



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA
Y OBSTETRICIA



PROCESO DE ATENCION DE ENFERMERIA:
A TRAVES DEL MODELO CONCEPTUAL
DE VIRGINIA HENDERSON, DIRIGIDO
A UN ADULTO CON ALTERACION
DE SUS NECESIDADES

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN ENFERMERIA Y OBSTETRICIA
P R E S E N T A :
MARIA ELIZABETH SANCHEZ OCADIZ
NUMERO DE CUENTA: 401118977

Angelina Rivera M

ASESORA: L.E.O. ANGELINA RIVERA MONTIEL

ESCUELA NACIONAL DE
ENFERMERIA Y OBSTETRICIA



MEXICO, D. F.

OCTUBRE, 2005

SECRETARIA DE ASUNTOS ESCOLARES

m341858



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a DIOS por el amor infinito que me da

Agradezco a mis hijos Christopher y Bryan por el amor y el apoyo incondicional que me brindan en todo momento.

M.C. Evila Gayoso Islas. Agradezco los conocimientos y tiempo que me brindó durante el desarrollo de este proceso de atención.

INDICE.

1	Introducción.....	1
2	Justificación.....	2
3	Objetivos.....	3
4	Marco teórico.....	4
5	Metodología.....	88
6	Bibliografía	115

INTRODUCCIÓN

La enfermería es una disciplina que proporciona cuidados a la persona sana o enferma, a la familia y a la comunidad, a recuperar o a conservar su salud holísticamente, en su planificación de cuidados se basa en el proceso atención de enfermería, a través de sus diferentes etapas que son la valoración, el diagnóstico, la planeación, la ejecución y la evaluación lo que nos permite llegar a la meta a través de la planeación de objetivos, jerarquizando las necesidades de la persona.

El proceso atención de enfermería es un método para la realización del cuidado, es muy importante y básico considerar las necesidades que presenta nuestro paciente para que posteriormente se elaboren los diagnósticos y se planteen los objetivos.

El presente estudio de caso se elaboro para proporcionar el cuidado a un adulto mayor, organizado en un eje metodológico y un eje conceptual. El primero basado en Proceso Atención de Enfermería, y el segundo es el modelo conceptual de Virginia Henderson, el cual se enfoca en las catorce necesidades de básicas como: necesidad de nutrición, hidratación, eliminación, necesidad de movimiento y mantener una postura, de descanso y sueño, necesidad de usar prendas de vestir adecuadas, de termorregulación, de higiene y protección de la piel, de evitar los peligros, de comunicarse, de vivir según sus creencias y valores, de trabajar y de realizarse, de jugar, de participar en actividades recreativas, de aprendizaje hasta lograr su independencia.

El trabajo esta integrado en tres capítulos, el primero esta dirigido a los objetivos que sustentan el estudio, en el segundo capitulo se aborda el marco teórico basado el proceso atención de enfermería y el tercer capitulo contiene la metodología.

JUSTIFICACIÓN

El proceso atención de enfermería es un método sistemático y organizado para brindar cuidados a la persona, se basa en principios y reglas que se ha comprobado efectivos en promoción de la calidad de los cuidados, la eficiencia y la satisfacción de la persona, por lo que el presente estudio de caso basado en la propuesta de Virginia Henderson nos permite vincular las necesidades humanas con la organización metodológica de un proceso aplicado a la atención del adulto mayor con necesidades no satisfechas que nos permitió aplicar los conocimientos adquiridos durante mi formación y comprobar la satisfacción de las necesidades aplicando el modelo de Virginia Henderson, por lo que es importante dar a conocer el proceso, la evolución y los resultados obtenidos en un paciente adulto mayor con fractura diafisaria de tibia y peroné.

I.- OBJETIVO GENERAL.

Ayudar que el cliente recupere su independencia.

1.2.- Objetivo específico.

- a) A través de la valoración identificar los problemas y las causas que afectan la satisfacción de sus necesidades.
- b) Con base a los diagnósticos de enfermería realizadas planear las intervenciones que ayuden al cliente a satisfacer sus necesidades y en lo posible recuperar su independencia.
- c) Con base a las intervenciones realizadas evaluar los resultados para decidir nuevas intervenciones que ayuden a que el cliente alcance su independencia.

II.- MARCO TEÓRICO.

A continuación se presentará una propuesta de los acontecimientos que ayudarán a sustentar el estudio de caso, debido a que el contenido del mismo derivará de necesidades y ayuda que se le preste al cliente.

2.1.- Enfermería.

2.1.1 Concepto.

Enfermería es una ciencia basada en métodos científicos para dar cuidado integral al cliente por el personal profesional que ha recibido formación y preparación de enfermería, para ayudar al individuo, familia y comunidad a lograr un estado óptimo de salud, mediante la prevención, curación y control de padecimientos.

2.1.2 Antecedentes históricos de enfermería

HISTORIA DE LA ENFERMERÍA

Es importante conocer la historia de enfermería ya que nos permite ver la trascendencia y evolución así como la relevancia que tiene el cliente, su familia y comunidad, para que su salud sea recuperada.

En siglos pasados los cuidados de enfermería eran ofrecidos por voluntarios con escasa o ninguna formación, por lo general, mujeres de distintas órdenes religiosas. Durante las Cruzadas, por ejemplo, algunas órdenes militares de caballeros también ofrecían enfermerías, y la más famosa era la de los Caballeros Hospitalarios (también conocida por los Caballeros de san Juan de Jerusalén). En países budistas los miembros de la orden religiosa Shanga han sido tradicionalmente los encargados de los cuidados sanitarios. En Europa, y sobre todo tras la Reforma, la enfermería fue considerada con frecuencia como una ocupación de bajo estatus adecuada sólo para quienes no pudieran encontrar un trabajo mejor, debido a su relación con la enfermedad y la muerte, y la escasa calidad de los cuidados médicos de la época.

La enfermería moderna comenzó a mediados del siglo XIX. Uno de los primeros programas oficiales de formación para las enfermeras comenzó en 1836 en Kaiserswerth, Alemania, a cargo del pastor Theodor Fliedner para la Orden de Diaconisas Protestantes. Por aquel tiempo otras órdenes religiosas fueron ofreciendo también formación de enfermería de manera reglada en Europa, pero la escuela de Fliedner es digna de mención por haberse formado en ella la reformadora de la enfermería británica Florence Nightingale. Su experiencia en Kaiserswerth le brindó el ímpetu para organizar la enfermería en los campos de batalla de la guerra de Crimea y, más tarde, establecer el programa de formación de enfermería en el hospital Saint Thomas de Londres.



Florence Nightingale

Florence Nightingale estableció las bases de la enfermería moderna con su forma de tratamiento de los enfermos y heridos durante la guerra de Crimea (1853-1856). De vuelta a Londres después de la guerra, fundó Escuela y Hogar para Enfermeras Nightingale, con el dinero recibido como tributo a su labor.

La llegada de las escuelas de enfermería de Nightingale y los heroicos esfuerzos y reputación de Florence Nightingale transformaron la concepción de la enfermería en Europa y establecieron las bases de su carácter moderno como profesión formalmente reconocida¹

¹ Enciclopedia Encarta National Library of Science/Science Source/Photo Researchers
Enciclopedia Microsoft® Encarta® 2002. © 1993-2001 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

2.1.3 Metaparadigma.

El metaparadigma de enfermería nos aporta la base fundamental de enfermería, esta base teórica es la que provee a las enfermeras en su práctica clínica profesional con un entendimiento integral del ser humano.

El metaparadigma está integrado por tres conceptos básicos que son:

Persona: Individuo que requiere asistencia profesional para alcanzar su salud e independencia o una muerte en paz. La persona es una unidad corporal-física y mental, que está constituida por componentes biológicos psicológicos, sociales y espirituales.²

Entorno: Es individual para cada persona, incorpora al medio ambiente físico, socioeconómico y cultural. También la familia y la comunidad son responsables de proveer cuidados.

Enfermera: La enfermera se vincula con la persona en el contexto de su mundo único para lograr la salud.

Salud: Es definida como un estado de bienestar biológico, físico, psicológico y socioeconómico. Estos aspectos de la salud forman una totalidad que constituye el bienestar general de una persona o de una sociedad.³

2.2 Proceso de atención de enfermería.

2.2.1 Concepto.

El proceso de atención de enfermería es un método sistemático de brindar cuidados humanistas creados en el logro de los objetivos de forma eficiente.

² Camper Barbara *Fundamental Patterns of Knowing in Nursing. Advances in Nursing Science.* ed. 1978. Pág. 13-23.

³ Maestra en enfermería Doris Grisgun *Identidad Profesional, Humanismo y Desarrollo Tecnológico.* ed. 1992. México, D.F. Pág. 6.

Es organizado y sistemático porque consta de cinco pasos secuenciales e interrelacionados –valoración, diagnóstico, planeación, ejecución y evaluación– en los cuales usted realiza acciones intencionadas pensadas para maximizar los resultados a largo plazo. Está caracterizado por su humanidad porque el plan de cuidados se desarrolla y se pone en práctica de tal forma que los intereses e ideales únicos del consumidor y de las personas significativas para que él reciban la mayor consideración el proceso de enfermería se basa en la idea de que éxito de los cuidados se mide por el grado de eficiencia y el grado de satisfacción y progreso del paciente.

