LA SALUD FISICA

Concepto

La promoción de la salud constituye un área de la salud pública que busca desarrollar una práctica de acción psico-social comunitaria que aporte al desarrollo de un concepto positivo y holístico de salud, construido a partir de un proceso participativo y dialógico entre actores sociales empoderados.



Objetivo

Mejorar la calidad y condiciones de vida de la población y minimizar riesgos. Lograr la equidad sanitaria para que todas las personas disfruten de las mismas condiciones, independientemente de su posición.



Medios de Promoción

Los principales medios de promoción de la salud se producen 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.

LOS INSTRUMENTOS DE PROMOCIÓN



Fuente: www.econosublime.com

Valoración

La valoración se realiza mediante la recogida de datos subjetivos, objetivos, la revisión de la historia clínica o informes de otros profesionales. 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 11 PATRONES FUNCIONALES DE MARJORY GORDON

Patrón Funcional de la Salud Percepción y Gestión:

1

Se refiere a la capacidad de una persona para comprender y responder a su propia salud. Es crucial para tomar decisiones informadas y participar activamente en el cuidado de uno mismo.



Patrón Funcional de la Eliminación

3

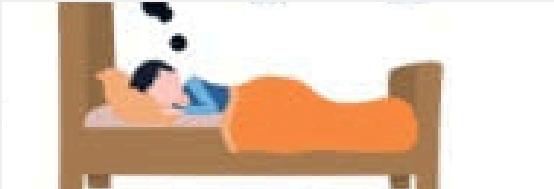
Se relaciona con la capacidad de una persona para eliminar los desechos del cuerpo de manera adecuada y regular. Un funcionamiento adecuado de este patrón es esencial para prevenir problemas de salud como la constipación o la retención de líquidos.



Patrón Funcional del Sueño y Descanso

5

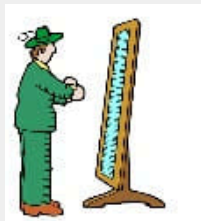
Este aborda la calidad y cantidad del sueño y el descanso de una persona. Un sueño reparador y suficiente es esencial para mantener un buen estado de salud y tener energía durante el día.



Patrón Funcional de la Auto percepción y Autoconcepto

7

Este patrón involucra la forma en que una persona se ve a sí misma y cómo se valora. Una auto percepción positiva y un autoconcepto saludable pueden influir en la autoestima y el bienestar emocional.



Patrón Funcional de la Sexualidad y Reproducción

9

Aquí trata sobre la expresión de la sexualidad y la capacidad reproductiva de una persona. Comprender y mantener una sexualidad saludable es esencial para el bienestar emocional y físico.



Patrón Funcional de los Valores y Creencias

11

Este último patrón se relaciona con los valores, creencias y principios que guían la vida de una persona. Identificar y vivir de acuerdo con los propios valores y creencias puede proporcionar un sentido de propósito y significado.



Patrón Funcional de la Nutrición y Metabolismo

2

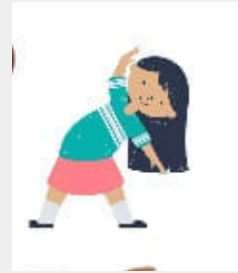
Este se centra en la ingesta de alimentos, la digestión y el metabolismo. Un adecuado equilibrio en este patrón es fundamental para mantener un estado nutricional óptimo y un metabolismo saludable.



Patrón Funcional de la Actividad y Ejercicio

4

Este patrón se enfoca en la capacidad de una persona para participar en actividades físicas y ejercicios que promuevan la salud y el bienestar. El ejercicio regular tiene numerosos beneficios para el cuerpo y la mente.



Patrón Funcional de la Cognición y Percepción

6

Este caso se refiere a la capacidad de una persona para procesar la información, tomar decisiones y tener una percepción adecuada del entorno. Un buen funcionamiento cognitivo y perceptual es esencial para la vida diaria.



Patrón Funcional de los Roles y Relaciones

8

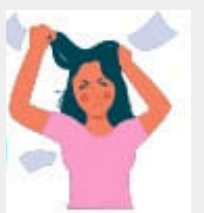
Se relaciona con la capacidad de una persona para desempeñar roles y establecer relaciones significativas con los demás. Una vida social satisfactoria y relaciones saludables contribuyen al bienestar general.



10

Patrón Funcional de Afrontamiento y Tolerancia al Estrés

Se refiere a la forma en que una persona maneja el estrés y las situaciones difíciles. Desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento puede ayudar a mantener un equilibrio emocional y físico.



Fuentes Bibliográfica

- 1...<https://saludcolima.gob.mx/images/documentos/ModeloDeEvaluacionDeProgramasDeSalud.pdf>
- 2..<https://www.paho.org/es/temas/promocionsalud#:~:text=La%20Promoci%C3%B3n%20de%20la%20Salud%20es%20un%20elemento%20clave%20para, posible%20con%20solidaridad%20y%20equidad.>
- 3..[https://ifses.es/patrones-funcionales-de-gordon/.](https://ifses.es/patrones-funcionales-de-gordon/)
- 4..https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=list&slug=promocion-salud-9772&Itemid=270&lang=es#gsc.tab=0
- 5..<https://contactomaestro.colombiaaprende.edu.co/docentes/cuidar/saludfisica#:~:text=La%20salud%20f%C3%ADsica%20es%20el,el%20consiguiente%20consumo%20de%20energ%C3%ADa.>