



ENSAYO

Jennifer Joanna Ruedas González

Movilidad

1er Parcial

Fundamento En Enfermería

Rubén Eduardo Domínguez García

INTRODUCCION

En este archivo conoceremos de manera más amplia sobre la movilidad, cual importante es para nuestro cuerpo, y que le sucede al cuerpo cuando pierde movilidad, conoceremos unos datos de que cuales son las actividades que una persona no puede hacer cuándo pierde movilidad y cuales sí.

¿Qué es la movilidad? La movilidad es la capacidad que tiene una persona de moverse de un lugar a otro, ya sea para realizar las actividades diarias del hogar, trabajar, correr, etc. A comparación con una persona que no ha perdido su movilidad, pero una gran parte de este si, no puede realizarlo como todas las personas.

Conoceremos como realizar una encuesta para saber si nuestro paciente es independiente o auto independiente.

Independiente, quiere decir que nuestro paciente puede realizar aun las actividades

Dependiente, quiere decir que el paciente necesita ayuda para realizar algunas de estas actividades.,

Pero no solo es, que una persona se vuelva incapaz de realizar ciertas actividades, sino que también depende nuestro estado emocional, física y mentalmente.

MOVILIDAD

La movilidad es la capacidad que tiene el ser humano de poderse desplazarse de un lugar a otro, pero también está el deterioro de la movilidad según la NANDA (Es una red Mundial que defiende los Diagnósticos). El deterioro de la movilidad física es definido por la limitación del movimiento independiente.

Y cuál es la limitación de movimiento independiente, hablando de enfermería es la acción que realiza sin tener una orden de una persona profesional. Que queremos decir con esto, por ejemplo, si una enfermera va a aplicarle un medicamento a un paciente y este tiene efectos secundarios. La enfermera tiene la necesidad de explicarle al paciente los efectos secundarios sin una orden superior.

Ahora hablando de la limitación de un paciente independiente es decir que este paciente no puede tener una buena articulación o alguna parte de su cuerpo no se mueve de manera normal. Por ejemplo, cuando el cuerpo ya no recibe la orden de nuestro Sistema Nervioso y el cuerpo ya no reacciona a estas órdenes. Pero respecto a todo su cuerpo puede moverse menos esta extremidad.

También está la limitación del paciente intencionado, por ejemplo, cuando una persona es diagnosticada con Diabetes, Hipertensión, Obesidad, Depresión. Es común que esto afecte a su vida física, que no desea realizar ninguna actividad. Y esta no solo afecta a su vida física sino también su Estabilidad emocional y sentimental.

Cuando la limitación es irreversible; esto quiere decir que el paciente ha perdido la movilidad, las enfermeras deben aportar su apoyo para ayudarles de manera física y emocional, llevando así a cabo todos sus conocimientos previos.

“ En aquellos casos en que la movilidad está deteriorada de forma irreversible, la enfermera centrará sus intervenciones en disponer agentes de autonomía asistida que suplan la cobertura de necesidades y en la prevención de las consecuencias de la falta de movilidad y respuestas humanas asociadas.” Definición por la NANDA como su cuerpo

Algunos factores relacionados para que paciente tenga una limitación de movilidad son las siguientes:

- Falta de conocimiento a la actividad física
- Intolerancia a la actividad física
- Disminución de fuerza o masa muscular
- Estado de humor depresivo o ansioso
- Deterioro sensorial

Hay unas listas para mencionar cuales son los factores relacionados para qué una persona tenga limitaciones de movilidad, si nos hemos percatado de lo antes mencionado, son factores muy mínimos, que una persona puede cambiar teniendo dominio propio, cuan importantes es tener una vida física activa, nos ayuda para prevenir problemas de salud, aliviar el estrés, previniendo así la ansiedad y nos facilita para tener un buen descanso y una gran variedad de actividades en las que el cuerpo puede beneficiarse.

Las limitaciones de la movilidad se caracterizan por:

- Limitación de actividades motoras finas o gruesas
- Inestabilidad postural durante la ejecución de las actividades motoras
- Entumecimiento que puede ir acompañado de temblor
- Insomnio
- Deterioro en los movimientos en la cama y deambulación.

Pongámonos a pensar un momento en las actividades diarias que realizamos desde que nos levantamos de la cama, talvez tender la cama, ir de compras, hacer la comida, bañarte, vestirte, ir al baño. Si vemos estas son actividades que no, nos percatamos que las realizamos y porque pasa eso. Es porque se vuelve algo rutinario que realizamos todos los días.

Ahora bien, en algunos casos (accidentes, demencia, discapacidad y otras enfermedades) es posible que las personas pierdan la capacidad para realizar sus actividades diarias como habitualmente podría estar acostumbrada. Teniendo en cuenta que son actividades diarias o básicas. Si la persona no logra tener un control o una estabilidad en sus moviidades la persona va a precisar de ayuda para llevarlas a cabo: va a tener cierto nivel de dependencia ya sea de manera temporal o permanente-

El índice de Barthel nos ayuda para saber que actividades básicas y diaria puede realizar una persona, a través de una encuesta en la que podemos evaluar a la persona, para verifícas que actividades puede realizar y qué actividades no puede realizar.