El proceso de enfermería, tal como se describe en esta obra, se basa en principios y reglas que se han comprobado efectivos en la promoción de la calidad de los cuidados, la eficiencia y la satisfacción del paciente. Si dedica el tiempo necesario para aprender y aplicar estos principios en las situaciones de la vida diaria, mejorará su capacidad para solucionar los problemas, tomar decisiones y maximizar las oportunidades y recursos. Tendrá la satisfacción de lograr los objetivos finales de los cuidados de enfermería:

- Promover, mantener, o restaurar la salud, en el caso de enfermedades terminales, lograr una muerte tranquila.
- Permitir a las personas manejar sus propios cuidados de salud.
- Proporcionar unos cuidados de calidad, y a un coste efectivo.
- Buscar formas de mejorar la satisfacción mediante los cuidados de salud

2.2.2 Antecedentes históricos.

1955 Hall por primera vez se describe el proceso.

1963 Wendenbach proceso tres etapas: Valoración, planeación y ejecución.

1967 Laura y Walsh descubren un proceso de cuatro fases: Valoración, planificación, ejecución y evaluación.

En otros países.

1967 El proceso de enfermería ha sido legitimado como sistema de la práctica.

En 1990 surge la fuerza impulsora de gran impacto en la práctica de la enfermería haciendo énfasis en la calidad y la restricción del costo.

2.2.3 Etapas del proceso de atención de enfermería.

a) *Valoración.* Primera fase del P.A.E. consiste en la recolecta y organización de los datos, que conciernen a la persona, familia y entorno. Son la base para las decisiones y actuaciones posteriores.

b) *Diagnóstico de enfermería.* Es el juicio o conclusión que se produce como resultado de la valoración de enfermería.

El diagnóstico está estrechamente relacionado con la planificación por tres razones:

1.- Los objetivos fijados durante la planificación deriva directamente de los problemas que ha identificado.

2.- Las intervenciones planificadas deberían estar diseñadas para prevenir, resolver o minimizar los problemas que ha identificado.

3.- Las capacidades que ha identificado debería incorporarlas en el plan.

c) *Planificación.* Se desarrollan estrategias para prevenir, minimizar o corregir los problemas así como para proporcionar la salud.

La planeación y la ejecución están estrechamente relacionadas por dos razones:

1.- Las acciones que realiza durante la ejecución se guían por el plan diseñado.

2.- Como ya he mencionado antes, habrá momentos en que tendrá que planificar y ejecutar con rapidez acciones de enfermería, antes desarrollar todo el plan.

d) *Ejecución.* Es la realización o propuesta en la práctica de los cuidados programados.

La ejecución y evaluación se solapan por una razón obvia: usted no ejecuta ciegamente un plan de actuación sin valorar (evaluar) las respuestas iniciales a sus actuaciones. Pronto en la fase de ejecución empieza a evaluar si el plan es efectivo basándose en las respuestas iniciales. Realiza entonces lo cambios necesarios antes de pasar a la fase de la evaluación formal.

e) *Evaluación.* Comparar las respuestas de la persona, determinar si se han conseguido los objetivos establecidos.

2.3 Método conceptual de Virginia Henderson.

2.3.1 Antecedentes históricos.

Lo que le llevó a Virginia Henderson a desarrollar su trabajo fue la preocupación que le causaba el constatar la ausencia de una determinación de la función propia de la enfermera. Ya que desde la época de estudiante, sus experiencias teóricas y prácticas le llevaron a preguntarse que es lo que deberían hacer las enfermeras que no pudieran hacer otros profesionales de la salud. El modelo absolutamente medicalizado de las enseñanzas de enfermería de aquella época le creaban insatisfacción por la ausencia de un modelo de enfermero que le proporcionara una identidad profesional propia. Como enfermera graduada siguió interesándose en estos temas a partir de la revisión de la bibliografía existente en aquellos años sobre enfermería, se dio cuenta de que los libros que pretendían ser básicos para la formación de las enfermeras no definía de forma clara cuales eran sus funciones y que sin este elemento primordial para ella no se podían establecer los principios y la práctica de la profesión.

La cristalización de sus ideas se recogen en una publicación de 1956 en el libro *The nature of nursing*, en el que define la función propia de la enfermera de la siguiente forma:

2.3.2 Conceptos básicos.

La única función de la enfermera es asistir al individuo sano o enfermo, en la realización de aquellas actividades que contribuyen a la salud o a su recuperación (o a una muerte serena), actividades que realizará por si mismo si tuviera la fuerza, conocimiento o voluntad necesaria. Todo ello de manera que le ayude a recobrar su independencia de la forma mas rápida posible.

a) *Dependiente.*

El cliente es incapaz de adoptar comportamientos favorables para realizar por si mismo acciones adecuadas que le permitan alcanzar un nivel mínimo de satisfacción de sus necesidades, se convierte en dependiente

b) *Independiente.*

Para mantener un equilibrio fisiológico y psicológico el cliente debe alcanzar un nivel mínimo de satisfacción de sus necesidades. Si es capaz de responder de forma conveniente, por medio de acciones o comportamientos adecuados que el mismo realiza es independiente⁴

c) *Enfermería.*

*Es el arte y la ciencia del cuidado integrado y comprensivo, en el cual la enfermera junto con la persona beneficiaria de estos cuidados, identifican metas comunes para realizar y mantener la salud.*⁵

d) *Necesidad.*

Requerimiento de una persona que, cuando se satisface, alivia o reduce el sufrimiento o promueve una sensación de adecuación y bienestar.

2.3.3 Necesidades básicas.

- 1) *Respirar.*
- 2) *Alimentarse e hidratarse.*
- 3) *Eliminar.*
- 4) *Moverse, conservar una buena postura (y mantener una circulación adecuada).*
- 5) *Dormir y reposar (y conservar un estado de bienestar aceptable).*
- 6) *Vestirse y desnudarse.*
- 7) *Mantener la temperatura corporal en los límites normales.*
- 8) *Estar limpio, aseado y proteger los tegumentos.*
- 9) *Evitar los peligros (y mantener la integridad física y mental).*
- 10) *Comunicar con sus semejantes (desarrollarse como ser humano y asumir su sexualidad).*
- 11) *Actuar de acuerdo a sus creencias y valores.*
- 12) *Preocuparse de su propia realización (y en conservar su propia estima).*
- 13) *Recrearse.*
- 14) *Aprender.*

⁴ Francoise C. M. *Encontrar El Sentido Original Del Cuidado* ed 1998 Pág. 36

⁵ Grispan. Pág. 5

NECESIDADES FUNDAMENTALES

1. NECESIDAD DE RESPIRAR

DEFINICIÓN:

Respirar es una necesidad del ser vivo que consiste en captar el oxígeno indispensable para la vida celular y eliminar el gas carbónico producido por la combustión celular. Las vías respiratorias permeables y el alvéolo pulmonar permiten satisfacer.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Para satisfacer su necesidad de respirar, el ser humano posee un sistema respiratorio que permite la inspiración y la expiración de aire a través de las vías respiratorias permeables y una fisiología respiratoria adecuada.

La respiración es un conjunto de mecanismos a través de los cuales el organismo utiliza el oxígeno (O_2) y se deshace de su gas carbónico (CO_2).

La combustión completa de un sustrato se traduce por la disminución de producción de agua y gas carbónico. He ahí, pues, una función de gran importancia para cada una de nuestras células.

La inhalación del aire se hace durante la inspiración y la exhalación durante la expiración. La circulación del aire se efectúa gracias a la permeabilidad de las vías respiratorias (nariz, faringe, laringe, traquea, bronquios y alvéolos) y a los movimientos de los músculos de la caja torácica y del diafragma.

El proceso fundamental de la respiración puede dividirse en tres partes: la ventilación pulmonar, la difusión de los gases y el transporte del oxígeno y del gas carbónico.

La ventilación pulmonar es un proceso que permite el paso del oxígeno de la atmósfera a los pulmones (inspiración) y el retorno de los gases carbónicos de los pulmones al aire atmosférico (expiración).

La difusión de los gases es el proceso que permite el intercambio entre los alvéolos y los capilares.

El oxígeno debe ser transportado desde los pulmones a los tejidos y el gas carbónico debe retornar de los tejidos a los pulmones.

Influencia de la Edad Sobre La Frecuencia Respiratoria

Edad	Frecuencia/minuto
Recién nacido	35 a 50
2 años	25 a 35
12 años	15 a 25
Adulto	14 a 20
Anciano	15 a 25

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Postura: Una buena alineación corporal y una posición adecuada favorecen expansión torácica.

Ejercicio: La actividad física con el trabajo muscular suponen una demanda suplementaria de O₂ y, por ello mismo, un aumento de la formación de CO₂. De esta forma, la frecuencia respiratoria se ve aumentada para suplir las necesidades celulares.

Alimentación: Una adecuada hidratación contribuye al mantenimiento de humidificación de las mucosas respiratorias.

Estatura: La estatura afecta el volumen pulmonar. Las personas delgadas y altas tienen generalmente una capacidad vital mayor que las personas bajas y obesas.

Factores psicológicos

Emociones: Las emociones aportan una modificación en la respiración.

Factores sociológicos

Aire ambiental: En el ambiente, un porcentaje de oxígeno adecuado es indispensable para facilitar la respiración.

Clima: El calor aumenta la frecuencia respiratoria para permitir la eliminación del calor corporal.

Vivienda: Para favorecer la satisfacción de la necesidad de respirar, la vivienda deberá reunir las siguientes condiciones: una tasa de humedad y de calor confortable, un aislamiento y una ventilación adecuados, y un espacio vital adecuado.

Lugar de trabajo: Una buena aireación debe estar asegurada para permitir la satisfacción de la necesidad de respirar.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia

Respiración libre por la nariz

Ritmo respiratorio regular

Frecuencia respiratoria:

- Recién nacido: 35-50/min.
- 2 años: 25-35/min.
- 12 años: 15-25/min.
- adulto: 14-20/min.
- persona mayor: 15-25/min.

