



UDS

Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: ESMERALDA VELAZQUEZ DE LA CRUZ

Nombre del tema: promoción a la salud y el bienestar

Parcial: 1°

Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería III

Nombre del profesor: Marcos jhodany Argüello Gálvez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3er cuatrimestre

ENSAYO

1.2.1 , 1.2.2 , 1.2.3

La promoción de la salud, el bienestar y la prevención de enfermedades son conceptos interrelacionados que, aunque comparten el enfoque en el futuro, difieren en sus motivaciones y objetivos. La promoción de la salud busca mantener o mejorar el estado de salud actual a través de acciones como el ejercicio y la buena alimentación, motivando a la adopción de hábitos positivos. El bienestar, por su parte, se centra en el autocuidado y el desarrollo de habilidades para gestionar la salud, incluyendo aspectos físicos, emocionales y de autorresponsabilidad, permitiendo a las personas un mayor control sobre sus vidas. La prevención de enfermedades, en cambio, se enfoca en proteger contra amenazas de salud, reales o potenciales, mediante acciones como los programas de inmunización.

Estos tres pilares se integran cada vez más en la práctica de enfermería. La enfermera debe comprender su interrelación y aplicarlos en su labor diaria, incluyendo el autocuidado. El modelo de Leavell y Clark proporciona un marco útil para entender la prevención en tres niveles: primaria, secundaria y terciaria. La prevención primaria, la más importante, se centra en la promoción de la salud y la protección específica antes de que aparezca la enfermedad. Abarca esfuerzos para mejorar el bienestar y la satisfacción. La prevención secundaria se enfoca en individuos con enfermedad, buscando un diagnóstico precoz, tratamiento oportuno y limitación del daño. Si bien históricamente se centraba en el ámbito hospitalario, cada vez más se extiende al hogar y centros especializados para pacientes con enfermedades crónicas. La prevención terciaria, por último, se realiza en casos de discapacidad permanente e irreversible, con el objetivo de la rehabilitación y la prevención de secuelas.

El papel de la enfermera es multifacético y adaptable a las necesidades del paciente, requiriendo a menudo asumir roles diversos más allá de sus funciones tradicionales. Su labor fundamental consiste en ayudar al individuo a mantener o recuperar su salud, o a morir con tranquilidad, promoviendo su autonomía e independencia lo antes posible. La enfermería contribuye a la creación de "ciudadanos sanos", colaborando en todas las actividades relacionadas con la salud, complementando el trabajo médico. La atención de enfermería se centra en la satisfacción de las necesidades básicas y la resolución de problemas, considerando la homeostasia y las necesidades individuales, sociales y vitales del paciente.

En este contexto, la higiene juega un papel crucial, especialmente en pacientes con baja resistencia a infecciones. Los hábitos de limpieza, influenciados por factores culturales, deben fomentarse y adaptarse a las necesidades individuales. La nutrición, otro elemento fundamental, está íntimamente ligada al desarrollo socioeconómico y a factores culturales y de acceso a los alimentos. La diferencia entre alimentación y nutrición es clave: la primera se refiere al acto de ingerir alimentos, mientras que la segunda abarca la interacción del organismo con el medio

ambiente. Comprender el funcionamiento del aparato digestivo permite a la enfermera participar eficazmente en la satisfacción de las necesidades nutricionales del paciente hospitalizado.

Finalmente, el ambiente terapéutico, compuesto por elementos físicos y humanos, es esencial para la recuperación del paciente. La interacción del personal de salud con el paciente y sus familiares crea un entorno estimulante para la salud y la rehabilitación. La creación de un ambiente óptimo, a través de la coordinación de recursos humanos, materiales y físicos, es fundamental para la eficacia del tratamiento y la recuperación del paciente. En resumen, la promoción de la salud, el bienestar y la prevención de enfermedades, junto con una atención de enfermería integral y adaptable, son pilares esenciales para lograr un estado de salud óptimo y una mejor calidad de vida para los individuos.