



Ensayo

Nombre del Alumno: Dominga Guadalupe Roblero Roblero

Nombre del tema: Promoción de la salud y el bienestar

Parcial: Unidad I

Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería III

Nombre del profesor: Marcos Jhodany Arguello Gálvez

Nombre de la Licenciatura: En enfermería

Cuatrimestre: 3

Comitán de Domínguez Chiapas, 23/05/2025

las actividades de promoción de la salud, como el ejercicio habitual y la buena alimentación ayuda a que los pacientes puedan mejorar sus actuales niveles de salud, así como también la prevención de enfermedades que cada vez están más relacionados entre sí, en las recuperaciones de salud tienen un proceso de cambio mediante el cual los individuos mejoran su salud. En las necesidades especiales de los pacientes en fase terminal, se le deben incluir atenciones integrales dependiendo de sus signos y síntomas.

Promoción de la salud y el bienestar.

En la promoción de la salud y el bienestar están íntimamente relacionados, todos están centrados en el futuro la diferencia entre ellos es que están en las motivaciones y objetivos. Las actividades de promoción de la salud, como el ejercicio habitual y la buena alimentación, ayudan a los pacientes a mantener o mejorar sus actuales niveles de salud. Motivan a las personas a actuar positivamente para alcanzar niveles más estables de salud. La educación del bienestar enseña a las personas cómo cuidar de ellas mismas de una manera saludable e incluye temas como el conocimiento físico, el manejo del estrés y la autorresponsabilidad. Las estrategias del bienestar ayudan a las personas a lograr una nueva comprensión y control de sus vidas. Las actividades de prevención de enfermedades, como los programas de inmunización, protegen a los pacientes de las amenazas a su salud, reales o potenciales. Motivan a las personas para evitar deterioros en la salud o en los niveles funcionales.

Prevención de enfermedad.

La enfermera debe estar familiarizada con estos términos, comprenderlos mejor y llevarlos a la práctica en su diario quehacer, como formas de atención a la salud de la población, de mantener y mejorar su propia salud (autocuidado). Las acciones de promoción de salud motivan a las personas a actuar de manera positiva para alcanzar estados de salud más estables. Las acciones de bienestar están diseñadas para ayudar a las personas a conseguir una comprensión y un control nuevo de su vida. Las actividades de prevención ayudan a las personas a protegerlas de amenazas reales y potenciales de la salud; un ejemplo, de esto son los programas de vacunación.

La prevención primaria es aquella verdaderamente auténtica, debido a que ésta se realiza antes de que aparezca la enfermedad, se concibe como la acción de salud más importante para mantener a las personas o comunidades saludables.

La prevención secundaria se centra en personas que ya tienen la enfermedad y que están en riesgo de desarrollar complicaciones o secuelas.

Y La prevención terciaria es cuando se produce en la persona una discapacidad permanente e irreversible y que requiere de rehabilitación, para ayudar a conseguir un grado de funcionamiento lo más óptimo como sea posible, y prevenir de secuelas o daños mayores e inclusive la muerte.

Recuperación de la salud.

Se dice con frecuencia que el papel y funciones de la enfermera han sido y siguen siendo variables; que siempre que se encuentra sola para atender a un paciente, debe prestarle los cuidados que necesite, lo que la obliga a asumir el papel de médico, de trabajadora social, de fisioterapeuta, o de cualquier otro especialista ausente en el momento. A veces tiene que desempeñar hasta la función de cocinera o de plomero. Se ha dicho que la enfermera es la “madre profesional” que, como la verdadera, atiende a las necesidades del niño en momentos críticos realizando tareas que pueden ser muy ajenas a su papel habitual.

La enfermería consiste fundamentalmente en ayudar al individuo (enfermo o sano) a realizar aquello que conduce a mantener su salud, o a recuperarla (o a morir de una manera tranquila), y que llevaría a cabo por sí solo si tuviera la fortaleza, la voluntad o el conocimiento que ello requiere.

Cuidados de los enfermos terminales.

El paciente es una persona con valores, deseos, necesidades, y en circunstancias particulares como una enfermedad, hospitalización o cercanía a la muerte, se altera generando reacciones como ansiedad, miedo o angustia por esa pérdida de la salud. Por lo general cuando una persona ingresa al hospital, no sabe si retornará de nuevo a su hogar con su familia, o si volverá a reincorporarse a su ámbito laboral y círculo de amistades, en las mismas condiciones de productividad, antes de perder su salud.

La intención es llevar al máximo la calidad de vida, mientras se acepta el tiempo de sobrevivencia determinado por su enfermedad, más que por cualquier tratamiento médico; así el interés debe estar, en controlar los síntomas de la enfermedad

En conclusión, nos podemos dar cuenta que la promoción de la salud hace que los pacientes puedan mejorar su salud, así como también la prevención de enfermedades. Tomando en cuenta las necesidades de los individuos en fase terminal brindándoles una mejor atención.