Amplitud respiratoria:

- Profunda o superficial
- Respiración costal: mujer
- Respiración diafragmática: niño, hombre
- Ruidos respiratorios: respiración silenciosa

- Coloración rosada de piel, mucosas y faneras
- Reflejos de la tos
- Mucosidades en pequeña cantidad

Interacciones entre la necesidad de respirar y las otras necesidades

<i>Necesidades fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de respirar</i>
Beber y comer	Hidratación en cantidad suficiente
	Comidas equilibradas en cantidad y calidad y tomadas lentamente.
Eliminar	Evaporación de agua a través de la espiración
	esfuerzo en la defecación: amplitud modificada.
Moverse y mantener una buena postura	Postura adecuada
	Actividades físicas moderadas: amplitud y frecuencia modificadas.
Dormir y descansar	Sueño y reposo reparadores: amplitud y frecuencia modificadas
Vestirse y desvestirse	Peso talla normales
	Vestidos confortables: expansión torácica máxima
	Temperatura corporal normal
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Mucosas respiratorias lubricadas
Estar limpio, aseado y proteger sus	coloración rosada de piel, mucosas y

tegumentos	faneras
Evitar los peligros	Salubridad del aire ambiental temperatura y humedad ambientales adecuadas vacunación: prevención de enfermedades respiratorias Control de emociones
Comunicarse con sus semejantes	Control del habla
Actuar según sus creencias y sus valores	Medios adecuados para el dominio de las respiración
Ocuparse para realizarse	Escoger los medios para realizarse según la constitución de los individuos
Recrearse	Actividades físicas según la constitución del individuo
aprender	Dominio de las habilidades para prevenir alteraciones respiratorias

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad

- a) Averiguar lo hábitos del cliente
- b) Planificación de las intervenciones:
 - Ejercicios respiratorios frecuentes.
 - Actividades físicas moderadas: caminar, etc.
 - Postura que favorezca la expansión torácica.
 - Hidratación adecuada.
 - Humedad y temperatura ambientales en los límites de la normalidad.
 - Aireación suficiente.

- Ejercicios de relajación para el control de la respiración.
- Evitar las comidas copiosas, el tabaquismo, la polución, el sobrepeso, los vestidos ajustados y la inmovilidad.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

1) *Problemas de dependencia: disnea*

A nivel de la necesidad de respirar, se observa un solo problema de dependencia: la disnea. En efecto, de este problema derivan todas las manifestaciones de dependencia observables en cada individuo: la taquipnea, la bradipnea, etc. Esta se define como una respiración difícil, laboriosa y corta.

Proceso

Múltiples causas pueden provocar disnea; son problemas a nivel de las vías respiratorias, de los bronquios, de los pulmones o del corazón. Cualquiera que sea la causa, el resultado es el mismo, es decir, una insuficiencia de entrada de aire en los pulmones y, como consecuencia, una acumulación de CO₂. el cliente que sufre disnea, tiene la impresión de ahogo y de sofoco, y según la gravedad del problema, puede sufrir un elevado grado de ansiedad pudiendo llegar a la angustia.

2. NECESIDAD DE COMER Y BEBER

DEFINICIÓN:

Beber y comer es la necesidad de todo organismo de ingerir y absorber alimentos de buena calidad en cantidad suficiente para asegurar su crecimiento, el mantenimiento de sus tejidos y la energía indispensable para su buen funcionamiento.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Para mantenerse sano, el ser humano tiene necesidad de una cantidad adecuada de alimentos que contengan los nutrientes indispensables para la vida. La cantidad y naturaleza de los nutrientes está relacionada con el sexo, la edad, corpulencia y talla del individuo. Una alimentación adecuada debe contener los cinco elementos siguientes: glúcidos, lípidos, prótidos, vitaminas y sales minerales.

Cuatro grupos de alimentos básicos pertenecen a esta guía: leche y productos lácteos, pan y cereales, carne y sustitutos, frutas y legumbres.

El agua desempeña los siguientes roles: mantiene el equilibrio electrolítico y la temperatura corporal, conserva la humedad de la piel y mucosas, favorece la eliminación de los desechos metabólicos y es un componente esencial del protoplasma celular.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos.

Edad y crecimiento: Las necesidades alimenticias de niños y adolescentes aumentan considerablemente durante su período de crecimiento y desarrollo. En el adulto estas necesidades pueden variar de un individuo a otro; aunque durante el embarazo y la lactancia el organismo tiene una importante necesidad suplementaria de elementos nutritivos.

Actividades físicas: Las actividades cotidianas influyen: cuando mayor es la actividad muscular, más afecta al metabolismo del organismo, quemando gran cantidad de kilojulios que se necesite un aporte suplementario de agua y alimentos.

Regularidad del horario en las comidas: Comer muy a menudo provoca una sobrecarga al estómago. Un horario regular de comidas es deseable para todos los individuos. Las personas mayores dan gran importancia a la regularidad de las comidas, ya que para ellas el tiempo que le dedican se convierte en una actividad importante en su vida cotidiana.

Factores psicológicos.

Emociones y ansiedad: Las emociones (alegría, pena) y la ansiedad pueden influir en el consumo de comida de los individuos y de esta forma modificar sus hábitos alimentarios.

La ingestión de la comida esta muy relacionada con la satisfacción de la necesidad de seguridad, de amor y de sentirse bien, ya que se remite la fase oral donde el niño recibió mucho afecto y amor a través de la lactancia o de la toma de alimentos dados por un ser querido.

Factores sociológicos.

Clima: En invierno los individuos tienen una mayor necesidad de consumir comidas calientes y nutritivas. En verano o con tiempo húmedo y más caluroso, se necesitan menos elementos energéticos.

Status socioeconómico: Las necesidades alimenticias de los individuos son a menudo determinadas por su status socioeconómico. Los pobres y los ancianos tienen a menudo la imposibilidad de procurarse la calidad de elementos nutritivos indispensables para mantener su salud.

Religión: Los individuos, según la religión a la que pertenezcan, tienen ritos y tabú alimentarios, lo que influye sobre su necesidad de beber y comer.

Cultura: Los hábitos alimentarios de los individuos dependen de la variedad de alimentos disponibles en su país.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia.

Condición de la boca:

- Dientes blancos, alineados y en número suficiente
- Prótesis dental en buen estado y bien ajustada
- Mucosa bucal rosa y húmeda

- Lengua rosada
- Encías rosadas y adheridas a los dientes

Masticación lenta, boca cerrada

Reflejo de deglución

Digestión lenta (cuatro horas en el estomago) sin malestar

Hábitos alimentarios:

- Horario: 3 comidas al día, espaciadas por periodos de 4 a 5 horas

Duración de las comidas:

- 30 a 45 minutos de media por comida
- tomar una colación entre comidas
- apetito, hambre, saciedad
- utilización de los cuatro grupos de alimentos, en la composición del menú.

Hidratación: la ingestión diaria de líquido, particularmente agua, es de 1000 a 1500 ml. La cantidad de líquido ingerido debe ser equivalente a la cantidad excretada

Particularidades según los grupos de edad: el aporte diario de alimentos y líquidos ingeridos, tanto en cantidad como en calidad, varía según las etapas de crecimiento y desarrollo

Elección personal de alimentos preferidos o degustación alimentaria.

Restricción alimentaria relacionada con una religión, una cultura o el status social

Comidas tomadas en solitario o en compañía, en el hogar, en el trabajo o en el restaurante

Significado personal de la comida: amor, castigo, consuelo o alivio

Los cuatro grupos de alimentos

<i>Leche y productos lácteos</i>	<i>Carnes y sustitutos</i>	<i>Frutas y legumbres</i>	<i>Pan y cereales</i>
--------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------	-----------------------

2 porciones por día	2 porciones por día	4-5 porciones por día	3-5 porciones por día
Leche, yogurt, queso, sopa a base de leche, leche helada, puding de leche salsa bechamel	Buey, ternera, tocino, aves, hígado, pescado, huevos, nueces, manteca de cacahuete, habas con tocino	Manzana, naranja, pomelo, plátano, uva, melón, cantaloupe, zanahoria, calabaza, judías, guisantes, nabos, espinacas, brécol, patatas, berenjenas	Pan enriquecido o entero (integral), cereales integrales o enriquecidos, buñuelos, arroz, galletas de harina de avena, manteca de cacahuete o a la melaza, pan de frutos.

Interacciones entre la necesidad de beber y comer y las otras necesidades

<i>Necesidades Fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de beber y comer</i>
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratorias normales
Eliminar	Eliminación adecuada y regular
Moverse y mantener una buena postura	Actividades adaptadas relativamente al aporte nutritivo
Dormir descansar	Sueño y reposo reparadores
Vestirse y desvestirse	Vestidos confortables
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal
Estar limpio, aseado y proteger sus	Mucosas húmedas y limpias
	Dentición sana

tegumentos	Medios adecuados para una alimentación sana
Evitar peligros	Comunicación eficaz y agradable durante una comida
Comunicarse con sus semejantes	Hábitos alimentarios relacionada a ritos religiosos e ideológicos
Actuar según sus creencias y sus valores	Control de una alimentación equilibrada
Ocuparse para realizarse	Placer y tranquilidad relacionado con la alimentación
Recrearse	Dominio de buenos hábitos alimentarios
Aprender	

Intervención de la enfermera para mantener la independencia en satisfacción de la necesidad.

- a) Averiguar los hábitos y hábitos alimentarios del cliente.
- b) Planificación de la elección de los alimentos, teniendo en cuenta las preferencias y los hábitos alimentarios del cliente y sus necesidades.
- c) Enseñanza.
 - de la guía alimentaría según la edad, la estatura y la corpulencia del cliente.
 - De la salubridad de los alimentos.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Cuando esta necesidad no está satisfecha, pueden surgir dos problemas de dependencia: una alimentación inadecuada por déficit y una alimentación inadecuada por exceso.

