

PROMOCIÓN DE LA SALUD FISICA

La valoración se define como un proceso planificado, sistemático, continuo y deliberado de recogida e interpretación de información, La valoración enfermera es útil en la planificación de cuidados a la persona, a la familia y a la comunidad, y no solamente en situación de enfermedad.

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

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

Se valora:

- ✓ Hábitos higiénicos: personales, vivienda, vestido
- ✓ Vacunas
- ✓ Conductas saludables: interés y conocimiento.

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.
- La higiene personal o de la vivienda es descuidada.

PATRÓN 2: NUTRICIONAL-METABÓLICO

Valora:

- Describe el consumo de alimentos y líquidos en relación con sus necesidades metabólicas
- Horarios de comida.
- Preferencias y suplementos.
- Problemas en su ingesta.
- Altura, peso y temperatura.

Se valora:

- Valoración del IMC.
- Valoración de la alimentación.
- Valoración de problemas para comer
- Valoración de la piel

El patrón estará alterado si:
Respecto al IMC:

- Patrón alterado superior al 30% o inferior a 18,5%
- Patrón en riesgo: entre 25 y 30
- Patrón eficaz: entre 18,6 y 24,9
- Tiene una nutrición desequilibrada
- Los líquidos consumidos son escasos.

PATRÓN 3: ELIMINACIÓN

Valora:

Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria y de la piel

Se valora:

- Intestinal: Consistencia, regularidad, dolor al defecar, sangre en heces, uso de laxantes, presencia de ostomias, incontinencia.
- Urinaria: Micciones/día, características de la orina, problemas de micción, sistemas de ayuda
- Cutánea: Sudoración copiosa

El patrón está alterado si:

- existe estreñimiento, incontinencia, diarrea, flatulencia, o la persona precisa sistemas de ayuda.
- si presenta incontinencias, retención, disuria, nicturia, poliuria, polaquiuria o utiliza sistemas de ayuda
- Si sudación excesiva.

PATRÓN 4: ACTIVIDAD Y EJERCICIO

Valora:

- ✓ El patrón de ejercicio
- ✓ La actividad
- ✓ Tiempo libre y recreo
- ✓ El tipo, cantidad y calidad del ejercicio.
- ✓ Las actividades de tiempo libre

Se valora:

- Valoración del estado cardiovascular
- Valoración del estado respiratorio
- Tolerancia a la actividad
- Actividades cotidianas
- Estilo de vida

El patrón está alterado si existe:

- Síntomas respiratorios
- Problemas circulatorios
- Problemas de salud limitantes, incapacidad para la actividad habitual