



Mi Universidad

Ensayo

Nombre de la Alumna: Maricela Lopez Aguilar

Nombre del tema: Ensayo

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Fundamentos De Enfermería III

Nombre del profesor: Marcos Jhodany Arguello Galvez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

3er Cuatrimestre

Grupo: A

Comitán de Domínguez, Chiapas. 24/05/2025

Para empezar es este trabajo propone conocer acerca de unos temas de fundamentos de enfermería, que hoy hablaremos de cuatro temas, en primer lugar la promoción de la salud de y el bienestar, como viene podemos entender que ayudar la pacientes a mantener o mejorar sus actuales niveles de salud, la motivación de dar le las personas sobre sus cuidados en su bienestar y promocionar como llevar una vida saludable, de la cual el enfermero se encarga de promocionar los servicios sanitario. Por otro lado también muy relaciona esta la prevención de la enfermedad como bien comprenderlo mejor y llevarlo a la práctica su vida diaria para su atención a la salud de población , de mantener y mejor su propia salud, la prevención ayuda a las personas a cuidarlos de posibles enfermedades esto a que las enfermedad tengan menos impacto en atención de la salud, involucrar medidas para evitar que ocurran y detener su progresión o reducir sus consecuencias, esto se puede logra atreves de promoción de la salud, la vacunación, la higiene y el tratamiento de enfermedades.

La recuperación de la salud es unos de los temas que trataremos, la vida tiene un proceso, pero sobre todo si encuentras en recuperación ya la salud es fundamental en la vida, por la cual en el sistema de salud el encargado de brindar un buen cuidado en todo momento el enfermero o enfermera ayuda a la persona mantener su salud o a recuperarla, ya que la función consiste en ayudar al paciente a valerse por sí mismo lo antes posible. Los cuidados de los enfermos terminales es una de las más importantes ya que el paciente es una circunstancia se altera entrándole miedo o angustia a morir o a podría pasar, ya que perder la salud y que estén en fase terminal, por cualquier tratamiento médico esto debe estar en controlar los síntomas de la enfermedad, lo importante aquí es dar la mejor atención de calidad de vida mientras acepta la realidad.

Cada una ello es de interés ya con llevara a conocer por que es importante hablar esto en la enfermería como en la población, el objetivo es comprender saber cómo cuidar han te posibles enfermedades.

La promoción de la salud, son personas comprometidas con la salud de población que realizan actividades en comunidades y otros entornos, para motivar a las personas tener una buena alimentación y a mejorar su estilo de vida. La educación del bienestar enseña a las personas como cuidar de ellas mismas de una manera saludable e incluyendo temas como el conocimiento físico, el manejo del estrés y la autorresponsabilidad. La promoción a la salud consiste en proporcionar los medios necesarios para mejorar la salud y ejercer un mayor control sobre la misma, para alcanzar un estado de completo bienestar físico, mental y social, una buena salud es el mejor recurso para el progreso personal, económico, social y una dimensión importante en la calidad de vida.

Capacitar a las personas para que pueda tomar decisiones saludables y llevar estilos de vida activo y saludable, dar a conocer por qué es importante tener un buen higiene, sobre el embarazo, de la sexualidad, el cuidado hacia los niños, lo importante de asistir a los servicios de centro de salud o a sus citas indicadas. La enfermera se encarga de dar su plática para explicar a las personas de qué trata el tema que está llevando en su momento con conceptos y hechos sobre la salud, describe el motivo de las actividades de cuidados habituales, en la cual muestra procedimientos del autocuidado, refuerza el aprendizaje con lo observado durante la plática.

La promoción de la salud exige la acción coordinada de gobiernos, sectores sanitarios, organizaciones benéficas, autoridades locales, industrias, medios de comunicación y otras organizaciones sociales y económicas. Para aplicar políticas públicas que promuevan la salud y el bienestar en todos los ámbitos de la vida, desde la educación hasta el trabajo y el medio ambiente.

Todos los encargados que asistan a una comunidad a promocionar la salud, debe adaptarse a las necesidades de comunidad o población y considerando los diversos sistemas sociales, culturales y económicos, ya que el personal sanitario le corresponde asumir la responsabilidad en lo que está observando de

comunidad, buscar una solución y a favor de la salud. Todos están centrados en el futuro, la cual entre ellos está en las motivaciones y los objetivos. Las estrategias del bienestar ayudan a las personas a lograr una nueva comprensión y control de sus vidas.