1) Alimentación inadecuada: déficit

Los elementos nutritivos (glúcidos, lípidos, prótidos, vitaminas y sales minerales) y los líquidos en cantidad insuficiente, pueden afectar el estado nutricional de un individuo. Varios factores son susceptibles de disminuir la ingestión de alimentos y de líquidos o de impedir la transformación y la utilización de los alimentos en el organismo o de los dos. Estos factores son los malos hábitos alimentarios, las enfermedades orgánicas y psicológicas (anorexia mental), el alcoholismo, las reacciones medicamentosas, las alteraciones digestivas, etc. Así toda insuficiencia en el aporte alimentario y de líquido altera todas las funciones necesarias para el buen funcionamiento del organismo.

2) Alimentación inadecuada: exceso

La alimentación inadecuada: exceso es un aporte alimentario exagerado en cantidad y calidad.

Proceso

Todo individuo que se alimenta mal, es decir, que ingiere un exceso de calorías puede presentar gordura pudiendo llegar a la obesidad.

El exceso de peso tiene una repercusión en el funcionamiento de los sistemas del organismo originando numerosas complicaciones orgánicas. El individuo suele ingerir una cantidad de alimentos superior a sus necesidades por las razones siguientes: estrés, ansiedad, soledad. Encontramos raramente una causa física que sitúe a nivel de un desequilibrio endocrino u otras alteraciones orgánicas.

3. NECESIDAD DE ELIMINAR

DEFINICIÓN:

Eliminar es la necesidad que tiene el organismo de deshacerse de las sustancias perjudiciales e inútiles que resultan del metabolismo. La excreción de desechos se produce principalmente por la orina y las heces, y también por la transpiración y la espiración pulmonar.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

En mantenimiento de la composición del medio interno (líquido extracelular) de forma continua, se efectúa por el proceso de omeostasis. En efecto, todo cambio el volumen extracelular conlleva modificaciones en la composición líquida constante de la célula, los pulmones controlan el CO₂ y el O₂, los riñones son los órganos principales de la homeostasis, puesto que mantienen el equilibrio hídrico, electrolítico y ácido básico del medio interno y dejan la sangre libre de desechos producidos por el metabolismo de cuerpos nitrogenados y de sustancias tóxicas para el organismo. Por su rol de excreción la piel completa la eliminación renal eliminando desechos (urea) y agua.

El organismo debe también eliminar desechos de la digestión. El quimo intestinal llega al intestino grueso, contiene sustancias indigestas como las fibras celulósicas de las legumbres, células intestinales y pigmentos biliares.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Alimentación: La cantidad y la calidad de alimentos ingeridos por el individuo influyen de forma importante en la satisfacción de la necesidad de eliminar. Una hidratación abundante (agua, zumos) y alimentos ricos en residuos (legumbres, frutas, cereales) facilitan la eliminación tanto vesical como intestinal. Además, comidas tomadas a horas fijas favorecen la regularidad de la eliminación.

Ejercicio: Los ejercicios fortalecen los músculos abdominales y pelvianos, que juegan un papel importante en la eliminación intestinal.

Edad: La edad influye en la satisfacción de la necesidad de eliminar. En el niño el control se adquiere en 2 o 3 años cuando la mielinización llega a nivel de la inervación anal. En la persona mayor, la disminución del tono muscular de los músculos abdominales puede provocar, la disminución del tono muscular de los músculos abdominales puede provocar una falta de control en la eliminación.

Horario de eliminación intestinal: La regularidad del horario en la eliminación intestinal es un factor que influye en la satisfacción de esta necesidad.

Factores Psicológicos

Estrés: La ansiedad y las emociones fuertes pueden modificar la frecuencia, la cantidad y la calidad de eliminación de orina y heces.

Factores sociológicos

Normas sociales. Cada sociedad establece medidas higiénicas con el fin de que los individuos respeten la salubridad de los lugares públicos.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia

<i>Eliminación</i>	<i>Neonato</i>	<i>Niño</i>	<i>Adulto</i>	<i>Persona mayor</i>
Orina:				
- Coloración	Paja, ámbar, transparente			
- Olor	Aromática débil			
- pH.	4.5 a 7.5 ligeramente ácida			
- Densidad	1.010 a 1.025			
- Cantidad	30 a 300	500 -1200	1200-1400	1200-1400
	ml/día	- 24 ml/día	ml/día	ml/día

- Frecuencia Heces: - Coloración - Olor - Consistencia - frecuencia	Micciones frecuentes	4-5 veces/día	5-6 veces/día	6-8 veces/día
	Meconio los primeros días, seguidamente amarilla	Marrón		
	Difiere de una persona a otra Blanda y dura			
	1-2 veces/día	1 vez por día o por 2 días		

Interacciones entre la necesidad de eliminar y las otras necesidades

Necesidades Fundamentales	Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de eliminar
Respirar	Defecación facilitada por la acción de los músculos respiratorios
Beber y Comer	Aporte líquidos suficiente y eliminación rica en residuos
Moverse y mantener una buena postura	Ejercicios físicos frecuentes
Dormir y descansar	Descanso y reposo adecuados
Vestirse y desvestirse	Vestidos apropiados
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal

Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Limpieza de las vías de eliminación
Evitar los peligros	Medios apropiados para una eliminación adecuada
Comunicarse con sus semejantes	Comunicación eficaz
Actuar según sus creencias y sus valores	Medios adecuados según las exigencias personales de intimidad y pudor
Ocuparse para realizarse	Control de una eliminación adecuada
Recrearse	Actividades recreativas físicas frecuentes
Aprender	Dominio de buenos hábitos de eliminación

Intervención de la enfermera para mantener la independencia en satisfacción de la necesidad.

- a) Averiguar los hábitos de eliminación del cliente.
- b) Planificación de los horarios de eliminación del cliente teniendo en cuenta sus actividades.
- c) Enseñanza:
 - De los medios de regularizar la eliminación.
 - De técnicas de relajación.
 - De ejercicios físicos.
 - Del conocimiento de los alimentos y de los líquidos que favorecen la eliminación.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Muchos problemas de dependencia pueden aparecer cuando la necesidad de eliminación no esta satisfecha. Estos son la diarrea, el estreñimiento, la incontinencia fecal y urinaria, la eliminación urinaria inadecuada: déficit o exceso , la diaforesis y la eliminación menstrual inadecuada.

1) *Diarrea: evacuación de heces líquidas y frecuentes*

La diarrea puede estar causada por inflamación o por un defecto de constitución de la mucosa intestinal, por medicamentos, estrés, ingestión de alimentos muy sazonados o muy grasos.

2) *Estreñimiento: evacuación de heces, secas y pocos frecuentes*

Proceso

Cuando hay modificación del transito intestinal, es decir, un elentecimiento del bolo alimentario en el intestino, la eliminación puede estar alterada. Las heces aparecen duras y secas debido a una gran absorción del agua a través de la mucosa intestinal las principales causas de estreñimiento son un cambio del estilo de vida, una hidratación insuficiente, una alimentación pobre de residuos, la inactividad.

3). *Incontinencia fecal y urinaria: emisión involuntaria de materias fecales o de orina, o ambas*

Proceso

La incontinencia fecal y urinaria puede resultar de una situación de estrés, de enfermedades tales como infección urinaria o intestinal, de traumatismos de medula espinal, etc. Una debilidad de los mecanismos esfinterianos, puede provocar una emisión involuntaria de las heces o de orina durante un esfuerzo físico (grito, tos, estornudo).

4- NECESIDAD DE MOVERSE Y MANTENER UNA BUENA POSTURA.

DEFINICIÓN:

Moverse y mantener una buena postura es una necesidad para todo ser vivo, estar en movimiento y movilizar todas las partes del cuerpo, con movimientos coordinados, y mantenerlas bien alineadas permite la eficacia de las diferentes funciones del organismo. La circulación sanguínea se ve favorecida por los movimientos y las actividades físicas.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

La movilidad o una postura dinámica, dependen de la coordinación de las actividades de los huesos, de los músculos y de los nervios. Los huesos actúan como palanca y proporcionan los puntos de apoyo de los ligamentos y de los músculos. Estos deben contraerse para producir un movimiento. Los nervios conducen los impulsos del sistema nervioso central hacia los músculos y estos devuelven los impulsos de los receptores sensoriales al sistema nervioso central. La habilidad posee el individuo para moverse libremente le permite evaluar su estado de salud y su forma física. La actividad motriz es además un medio de eliminar sus emociones (gestos, expresiones faciales), particularmente en el niño. En efecto, este último expresa a menudo su cólera o su frustración gritando, gesticulando o escapándose; más tarde aprende a sublimarlos por ejercicios vigorosos. El adulto, en general, ha aprendido a controlar sus emociones y a menudo las elimina por el movimiento o los ejercicios físicos que tienen un efecto benéfico para su organismo, particularmente acelerando la circulación, lo que favorece la oxigenación celular.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Edad y crecimiento. Los movimientos del niño pequeño están más o menos coordinados, pero el dominio lo va adquiriendo a medida que crece y se desarrolla.

El niño es muy activo: trepa, corre, se mueve y adopta todo tipo de posturas. El -adulto está en plena capacidad de sus movimientos y la actividad física hace flexibles sus articulaciones: La persona mayor, aunque disminuyan la fuerza muscular y la agilidad, continúa activa físicamente a través de ejercicios moderados, lo que le permite moverse y desplazarse libremente. Destacamos, pues, que la presión arterial y las pulsaciones varían según la edad y el crecimiento.

