



ENSAYO

Nombre del Alumno: izoally jazmin gonzalez cabello

Nombre del tema: unidad 1

Parcial: 2

Nombre de la Materia: fundamentos de enfermería 3

Nombre del profesor: marcos jhodany arguello galvez

Nombre de la Licenciatura: enfermería

Cuatrimestre: 3°

La salud no debe entenderse únicamente como la ausencia de enfermedad, sino como un estado completo de bienestar físico, mental y social. En este sentido, el cuidado integral de la salud requiere una visión amplia y dinámica que abarque desde la promoción del bienestar, pase por la prevención y recuperación de la enfermedad, y culmine con los cuidados compasivos a los enfermos terminales. Estos tres pilares conforman un enfoque humano, ético y profesional que pone al individuo en el centro del sistema sanitario.

1.2.1 Promoción de la salud y el bienestar

La promoción de la salud constituye la base de un sistema preventivo, donde se busca empoderar a las personas para que tomen decisiones informadas sobre su estilo de vida. Iniciativas como la educación sanitaria, la promoción de la actividad física, una alimentación balanceada y el fortalecimiento de la salud mental, permiten que los individuos y comunidades desarrollen mayor resiliencia ante los riesgos sanitarios. Este enfoque no solo mejora la calidad de vida, sino que también disminuye la carga para los sistemas de salud pública.

Además, la promoción del bienestar se extiende al entorno laboral, escolar y comunitario, donde políticas públicas integradoras pueden generar espacios saludables y equitativos. La participación activa de los profesionales de la salud en campañas y programas de promoción es esencial para fomentar una cultura de autocuidado y prevención desde las primeras etapas de la vida.

1.2.2 Prevención de la enfermedad y recuperación de la salud

Cuando la enfermedad aparece, el segundo nivel del cuidado se activa: la prevención secundaria y terciaria. La **prevención de la enfermedad** incluye medidas como la vacunación, los exámenes de detección precoz, y el control de factores de riesgo como la hipertensión, la diabetes o el tabaquismo. Detectar a tiempo una patología puede marcar la diferencia entre una recuperación efectiva y una condición crónica o incluso mortal.

La **recuperación de la salud** implica una atención médica oportuna, integral y centrada en el paciente. Aquí entra en juego la rehabilitación física, emocional y social del individuo. Los equipos de salud multidisciplinarios cumplen un papel fundamental, ya que no solo deben tratar la

enfermedad, sino también acompañar al paciente en su proceso de recuperación, respetando su dignidad y promoviendo su autonomía.

1.2.3 Cuidados de los enfermos terminales

El último eslabón de este proceso lo constituye el **cuidado de los enfermos terminales**, una etapa que exige una profunda sensibilidad humana y profesional. En situaciones donde la cura ya no es posible, el objetivo principal pasa a ser el alivio del sufrimiento y la mejora de la calidad de vida del paciente y su familia. La atención paliativa proporciona soporte físico, psicológico, social y espiritual, permitiendo que el paciente transite esta etapa de forma digna.

El acompañamiento al final de la vida no solo implica el control del dolor y otros síntomas, sino también la escucha activa, la empatía y el respeto por las decisiones del paciente. Los cuidados paliativos son una muestra de respeto por la vida hasta su término natural, y su implementación es un derecho que toda persona debería tener garantizado.