Nos enfocamos en cómo cuidarnos o tomar medidas para evitar que las enfermedades aparezcan, esto implica entender por qué es necesario la prevención de salud tanto los factores de riesgos como las consecuencias de las enfermedades, para prevenir cualquier tipo de enfermedad es necesario llevar a cabo los programas de salud. Las actividades de prevención ayudan a las personas a protegerlas de amenazas reales y potenciales de la salud; por ejemplo,

- Los programas de vacunación.
- La educación sanitaria.
- Promoción de estilo de vida saludable.
- Educación sanitaria.
- Entre otras.

Hay tres niveles de prevención de la salud, por lo que el cuidado de enfermería se centra en los términos de prevención primaria, secundaria y terciaria, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también a detener su avance y atender sus consecuencias una vez establecidas. La prevención primaria incluye el fomento de la salud y la protección específica, es aquella que se toma medidas para evitar que la enfermedad aparezca, dándole importancia a la persona o población saludable. Esto comienza asesoramiento para cambiar comportamientos de alto riesgo, para tener la satisfacción y el bienestar del mejoramiento.

La prevención secundaria se centra en personas que ya tienen la enfermedad y que están en riesgo de desarrollar complicaciones o secuelas, quiere decir para detectar la enfermedad en etapas tempranas y detener su avance. Es importante hacer un examen de detección nos referimos a las pruebas médicas de la cual pueden incluir, estudios de diagnóstico, análisis de sangre o algunas pruebas específicas según la enfermedad que se detecte. Que aun si la persona está

enferma es necesario iniciar un tratamiento oportuno y adecuado para prevenir su avance y secuelas, promocionar facilidades para limitar la incapacidad y prevenir la muerte.

Prevención terciaria nos referimos cuando se produce en la persona una discapacidad permanente e irreversible y que requiere de rehabilitación, para reducir las consecuencias de la enfermedad y mejorar la calidad su vida, prevenir de secuelas o daños mayores e incluso la muerte, realizar rehabilitación como sea posible, por medio de terapias de colaboración en hospitales, utilización de asentamiento de refugio, apoyo psicológico, proporción de instalaciones hospitalarias y comunitarias.

Los programas de prevención en la salud, ayudan a mejorar la calidad de vida de las persona y contribuye al desarrollo social y económico, el conocimiento sobre nutrición, control de peso, ejercicio, dejar de fumar, no consumir bebidas de alcohol, mantener limpio el ambiente que nos rodea, informar a la población sobre estos temas y llevarlos a cabo para el cambio en los estilos de vida.

La recuperación un proceso de cambios mediante el cual los individuos mejoran su salud, bienestar y calidad de vida. Es un proceso donde la persona asume un papel fundamental de cómo vivir con un trastorno mental grave, mas allá de la ausencia de síntomas, la enfermera es el que se encarga atender a las necesidades del la persona adulta o niño en momentos críticos, consiste en ayudar la salud o la recuperación, hace que la persona se sienta satisfecho y a valerse por sí mismo lo antes posible.

La enfermería realiza diferentes trabajos o actividades para que la población o la personas estén sanos ya que se acomoda a distintas situaciones que se le presenten, la atención de enfermería tiene como finalidad satisfacer su necesidades del paciente y disminuir o solucionar sus problemas mediante acciones específicas ya que la recuperación dependen de dos persona (el personal de enfermería y el paciente). Se busca fortalecer la capacidad de la persona para tomar el control de su vida y su salud. La recuperación esta es

relación con el bienestar se considera la salud física, mental, social y emocional, de satisfacer necesidades y problemas de salud y prevenir infecciones intrahospitalarias.

Los cuidados para pacientes terminales es ayudan a las personas con enfermedades que no se puede curar y que puede estar a punto de morir, es unos de los cuidados muy complicados ya que en momento de sus hospitalización o en su hogar no solo se toma encuentra la grave de la enfermedad, sino también entra lo que son sus emociones, lo que realizaba el día a día, sus círculo de amistades y familia. Es importante brindarle tranquilidad, seguridad y estar al pendiente en todo momento que lo requiere, mientras vaya aceptando el tiempo de sobrevivencia por su enfermedad.