	Tensión arterial	
<i>Edad</i>	<i>Tensión sistólica</i>	<i>Tensión diastólica</i>
Niño pequeño	75 a 90 ,mm 90 a	Aproximadamente 50 mm
Niño	110 mm 100 a	Hasta 50 mm
Adolescente	120 mm	Relativamente constante a
Adulto Persona	125 a 130 mm	60-80 mm
mayor	140 a 150 mm	

<i>Edad</i>	Pulsación
	<i>Pulsaciones/minuto</i>
Neonato	120 a 160
5 años	135
10 años	90
15 años	80
20 años	75
25-40 años	70
80 años	75

Constitución y capacidades físicas: Las actividades que requieren un gran esfuerzo físico dependen de la constitución del individuo. Los individuos adoptan,

según sus capacidades musculares y su amplitud respiratoria, las actividades y posturas adecuadas. 7

Factores psicológicos

Emociones: La postura y las actividades físicas permiten al individuo manifestar sus emociones y sentimientos. Además, la presión arterial y el número de pulsaciones aumentan después de practicar ejercicios físicos o de una situación de estrés (ansiedad, miedo).

Personalidad: Según su temperamento, ciertos individuos son activos, ardientes, fogosos, apáticos, tranquilos o reposados.

Factores sociológicos

Cultura: La cultura influye en el modo de vida, en el sentido de que el individuo vive al ritmo dictado por las reglas sociales que pueden estar marcadas por tradiciones, costumbres y modas. Así ciertos individuos practican actividades físicas, adoptan ciertas posturas en su vida cotidiana, según la sociedad en que viven.

Roles sociales: Según las exigencias de sus empleos, los individuos deben adoptar posturas adecuadas para poder realizar su trabajo. Ciertos empleos exigen grandes esfuerzos físicos que deben compensarse con la resistencia física y las horas de reposo suficientes.

Organización social: Toda sociedad posee leyes y reglamentos para que el individuo pueda mantenerse en salud, aunque realice un trabajo que le requiera un gran esfuerzo físico o que le obligue a adoptar la misma posición durante largo tiempo. La organización del tiempo de ocio en una sociedad dada, permite a los individuos practicar ciertos deportes que permiten la satisfacción de la necesidad de moverse y mantener una buena postura. En este mundo moderno donde nos lamentamos del sedentarismo, los gobiernos utilizan los medios de comunicación para motivar a los individuos a realizar ejercicios físicos: por ejemplo, actualmente estamos viviendo la moda de jogging, del ski de fondo, etc.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia

Manifestaciones de independencia

Postura adecuada		
<i>De pie</i>	<i>Sentado</i>	<i>Acostado</i>
Cabeza recta sin flexionar	Cabeza recta	Dorsal
Espalda recta	Espalda recta y apoyada	Lateral
Brazos a los lados	Brazos apoyados	Ventral
Caderas y piernas derechas	Muslos en posición horizontal	
Pies en ángulo recto con las piernas	Pies en el suelo o sobre un taburete	

Movimientos				
Tipos	Ejercicios físicos	Características	Ejecución	Actividades físicas
Abducción	Activos	Coordinados	Levantarse	Formas: violentas, moderadas Frecuencia Duración
Aducción	Pasivos	Armoniosos	Caminar,	
Circunducción	isométricos	Completo	inclinarse	
Eversión	De resistencia		Sentarse	
Extensión			Acostarse	
Flexión			Correr,	
Hiperextensión			agacharse	
Inversión			Arrodillarse	
Rotación			Levantar pesos	
Supinación			Estirarse	
			Coger objetos	
			Alcanzar objetos	

Tensión arterial		
Edad	Tensión sistólica	Tensión diastólica
Niño pequeño	75 a 90 mm	Aproximadamente 50 mm
Niño	90 a 110 mm	Aproximadamente 50 mm
Adolescente	100 a 120 mm	Relativamente
Adulto	125 a 130 mm	constante entre 60-80 mm
Persona mayor	140 a 150 mm	

Pulsación	
Edad	Pulsaciones/minuto
Neonato	120 a 160
5 años	135
10 años	90
15 años	80
20 años	75
25-40 años	70
80 años	75

Interacciones entre la necesidad de moverse y mantener una buena postura y las otras necesidades

<i>Necesidades fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de moverse y mantener una buena postura</i>
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratoria normales
Beber y comer	Aporte de líquidos y alimentos suficiente según las actividades
Eliminar	Eliminación adecuada
Moverse y mantener una buena postura	Circulación adecuada

Dormir y descansar	Sueño y reposo reparadores
Vestirse y desvestirse	Vestidos confortables: movimientos armónicos para las actividades
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal
Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Tegumentos sanos
Evitar los peligros	Medios adecuados de prevención de accidentes
Comunicarse con sus semejantes	Comunicación eficaz y agradable con los de más fuera de las actividades
Actuar según sus creencias y sus valores	Gestos relacionados con los ritos y las actividades
Ocuparse para realizarse	Actividades físicas valorizadoras
Recrearse	Ejercicios físicos - Deportes - Ocios
Aprender	Dominio de las actividades físicas

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad.

- a) Averiguar las necesidades de ejercicio del cliente.
- b) Planificación de un programa de ejercicios con el cliente, teniendo en cuenta su condición física.
- c) Enseñanza:
 - De ejercicios físicos moderados.
 - De técnicas de relajación y de descanso.
- d) Procurar que el cliente evite comidas copiosas, tabaquismo y sobre peso.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Cuando esta necesidad no está satisfecha, cinco problemas de dependencia pueden aparecer. Estos son la inmovilidad, la hiperactividad, la incoordinación, una postura inadecuada y una circulación inadecuada.

1) *inmovilidad: la inmovilidad se define como un estado de disminución o restricción de los movimientos*

Proceso

Los individuos, a lo largo de la vida, deben afrontar diversas situaciones donde una disminución (o una parada incluso) de sus actividades, les es impuesta. Esta inmovilidad más o menos completa puede proceder de una enfermedad tanto orgánica como psicológica: por ejemplo, los traumatismos y las incapacidades de todo tipo después de enfermedades o de emociones fuertes como el miedo, etc.

2) *Hiperactividad, aumento del ritmo de los movimientos y de las actividades pudiendo incluir la inestabilidad emocional y la fuga de ideas*

Proceso.

La hiperactividad no es fácil de definirla. Ciertos individuos físicamente activos, muy alegres, siempre en movimiento, comprometidos en varios proyectos, con carácter, son reconocidos como poseedores de una personalidad hiperactiva. Un comportamiento hiperactivo puede estar asociado a diversas enfermedades tóxicas, endocrinas, a la senilidad, al alcoholismo ya reacciones medicamentosas.

3) *Incoordinación: dificultad o incapacidad de coordinar los movimientos de los diferentes grupos musculares*

Proceso

El sistema nervioso permite a cada instante asegurar la coordinación de las contracciones musculares. Tres sistemas permiten dicha coordinación: la sensibilidad profunda, el cerebelo y el laberinto. Toda afectación en estos sistemas provoca incoordinación.

4) *Postura inadecuada: toda posición que no respeta los principios de la posición anatómica del cuerpo y que predispone al individuo diferentes deformaciones*

Proceso

Los individuos toman a menudo posturas inadecuadas debido a la fatiga, debilidad muscular, ansiedad, estrés, dolores y ciertas enfermedades. Otras veces, los clientes encamados no pueden escoger demasiado sus posturas, y tienen por tanto una predisposición a presentar alteraciones de la piel a nivel de los puntos de presión, deformidades y alteraciones pulmonares.

5) *Circulación inadecuada: circulación sanguínea deficiente por enlentecimiento circulatorio, aumento o disminución del volumen sanguíneo, estasis u obstrucción, provocando una falta de oxígeno en los tejidos o una (fuga de líquidos que se infiltran en los tejidos*

Proceso

Después de la contracción del ventrículo izquierdo, la sangre es expulsada hacia la aorta, las arterias y las arteriolas para volver al ventrículo derecho. Un defecto o una alteración de la circulación sanguínea puede producirse cuando el caudal sanguíneo está perturbado. Además, ciertas alteraciones circulatorias son causadas localmente por alteraciones vasculares (arteriosclerosis, varices, aterosclerosis, embolia).

Un aporte insuficiente de sangre provoca isquemia en los tejidos, que se manifiesta con dolor. Cualquiera que sea la causa de una circulación inadecuada, los efectos indirectos son una disminución de la oxigenación de las células y un

aumento de la isquemia, que puede llegar a necrosis de los tejidos. Ciertas enfermedades de origen arterial o venoso, endocrinas o infecciosas, pueden ser el origen de una circulación inadecuada, también así los traumatismos, las toxinas y la medicación.

5. NECESIDAD DE DORMIR Y DESCANSAR

DEFINICIÓN

Dormir y descansar es una necesidad para todo ser humano, que debe llevarse a cabo en las mejores condiciones y en cantidad suficiente a fin de conseguir un buen rendimiento del organismo.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Una parte importante de la vida de los seres humanos está dedicada al sueño y al reposar. En los primeros meses de su vida, el niño duerme la mayor parte del tiempo; los períodos de sueño disminuyen a lo largo de su crecimiento y de su desarrollo para llegar a ocupar la tercera parte del tiempo en el adulto. El sueño es esencial para el crecimiento y la recuperación del organismo. Durante el sueño, las actividades fisiológicas decrecen; hay, pues, disminución del metabolismo basal, del tono muscular, de la respiración, del pulso y de la presión arterial. Además, hay aumento de la secreción de hormonas de crecimiento sobre todo en la pubertad. El sueño libera al individuo de tensiones, tanto física como psicológicas, y le permite encontrar la energía necesaria para sus actividades cotidianas. Los períodos de reposo, que tienen casi los mismos efectos beneficiosos que el sueño, son también muy importantes para todos los individuos.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Edad- Las necesidades de sueño y de reposo de los individuos varían con la edad. Durante su crecimiento, el niño tiene una mayor necesidad de horas de sueño y esta necesidad disminuye progresivamente hasta la edad adulta en la que se estabiliza. En las personas mayores, la necesidad de horas de sueño no disminuye, pero la calidad se ve a menudo modificada con la edad (sueño ligero y frágil).

