



Nombre del Alumno: José Adonay Calvo López.

Nombre del docente : Marcos Jhodany Arguello Galvez.

Nombre del trabajo: Ensayo

Nombre de la materia: Fundamentos de enfermería III

Grado: 3

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de mayo de 2025.

La enfermería es una profesión esencial en el sistema de salud, no solo por su rol en el cuidado de los enfermos, sino también por su capacidad de influir en la promoción de la salud y el bienestar. En un mundo donde las enfermedades crónicas, el estrés y los estilos de vida poco saludables son cada vez más comunes, los profesionales de enfermería desempeñan un papel clave en la educación, prevención y acompañamiento de las personas hacia una vida más saludable. Este ensayo abordará la importancia de la promoción de la salud y el bienestar desde la enfermería, destacando sus estrategias, beneficios y retos.

La promoción de la salud, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica capacitar a las personas para que aumenten el control sobre su salud y la mejoren. En este contexto, la enfermería no se limita a tratar síntomas o administrar medicamentos, sino que también actúa como agente de cambio que fomenta estilos de vida saludables, tanto a nivel individual como comunitario.

Entre las estrategias más comunes en la enfermería para promover la salud se encuentran la educación sanitaria, la prevención de enfermedades, el acompañamiento emocional, y el trabajo comunitario. Por ejemplo, una enfermera puede educar a un paciente diabético sobre cómo controlar su alimentación, o enseñar a una comunidad rural la importancia de la vacunación y el lavado de manos.

Además, el bienestar no solo se refiere a la ausencia de enfermedad, sino a un equilibrio físico, mental y social. Por ello, los profesionales de enfermería deben desarrollar habilidades comunicativas, empatía y sensibilidad cultural para brindar un cuidado integral. El acompañamiento emocional, la escucha activa y el respeto por las creencias del paciente son claves para fomentar un verdadero bienestar.

Sin embargo, promover la salud también implica enfrentar ciertos desafíos, como la falta de recursos, la sobrecarga laboral y, en algunos casos, la resistencia de los pacientes a cambiar sus hábitos. Superar estos retos requiere formación continua, trabajo en equipo multidisciplinario y políticas de salud que apoyen la labor del personal de enfermería.

La promoción de la salud y el bienestar es una función fundamental de la enfermería moderna. A través de la educación, la prevención y el acompañamiento, las enfermeras y enfermeros contribuyen activamente a mejorar la calidad de vida de las personas y las comunidades. Reconocer y fortalecer este rol es esencial para construir sistemas de salud

más humanos, eficaces y sostenibles. Así, la enfermería no solo cuida, sino que también transforma vidas.

En un contexto donde los sistemas de salud enfrentan crecientes desafíos, como el envejecimiento poblacional y las enfermedades crónicas, el rol preventivo y restaurador de la enfermería adquiere una importancia crucial. Este ensayo aborda la doble función de la enfermería: prevenir la enfermedad y acompañar al paciente en su recuperación.

La prevención de la enfermedad en enfermería se clasifica en tres niveles: primaria, secundaria y terciaria. La prevención primaria se enfoca en evitar la aparición de enfermedades mediante acciones como la educación para la salud, vacunación, promoción de la higiene y fomento de hábitos saludables. En este nivel, el personal de enfermería actúa como educador y guía de la comunidad, contribuyendo a reducir factores de riesgo.

La prevención secundaria implica la detección temprana de enfermedades, como la realización de tamizajes, monitoreo de signos vitales o pruebas específicas para condiciones crónicas. Aquí, la enfermera ayuda a identificar problemas de salud en etapas iniciales, facilitando un tratamiento oportuno y eficaz.

La prevención terciaria, por su parte, busca evitar complicaciones o secuelas en pacientes con enfermedades ya establecidas. En este nivel, la enfermería se centra en rehabilitación, seguimiento del tratamiento y apoyo psicoemocional.

En cuanto a la recuperación de la salud, el papel de la enfermería es acompañar al paciente durante el proceso de curación, restaurar la funcionalidad y promover el autocuidado. Esto implica no solo el manejo clínico, sino también el cuidado emocional y el fortalecimiento de la autoestima del paciente. La enfermería ayuda a restablecer la salud mediante una atención humanizada, continua y adaptada a las necesidades individuales.

La prevención de la enfermedad y la recuperación de la salud son pilares fundamentales en la práctica de enfermería. Estos aspectos no solo mejoran la calidad de vida de los pacientes, sino que también alivian la carga de los sistemas de salud. Fortalecer el rol preventivo y restaurador de la enfermería es clave para construir una atención más eficiente, empática y centrada en las personas.

Los cuidados paliativos se definen como un enfoque integral destinado a mejorar la calidad de vida de los pacientes con enfermedades avanzadas y de sus familias. Según la OMS,

consiste en “la prevención y alivio del sufrimiento mediante la identificación temprana, evaluación y tratamiento del dolor y otros problemas físicos, psicosociales y espirituales”. En palabras de la Sociedad Española de Cuidados Paliativos (SECPAL), son “un tipo especial de cuidados diseñados para proporcionar bienestar o confort y soporte a los pacientes y sus familias en las fases finales de una enfermedad terminal”. El objetivo principal es, por tanto, mejorar la calidad de vida del enfermo terminal y aliviar su sufrimiento físico, emocional, social y espiritual.

En este contexto, la enfermería juega un papel fundamental. La enfermería paliativa se considera una rama especializada dedicada a brindar atención y apoyo a pacientes con patologías crónicas, incurables o avanzadas, así como a sus allegados. El enfermero en paliativos se centra en la individualidad del paciente y sus necesidades, ofreciendo cuidados polivalentes, flexibles y accesibles. Su rol incluye no solo el control de síntomas, sino también el acompañamiento en todo el proceso de enfermedad. Como destaca UNIR, “el papel de la enfermería en cuidados paliativos es esencial para brindar apoyo emocional y una atención integral”. En la práctica, el equipo de enfermería realiza tareas clave: evaluar integralmente al paciente (ámbitos físico, emocional, social y espiritual), administrar tratamientos prescritos (fármacos analgésicos, cuidados físicos), monitorizar su estado, informar y asesorar al paciente y la familia, y coordinarse con otros profesionales sanitarios. Estos cuidados individualizados y multidisciplinarios buscan garantizar dignidad y confort al enfermo terminal, respetando sus valores y decisiones.

En conclusión, la enfermería es esencial en el cuidado de los enfermos terminales. Gracias a sus conocimientos técnicos y a sus habilidades humanas, la enfermera aborda la enfermedad en su totalidad: cuida del dolor físico, acompaña emocionalmente al paciente, apoya a la familia y coordina recursos multidisciplinarios. Su intervención compasiva mejora la calidad de vida en los últimos momentos del enfermo y ayuda a preservar su dignidad. Como profesionales, los enfermeros en cuidados paliativos establecen una relación de ayuda basada en la empatía, la escucha activa y la comunicación honesta, creando un entorno de confort y comprensión tanto para el paciente como para quienes le rodean. En este difícil contexto, el rol de la enfermería se revela insustituible: ofrece cuidado integral desde una perspectiva humana y profesional, atendiendo necesidades físicas, emocionales y espirituales hasta el final de la vida.