Como bien sabes hoy en la actualidad hay diferentes enfermedades terminales que puede padecer una persona, las enfermedades crónicas como cáncer, enfermedades neurológicas y VIH o SIDA. El cuidado del enfermo terminal el control de los síntomas físicos molestos, proporcionar facilidades para la rehabilitación, de tal manera que pueda vivir tan pleno como su enfermedad se lo permita, proporcionar apoyo profesional, permitir al paciente y sus familiares elegir en donde ocurrirá la fase final de la enfermedad y la muerte. Los pacientes tienden a hacer uso de distintas estrategias en diferentes momentos, pero no es una secuencia lógica hasta llegar a la aceptación final. Un paciente con una enfermedad terminal dependiendo de su edad, signo y síntomas y entre otros, presenta angustias psicológicas, debido a la realidad en que se encuentre, también aparece ansiedad y depresión grave. La enfermera tiene contacto directo con el paciente por lo general ayuda con la higiene, la alimentación y los medicamentos.

Ser capaz de cuidar a una persona enferma, la enfermera de llevarse bien, ya que los pacientes hospitalizados puede que se encuentren deprimidos por lo que realizaban antes o por sus familiares, se encuentra con miedo a la llegada de la muerte.

El enfermo en fase terminal es aquel cuyas funciones orgánicas están disminuidas y pueden preceder a la muerte y depende de un cuidado primario, el enfermo terminal es el que sufre una enfermedad irreversible, cuya muerte se espera en cualquier momento y en corto tiempo. Es importante estar consientes de nuestra salud y cuidarnos de enfermedades.

El enfermero cuando de indicaciones al paciente o en general las personas que están al cuidado de la persona que está enferma en esta fase les tiene que considerar, de que esta es el última vez que lo podría ver, mas los familiares o personas cercanas, el enfermo tiene un papel importante, ya que se dedica a cuidarlo durante el tiempo que le resta, como bien el paciente, recibe tratamiento para prolongar algún dolor o tranquilizar, al saber que la persona en fase terminal, puede estar inquieta, o incluso puede entrar en negación de la enfermedad que parezca. Saber cómo sobre llevar todo este proceso tanto de la enfermera, familiares y paciente, que todo se realice que manera beneficiarle para en todos, pero sobre todo para el enfermo.

Para finalizar es importante reconocer lo necesario de los programas de la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, como bien especificamos en lo anterior, que se enfoca en el bienestar de la persona o población, sobre todo en el cuidado de la salud, ya que prevenir una enfermedad y tomar medida para evitar posibles enfermedades o controlarlo, es necesario llevar un estilo vida saludable. Hoy en la actualidad tenemos accesos acudir a los centros de salud más que nada para prevenir enfermedades o tratarlos dependiendo la gravedad de la enfermedad, la promoción de la salud ayuda a cada uno ya proporciona información del cuidado.

De igual manera saber que ahí enfermedades, con posible recuperación de la salud, pero bien sabemos que lleva un proceso la recuperación, en donde la enfermera se encarga de realizar diferentes actividades para que la persona se vaya adaptando y tenga una vida estable, enfermería toma un papel muy importante ya que esta en todo momento del cuidado de paciente, de tal manera esta en el cuidado de los enfermos terminales donde la persona que ya no tiene cura y puede estar a punto de morir y la cual el enfermo tiene que ver la realidad de su condición y el personal de salud o enfermera ayuda en todo momento dado que puede entrar en crisis emocional, estar ahí para el paciente y familiares, hasta esperar la muerte de la persona. Estos resultados tienen importante implicaciones para nuestra salud y saber que hacer en su momento.

El futuro está en nosotros mismo, cuidarnos, prevenir enfermedades para que no sea tarde, vive una vida saludable.

Universidad UDS, (2025). Antología Fundamentos de enfermería III, Tercer Cuatrimestre, Licenciatura En Enfermería.

<https://acrobat.adobe.com/id/urn:aaid:sc:VA6C2:7acc5477-7cbe-43f2-8a7c-21224ff032ca>