Ejercicio: Una actividad física adecuada predispone a los individuos a un sueño reparador.

Hábitos ligados al sueño: Ciertos hábitos antes de acostarse (ducha, baño caliente, infusión, leche caliente, lectura o juego con un objeto familiar para el niño) favorecen el sueño.

Factores psicológicos

Ansiedad: La ansiedad puede modificar la calidad y la cantidad de sueño y de reposo del individuo.

Factores sociológicos

Horario de trabajo: Los individuos que tienen un horario de trabajo variable tienen un ritmo circadiano que puede estar modificado y así influir en la satisfacción de la necesidad de dormir y descansar.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia

Manifestaciones de independencia

Sueño	Períodos de reposo	Períodos de tranquilidad y de ocio	Medios utilizados para descansar y tranquilizarse
-------	--------------------	------------------------------------	---

<i>Cantidad</i>		Número de períodos de descanso en el trabajo Duración de estos períodos	Numero de períodos de descanso y de ocio Duración de estos períodos	Ocio Pasatiempos Siesta
Edad	Número de horas			
Recién nacido	16-20			
1 año	14-16			
3 años	10-14			
5-11 años	9-13			
Adolescentes	12-14			
Adultos	7-9			
Personas mayores	6-8			
Calidad:				
Reparador:				
-tranquilo				
-sin pesadillas				
-sin interrupciones				

Interacciones entre la necesidad de dormir y las otras necesidades

<i>Necesidades Fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de dormir y descansar</i>
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratoria normales
Beber y comer	Aporte alimenticio adecuado
Eliminar	Eliminación adecuada
Moverse y mantener una buena postura	Ejercicios físicos moderados
Vestirse y desvestirse	Ropa confortable
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal
Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Medios adecuados de higiene
Evitar los peligros	Medios adecuados para evitar el cansancio y el

Comunicarse con sus semejantes	exceso de trabajo (Agotamiento) Comunicación eficaz
Actuar según sus creencias y valores	Meditación
Ocuparse de realizarse	Dominio del rol social
Recrearse	Actividades recreativas, procurando distracción
Aprender	Dominio de los medios que favorezcan el sueño y el descanso

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Si esta necesidad no está satisfecha, pueden surgir cuatro problemas de dependencia: insomnio, exceso de sueño, incomodidad y fatiga.

1) *Insomnio: dificultad de dormirse o de permanecer dormido*

Proceso

Los individuos, sea cual sea su edad, pueden, de vez en cuando, tener dificultad de conciliar el sueño o de dormir. Este insomnio puede estar provocado por la ansiedad por una enfermedad o un entorno inadecuado.

2) *Exceso de sueño: horas excesivas de sueño*

Proceso

Algunos individuos parecen tener una necesidad mayor de horas de sueño durante la noche (8-10 horas) así como brotes de sueño durante el día. Este sueño excesivo es empleado a veces como mecanismo de defensa para escapar a las frustraciones de la vida, y de la ansiedad. También ciertos desequilibrios orgánicos (endócrinos y otros) pueden provocar exceso de sueño.

3) *Incomodidad: sensación de incomodidad, de hundimiento físico psicológico, o ambos*

Proceso

La incomodidad puede ser el resultado tanto de un estímulo físico como psicológico. El miedo, la ansiedad, el dolor, el entorno nuevo, son fuentes de incomodidad para el cliente.

4) *Fatiga: sensación de pesar acompañada de un gran cansancio*

Proceso

Muchos individuos pretenden estar o están realmente fatigados. La vida moderna es cada vez más traumatizante, y esto queda demostrado por la consumición exagerada de tranquilizantes para hacer frente a este ritmo. La fatiga es difícil de precisar, y se acompaña de alteraciones poco palpables. Todas las dificultades de la vida pueden ser una causa de fatiga, por ejemplo, un exceso de trabajo o el agotamiento.

6. NECESIDAD DE VESTIRSE Y DESVESTIRSE

DEFINICIÓN

Vestirse y desvestirse es una necesidad del individuo. Este debe llevar ropa adecuada según las circunstancias (hora del día, actividades) para proteger su cuerpo del rigor del clima (frío, calor, humedad) y permitir la libertad de movimientos. En ciertas sociedades, el individuo se viste por pudor. Si la ropa permite asegurar el bienestar y proteger la intimidad sexual de los individuos, representa también el, pertenecer a un grupo, a una ideología o a un status social. La ropa puede también convertirse en un elemento de comunicación por la atracción que suscita entre los individuos.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

El ser humano, a diferencia de los animales, no tiene ni plumas, ni escamas ni pelaje para proteger su cuerpo. Por esto, si quiere sobrevivir, debe llevar ropas para protegerse del rigor del clima. Así, para el cuidado de la salud, el individuo escoge las ropas apropiadas según las circunstancias y la necesidad. La ropa asegura también la integridad del individuo preservando su intimidad sexual. Las costumbres varían de una cultura a otra, y el lenguaje del pudor se manifiesta a través de comportamientos variados, de forma que el modo de vestir juega un papel importante en este sentido. El vestir preocupa cada vez más, puesto que

forma parte importante de la estética del individuo, contribuye a la expresión corporal y participa significativamente en la comunicación.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Edad: La temperatura corporal varía según la edad. El individuo debe proporcionarse la ropa adecuada para protegerse de los cambios de temperatura ambiental. En efecto, los niños muy pequeños y las personas mayores, tienen una temperatura corporal más baja que la de los adultos, deben utilizar por tanto ropas más cálidas.

Talla y peso: A fin de asegurar su bienestar, los individuos escogen su vestimenta según su talla y peso.

Las actividades: Para asegurar su confort y su libertad de movimientos, los individuos, según las actividades escogidas, deberán llevar ropa apropiada. Por ejemplo, los atletas y los deportistas llevan ropas anchas para absorber el sudor.

Factores psicológicos

Creencias: Los individuos adheridos a una religión o una ideología llevan ropas u objetos que son significativos para ellos o para la comunidad a la que pertenecen. Cada vez más, el llevar uniforme permite a los individuos distinguirse en la sociedad como formando parte de un grupo de élite.

Las emociones: Las emociones influyen en escoger y llevar ropa que permita a los individuos expresar sus sentimientos.

Factores sociológicos

Clima: Los climas cálidos o fríos obligan a los individuos a escoger ropas que les permitan mantener su temperatura corporal. Para luchar contra el calor y la humedad, llevar ropa blanca, ligera y ancha favorece la evaporación del calor, mientras que las ropas de color y cálidas mantienen la temperatura corporal dentro de los límites normales.

Status social: La sociedad, por sus normas sociales, impone a los individuos un status que les obliga a vestirse o a llevar objetos que atestigüen su rango social.

Según sus condiciones financieras, los individuos pueden estar limitados en el escoger y llevar ropas concretas.

Empleo: Las condiciones de trabajo. pueden influir tanto en la elección de ropa como en la forma de vestir. Algunos trabajadores deben procurarse objetos y ropas especiales para protegerse de los peligros y luchar contra el frío o el ruido.

La cultura: Algunos pueblos, deseando conservar sus tradiciones, han elegido desde siempre ropas que les distinguen de los demás.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia

Manifestaciones de independencia

- Significado de la ropa: apariencia o pertenencia
- Elección personal: ropa apropiada al gusto y a las circunstancias
- Tipo de ropa: apropiada a las funciones fisiológicas
- Calidad de la ropa: apropiada al clima
- Limpieza de la ropa
- Llevar objetos significativos
- Exigencias de intimidad
- Capacidades físicas para vestirse y desvestirse
- Talla y peso

Interacciones entre la necesidad de vestirse y desvestirse y las otras necesidades

<i>Necesidades fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de vestirse y desvestirse</i>
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratoria normales
Beber y comer	Aporte calórico adecuado.

<p>Eliminar</p> <p>Moverse y mantener una buena postura</p> <p>Dormir y descansar</p> <p>Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales</p> <p>Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos</p> <p>Evitar los peligros</p> <p>Comunicarse con sus semejantes</p> <p>Actuar según sus creencias y sus valores</p> <p>Ocuparse para realizarse</p> <p>Recrearse</p> <p>Aprender</p>	<p>Eliminación adecuada: transpiración.</p> <p>Actividades físicas moderadas.</p> <p>Movimientos de los miembros para vestirse y desvestirse.</p> <p>Estado de tranquilidad y relajación.</p> <p>Temperatura corporal normal.</p> <p>Medios adecuados de higiene.</p> <p>Medidas de prevención contra el frío, el calor y las infecciones.</p> <p>Comunicación eficaz: atracción relacionada con la limpieza y el significado de la ropa.</p> <p>Preferencia religiosa o ideológica.</p> <p>Imagen y estima de si mismo.</p> <p>Actividad recreativa moderada.</p> <p>Dominio de habilidades para vestirse y desvestirse con el fin de protegerse contra las inclemencias del tiempo y las infecciones</p>
--	--

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de las necesidades.

- a) Averiguar los gustos y el significado de la ropa en el cliente.
- b) Enseñanza de tipo de ropa requerido según el clima, las actividades, etc..