Este es evaluado en un índice de 0,5,10,15.

“ Su puntuación total (cuyo máximo en 100 y mínimo 0) nos da una idea general de la necesidad de apoyo externo, si bien cada uno de los ítems de los que dispone nos puede dar información relevante de en qué áreas o tipo de actividades hay problemas o si se puede proporcionar un tipo de apoyo concreto u otro. “ Psicologiyamente.com

Ello nos permitirá ver si dicha intervención ha tenido o no éxito y en qué nivel, así como ajustar el tipo de nivel de ayuda proporcionado a las necesidades del paciente. Así mismo es importante tener en cuenta que se evalúa lo que la persona hace, no de lo que podría llegar a hacer.

Lo primero que se evalúa es si la persona tiene la capacidad de *comer* por si sola, nos referimos a pueda llevarse los alimentos a la boca, cortar, masticar y deglutir. La puntuación se evalúa (10 si puede hacerlo todo independientemente, 5 si necesita ayuda para cortar, usar cubiertos, etc.).

Otra de las cosas que se evalúa es si la persona puede *vestirse sí* solo o no de igual forma a la hora de quitarse la ropa y se evalúa (10 puntos), tiene que ser ayudado en algunos momentos, pero la mayoría de cosas puede hacerlas por sí mismo (5 puntos) o necesita que alguien le ayude en todo momento (0 puntos).

Esta actividad implica en parte *aseo personal*, e incluye acciones como peinarse, lavarse cara o manos, afeitarse o maquillarse. Se valora si el sujeto puede hacerlo por sí mismo (10) o necesita ayuda para ello (0).

Y de esa manera podemos ir evaluando cada una de las actividades básicas y diarias de una persona.

Ahora vamos a conocer como funcional el índice de Katz para la ADV (valoración de las actividades diarias). Este tiene como objetivo identificar el grado de independencia de la persona mayor para la realización de actividades básicas de la vida diaria.

Este está constituido por 6 ítems y cada uno de ellos corresponde a las actividades a evaluar como lo son: Baño, Vestido, Sanitarios, Transferencia, Control de esfínteres, Alimentación.

“Se trata de un instrumento para evaluar la independencia de un enfermo en cuanto a la realización de las actividades básicas de la vida diaria. En muchos casos, puede ser contestado por el propio enfermo, en otros deben ser los familiares, y en todo caso, deberá mediar una exploración adecuada. Se trata de seis ítems dicotómicos que evalúan la capacidad o incapacidad de efectuar una serie de tareas. La capacidad para realizar cada una de las tareas se valora con 0, mientras que la incapacidad, con 1. El programa evalúa la puntuación final, y clasifica al enfermo en tres grados de incapacidad. Esta suele ser la valoración más utilizada, aunque originariamente los autores agrupaban progresivamente cada uno de los ítems, señalando con diversas letras (A, B, C...etc.) el tipo de dependencia, según la función estudiada fuera clasificada de una forma u otra. ”

[Índice de Katz \(Valoración actividades vida diaria\) | SAMIUC](#)

En cierto modo es parecido al Índice de Barthel, aunque es quizá menos utilizado en enfermos hospitalizados por procesos agudos, como accidentes vasculares cerebrales agudos.

CONCLUSION

Hemos concluido con el tema de la movilidad ¿Qué te pareció?

Como has visto hemos conocido cuan importantes es tener una vida física activa independientemente de la edad que tengamos estas nos benefician a nuestra salud para prevenir enfermedades, estrés, ansiedad, depresión, insomnio y una gran variedad de enfermedades que podemos tener al pasar el tiempo.

Pero también nos dimos cuenta que las personas que ha sufrido talvez un accidente o ha perdido la movilidad de alguna extremidad de su cuerpo. Y como podemos ayudar a estas personas.

Conocimos 2 tablitas similares que viene siendo unas encuestas para los pacientes. Que son el índice de Barthel y el índice de Katz que vienen siendo similares, las cuales tiene como finalidad tener una evaluación si el paciente es dependiente o independiente, eso quiere decir que la persona pueda realizar algunas tareas básicas de la vida cotidiana.

Como hemos visto, bañarse, vestirse, ingerir los alimentos a la boca y una variedad de actividades si las puede realizar.

BIBLIOGRAFÍAS

- [LC-LEN-101-FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA I.pdf](#)
- [¿Qué es el deterioro de la movilidad física y cuáles son sus causas y riesgos? - El Universal DF](#)
- [Índice de Katz \(Valoración actividades vida diaria\) | SAMIUC](#)
- [Índice de Barthel: qué es, cómo se usa y qué evalúa \(psicologiymente.com\)](#)