



Entrevista y Diagnostico

Nombre del Alumno: Litzzy Fernanda Domínguez León

Nombre del tema: Recolección De Datos Del Paciente. Entendimiento De Su Modelo De Creencias De Salud.

Parcial: Unidad III

Nombre de la Materia: Psicología

Nombre del profesor: Andrés López Arellano

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura En Enfermería

Cuatrimestre: I Semestre

Comitán de Domínguez Chis. 12 de octubre del 2024

 **Susceptibilidad percibida:**

¿Por qué cree que su actividad física contribuye a su salud?

R: Mejorar sus hábitos para que no afecte a su salud

 **Severidad percibida:**

¿Cuáles problemas cree usted que se pueden ocasionar por la falta de actividad física?

R: Diabetes y obesidad

 **Barreras percibidas:**

¿Qué le impide realizar actividades físicas?

R: No le da tiempo por no tener horarios establecidos

 **Factores modificantes:**

¿Qué circunstancias se le ha presentado para no realizar actividad física?

R: Presencia de fatiga y cansancio con actividades pequeñas

 **Autoeficacia percibida:**

Si usted se propone en cambiar ¿Cómo puede modificar sus hábitos?

R: Empezar a realizar actividad física tiempos cortos y poco a poco aumentar el tiempo y esfuerzo

La decisión de cambiar hábitos es parte fundamental, para que una persona empiece adoptar cambios físicos, mentales y también en su salud, aunque el paciente es consciente de los problemas que puede presentar al no realizar actividad física ella aun no lo hacía, empezamos a buscar motivaciones y actividades que fueran de su agrado como bailar o y la música para empezar a realizarlas y cumplir un objetivo establecido. La paciente tenía dificultades para realizar actividades físicas ya que no tenía horarios establecidos para sus tareas o rutinas diarias, con el consentimiento del paciente se optó por realizar caminatas y trotar cortas distancias, apenas lograba completar 35 minutos sin sentirse agotada ni fatigarse, pero se le empezó a complicar para salir de su casa y realizar sus caminatas, así que buscamos un nuevo método para que ella pudiera realizar actividad física en casa con ayuda de una aplicación que podía descargar en su teléfono, en esta aplicación ella elige que días puede realizar sus actividades físicas y que ejercicios puede realizar.