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

El único problema de dependencia que la satisfacción de esta necesidad conlleva es la inhabilidad de vestirse y desvestirse. Este problema se sitúa a dos niveles: el primer nivel está relacionado con la toma de decisiones frente a la elección de la ropa adecuada, y el segundo con la capacidad de vestirse y desvestirse relacionada al estado de salud del cliente.

Procesos

Ciertas enfermedades físicas o mentales pueden dificultar la toma de decisión para escoger la ropa apropiada. Es por ello que algunas personas llevan ropa inadecuada para protegerse contra la temperatura ambiente y el clima.

Una alteración en la motricidad de los miembros puede impedir al cliente vestirse y desvestirse; en algunas enfermedades mentales, el cliente no cesa de vestirse y desvestirse, o bien lleva ropa que manifiesta la situación personal de su delirio.

7. NECESIDAD DE MANTENER LA TEMPERATURA CORPORAL DENTRO DE LOS LIMITES NORMALES

DEFINICIÓN

Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales es una necesidad para el organismo. Este debe conservar una temperatura más o menos constante (la oscilación normal en el adulto sano se sitúa entre 36.1°C y 38 °C) para mantenerse en buen estado.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

La temperatura corporal normal es el equilibrio entre la producción y la pérdida de calor a través del organismo. El mantenimiento de este equilibrio está asegurado gracias al funcionamiento de centros termorreguladores situados en el hipotálamo. El calor y el frío captados o percibidos por receptores cutáneos, transmiten los impulsos al hipotálamo, que actúa regularizando la temperatura corporal. Cuando ésta se eleva, los centros anteriores del hipotálamo inhiben la producción de calor y aumentan la pérdida de calor provocando una vasodilatación de los vasos cutáneos, una relajación muscular, una estimulación

de las glándulas sudoríparas (sudoración) y aumento de la respiración. Cuando la temperatura corporal desciende, los centros posteriores del hipotálamo aumentan la producción de calor y conservan el calor del cuerpo provocando una vasoconstricción de los vasos cutáneos, contracciones musculares (escalofríos) y una inhibición de las glándulas sudoríparas. La temperatura corporal se mide con el termómetro colocado en una de las cavidades del cuerpo.

Las vías bucal, rectal y axilar son utilizadas para medir la temperatura. La temperatura rectal es aproximadamente 0.3° más elevada que la temperatura bucal, y la temperatura axilar es una media de 0.6° más baja que la bucal.

Vías	Normalidad
Bucal	37°C
Rectal	37.3°C
Axilar	36.4°C

La temperatura bucal normal es de 37 °C. Sin embargo, puede variar de 36.1 °C a 38 °C en un individuo sano. La duración de la colocación del termómetro debajo de la lengua oscila entre 2 y 3 minutos. Este método es el más utilizado, pero no es recomendable en los neonatos, los lactantes y los bebés, a fin de evitar accidentes.

La temperatura rectal normal es de 37 °C. El tiempo de colocación del termómetro es de 2 a 3 minutos. Este método es recomendable en los neonatos, los lactantes y los bebés, ya que es más seguro que los otros métodos.

La temperatura axilar normal es de 36.4 °C. El termómetro permanece colocado aproximadamente 10 minutos. Este método se utiliza principalmente en los neonatos con el fin de prevenir accidentes.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Varios factores biológicos afectan la temperatura corporal. Estos son el sexo, la edad, el ejercicio, la alimentación y los cambios diurnos.

Sexo: La temperatura de la mujer varía periódicamente. Es relativamente baja hasta el momento de la ovulación. Durante la ovulación se produce una elevación de la temperatura de 0.3 a 0.4 °C debido a la acción de la progesterona y persiste durante la segunda mitad del ciclo menstrual.

Edad: El neonato y los bebés tienen una termorregulación muy frágil, debido a la inmadurez del centro termorregulador. Su temperatura corporal está influida por cualquier cambio de temperatura del medio ambiente y varía de 36.1 a 37.8 °C. En el adulto la temperatura se mantiene alrededor de 37 °C. Una modificación progresiva de la termorregulación relacionada con la edad y una disminución de las funciones nerviosas autónomas predisponen a las personas mayores a tener una temperatura más baja que la del adulto, es decir, alrededor de los 35 °C.

Ejercicio: Una actividad muscular muy elevada, como en el caso de los atletas o los niños después de juegos muy animados, puede aumentar la temperatura corporal entre 2.2 a 2.7 °C por encima de la normalidad. Cuando la actividad disminuye, la temperatura generalmente se normaliza.

Alimentación: La ingesta de alimentos, particularmente proteínas, eleva la temperatura algunas décimas de grado después de las comidas. La temperatura puede disminuir durante la inactividad.

Hora del día: La temperatura corporal varía durante el día. La mínima, se halla entre las 3 y las 5 horas de la madrugada (el sueño hace disminuir el metabolismo) y la máxima, por la noche entre las 20 y las 23 horas. Estas variaciones van desde 1.1 a 1.6C y dependen de la disminución de la actividad muscular y de los mecanismos metabólicos, incluyendo la digestión.

Factores psicológicos

La ansiedad y las emociones fuertes (llanto, gritos) pueden provocar una elevación de la temperatura corporal causada por la estimulación del sistema nervioso simpático.

Factores sociológicos

Lugar de trabajo: Ciertos empleos que necesitan actividades intensas predisponen a las personas a una elevación de la temperatura corporal debido al aumento del metabolismo. Los trabajadores expuestos a temperaturas exteriores elevadas o bajas pueden encontrar dificultades para regularizar su temperatura corporal.

Clima: Un clima caliente y húmedo provoca una elevación de la temperatura corporal, así como un clima frío lo disminuye. Según el grado de humedad de la atmósfera, la capacidad del organismo de resistir temperaturas muy elevadas varía; en tiempo caluroso y húmedo, la temperatura se eleva rápidamente, los procesos físicos de pérdida de calor del organismo son menos eficaces. El mismo fenómeno tiene lugar a la inversa, cuando el individuo se expone a temperaturas frías y húmedas.

Vivienda: La temperatura de una habitación tiene una fuerte influencia en la temperatura corporal de los individuos. Si la habitación está a temperatura muy alta, las ondas de calor se irradian (radiación) del aire ambiental hacia los individuos, que reaccionan aumentando su temperatura corporal. Una habitación fría, por un proceso idéntico (radiación) pero a la inversa, provoca un descenso en la temperatura de los individuos.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia

Manifestaciones de independencia

Grados de temperatura corporal

- Neonato	36.1-37.7 °C
- 2 años	37.8 °C
- 3 años	37.2 °C
- 7 años	37.0 °C
- Adulto	37.0 °C
- Persona mayor	+/- 35 °C

Piel:

- Coloración rosada
- Temperatura tibia
- Transpiración mínima

Sensación de bienestar frente al calor y al frío

Temperatura ambiental recomendada: 18.3-25 °C

Interacciones entre la necesidad de mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales y las otras necesidades.

<i>Necesidades fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales</i>
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratoria normales
Beber y comer	Aporte calórico adecuado
Eliminar	Eliminación adecuada
Moverse y mantener una buena postura	Actividades físicas moderadas
Dormir y descansar	Sueño y descanso reparadores
Vestirse y desvestirse	Vestidos confortables
Estar limpio, aseado y proteger sus legumentos	Medios adecuados de higiene
Evitar los peligros	Medios de prevención contra el frío, calor y la infección
Comunicarse con sus semejantes	Comunicación eficaz: control de sus emociones y de su ansiedad

Actuar según sus creencias y sus valores	Expresión de los valores
Ocuparse para realizarse	Dominio de los roles sociales
Recrearse	Actividades recreativas moderadas
Aprender	Dominio de los medios de prevención contra el frío y el calor.

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad.

Medidas de prevención	
Calor	Frío
Reducción de los alimentos en cantidad y en calorías (grasa, azúcar y proteínas).	Aumento de alimentos en calidad y valores calóricos (grasa, azúcar).
Ingesta de líquidos y alimentos fríos.	Ingesta de líquidos y alimentos calientes.
Disminución de los esfuerzos físicos.	Ejercicios musculares.
Ventilación adecuada.	Calefacción adecuada.
Indumentaria ligera, ancha y blanca.	Utilizar ropa gruesa.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Cuando esta necesidad no está satisfecha, dos problemas de dependencia pueden aparecer: hipertermia e hipotermia.

1) *Hipertermia: elevación de la temperatura corporal por encima de los límites normales. Este término es usado con frecuencia para designar fiebre muy elevada*

Proceso

La fiebre es causada por un desequilibrio de la termorregulación que proviene de una alteración del hipotálamo. Las anomalías cerebrales, las sustancias tóxicas pirógenas (bacterias, drogas) y una temperatura ambiente elevada son la causa de esta alteración. Frente a la invasión microbiana, la

fiebre es un mecanismo de defensa, ya que hace aumentar la producción de anticuerpos por un aumento del metabolismo.

2) *Hipotermia: disminución de la temperatura corporal por debajo de los límites normales*

Proceso

El descenso de la temperatura es causado por un desequilibrio de la termorregulación y parece ser menos nociva para el organismo que la fiebre. Puede ser causada por una modificación de los mecanismos termorreguladores, por una falta de maduración de dichos mecanismos (principalmente en la infancia), por una exposición prolongada a temperaturas frías, por una disminución del funcionamiento del tiroides o por el abuso de sedantes y de alcohol. Las personas mayores están sujetas a estos descensos de temperatura corporal, ya que el mecanismo termorregulador se ha modificado de forma progresiva con la edad debido a un entecimiento del sistema nervioso autónomo.

8. NECESIDAD DE ESTAR LIMPIO, ASEADO Y PROTEGER SUS TEGUMENTOS

DEFINICIÓN:

Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos es una necesidad que tiene el individuo para conseguir un cuerpo aseado, tener una apariencia cuidada y mantener la piel sana, con la finalidad que ésta actúe como protección contra cualquier penetración en el organismo de polvo, microbios, etc.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

La piel tiene un papel importante a realizar en el organismo, se encarga de regularizar la temperatura corporal, participa en la eliminación de residuos (sudor, etc.), transmite sensaciones térmicas, de tacto, de presión y de dolor. Para cumplir con estas funciones la piel debe de mantenerse limpia, aseada y cuidada.

El organismo posee faneras (pelos, cabellos, uñas y dientes) que participan en la protección de l organismo contra la penetración de sustancias perjudiciales o nocivas.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad.

Factores biológicos.

Edad: En el niño y la persona mayor, la piel es más sensible, ya que es menos resistente a los cambios de temperatura, a los microbios y a las infecciones. En la vejez, los dientes pueden deteriorarse y caer, los cabellos se debilitan y las uñas se endurecen.

Temperatura: Cuando hay cambios de temperatura, la piel se reseca, agrieta y se deshidrata. El calor fuerte conlleva una sudoración abundante y la piel participa así en la termorregulación.

Ejercicio: El ejercicio favorece la circulación y facilita la excreción de residuos orgánicos a través de la piel.

Alimentación: La absorción de una cantidad suficiente de líquidos ayuda a tener la piel flexible y lisa.

Factores psicológicos.

Emociones: Las emociones pueden aumentar la sudoración; esto hace que la piel sea mas húmeda y necesite medidas higiénicas apropiadas.

Educación: Según la educación recibida, los hábitos higiénicos varían de un individuo a otro. Ciertos individuos dan mucha importancia a la higiene y esto hace que se laven mas a menudo.

Factores sociológicos.

Cultura: La importancia que se da a la higiene corporal difiere según las culturas. En ciertos países, los individuos tienen hábitos de higiene y de aseo que varían tanto en frecuencia como en modalidad.

Corriente social: Los individuos adoptan sus hábitos higiénicos según la moda del momento (por ejemplo, peinados, uso de determinados productos de belleza).

Organización social: Los hábitos higiénicos de los individuos varían según sus condiciones físicas, las comodidades sanitarias y la promiscuidad de los individuos.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia.

Cabellos	Orejas	Nariz	Ojos	Boca	Dientes	Uñas	Piel	Hábitos de aseo
Longitud	Limpieza	Limpieza	Limpieza	Limpieza	Prótesis	Longitud	Limpieza	Baño o ducha (Frecuencia, duración, productos usados)
Aspecto	Configuración	Mucosas	Prótesis	Aliento	Coloración blanca	Limpieza	Pigmentación	Boca, lavado de los dientes (frecuencia, productos usados)
Limpieza		Humedad de las mucosas		Humedad	Limpieza	Coloración rosada	Turgencia	Cabello, lavado (frecuencia, productos usados)
					Configuración		Lisa	

							Suavidad	
							Flexibilidad	
							Coloración rosada	
							Grado de humedad (transpiración)	
							Olor	

Interacciones entre la necesidad de estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos y las otras necesidades.

<i>Necesidades fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la necesidad de estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos</i>
Respirar	Mucosas respiratorias lubricadas. Coloración rosada de la piel, mucosas y faneras.
Beber y comer	Aporte líquido y alimentario suficiente.
Eliminar	Eliminación adecuada.
Moverse y mantener una buena postura	Actividades físicas moderadas. Postura y circulación adecuadas.
Dormir y descansar	Reposo y tranquilidad: preocupado de su apariencia.
Vestirse y desvestirse	Ropa adecuada.
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal.
Evitar los peligros	Medidas de prevención contra el frío, el calor, la infección y los accidentes
Comunicarse con sus semejantes	Comunicación eficaz relacionada con la apariencia física y a la higiene
Actuar según sus creencias y sus valores	Creencias y valores: importancia de la higiene
Ocuparse para realizarse	Importancia de la apariencia y de la

Recrearse Aprender	pulcritud Actividades recreativas moderadas Dominio de las medidas adecuadas de higiene y protección de los tegumentos
-----------------------	--

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad.

- a) averiguar los hábitos higiénicos del cliente.
- b) planificación de hábitos higiénicos con el cliente.
- c) enseñanza de medidas de higiene.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD.

Dos problemas de dependencia pueden aparecer cuando esta necesidad no está satisfecha: la suciedad y la alteración de los tegumentos y las faneras.

- 1) ***Suciedad: aspecto, estado de una persona descuidada o sucia.***

Proceso

La negligencia en las medidas de higiene o la incapacidad de estar limpio, ya sea por enfermedad, debilidad, o por el rechazo a lavarse (confusión, delirio) tiene como consecuencia una apariencia no aseada. Los tegumentos sucios pueden alterarse. Ciertas enfermedades como la infección son susceptibles de aparecer en los individuos que no toman las medidas de higiene adecuadas.

- 2) ***Alteración de los tegumentos y de las faneras: lesiones de los tejidos y de la piel causados localmente por una disminución de la circulación sanguínea (puntos de presión), por la compresión de la ropa o la acumulación de suciedad.***

Proceso

El organismo humano está cubierto por tegumentos que le protegen contra los agentes externos. No obstante aparecen a menudo agentes mecánicos, químicos, o incluso una ligera presión en la piel que le pueden provocar una herida en sus tegumentos. A menudo, observamos también un enrojecimiento a nivel de la piel provocado por una presión contra un objeto; si esta presión persiste, por ejemplo en el paciente encamado, pueden aparecer alteraciones profundas, hasta llegar a ulceraciones de los tejidos. La suciedad acumulada en la piel puede provocar costras, pudiendo degenerar en ulceración de los tejidos. Toda herida o llaga de la piel es una puerta abierta a la invasión bacteriana, y este hecho debe evitarse.

9. NECESIDAD DE EVITAR LOS PELIGROS.

DEFINICIÓN:

Evitar los peligros es una necesidad de todo ser humano. Debe protegerse de toda agresión interna o externa, para mantener así su integridad física y psicológica.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD.

Los individuos, a lo largo de su vida, están continuamente amenazados por estímulos que provienen de su entorno físico y social. Deben protegerse contra toda clase de agresiones, que provienen de agentes físicos, químicos o microbianos como también de aquellas que provienen de otros seres humanos. Para defenderse el ser humano posee numerosos medios naturales para defenderse como son: la piel, los pelos (a nivel de orificios) y las secreciones, que impiden la penetración de agentes externos en el organismo. Para conservar su integridad también mantiene mecanismos de defensa.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad.

Factores biológicos.

Edad y desarrollo: La habilidad de una persona para protegerse está influenciada por su edad. El niño adquiere el sentido del peligro a medida que se va desarrollando mentalmente, y desarrolla poco a poco la autoprotección contra los peligros hasta la edad adulta. El adulto, según el conocimiento de sí mismo y de su entorno, es consciente del peligro y toma medidas para su protección. La persona mayor siente a menudo una disminución de ciertas funciones debido al proceso de envejecimiento y como consecuencia debe tomar medidas particulares de autoprotección.

Mecanismos de defensa: Los individuos poseen mecanismos de defensa inherentes (por ejemplo, la termorregulación) y otros que adquieren debido a situaciones vividas, tales como la formación de anticuerpos como consecuencia de una vacunación a enfermedades infecciosas. Estos mecanismos permiten al ser humano estar mejor preparado para protegerse contra toda agresión a su integridad. Determinadas circunstancias del individuo pueden aumentar a la eficiencia de los mecanismos de defensa; por ejemplo, el mecanismo de termorregulación frente a una exposición al frío es mucho más eficaz en el individuo que vive en un clima frío desde hace varios años.

Factores psicológicos.

Mecanismos de defensa: Las emociones y la ansiedad pueden provocar en el individuo la utilización de mecanismos de defensa que le permitan conservar su integridad frente a agresiones de orden psicológico.

Estrés: Un cierto estado de estrés puede influenciar la adaptación del individuo o diferentes formas de agresión, estimulando sus mecanismos de defensa.

Factores sociológicos.

Un entorno sano: Un entorno sano es esencial para que los individuos puedan vivir sin peligro. Las condiciones siguientes son indispensables:

- Temperatura ambiental entre 18.3 y 25 °C.
- Tasa de humedad entre el 30 y 60 por 100.
- Iluminación ni muy oscura ni demasiado brillante.
- Ruido con una intensidad que sobrepase los 120 decibelios.
- Aire del ambiente que contenga un mínimo de polvo, de microorganismos de humos y de productos químicos.
- Salubridad del medio ambiente.
- Medio seguro (preocupaciones en el manejo de aparatos y artefactos que puedan provocar accidentes).
- Presencia de medidas de precaución contra los peligros (por ejemplo, protector para los humanos, sillas de coche para los niños, cierre alrededor de la piscina).

Estatus socioeconómico: El individuo que tiene un estatus social bastante alto y vive con un cierto desahogo puede estar mejor preparado para la lucha de los peligros, ya que tiene medios para afrontarlos.

Roles sociales: Según las exigencias de su empleo o de su trabajo, los individuos deben utilizar medidas de protección contra todos los peligros. También los empresarios deben procurar un medio y unas condiciones de trabajo que permitan la satisfacción de las necesidades de sus empleados. Los individuos que ocupan un cargo de responsabilidad deben prever periodos de descanso a fin de prevenir el agotamiento y el estrés.

Educación: Los padres deben prever que sus hijos aprenden medidas de seguridad a lo largo de su crecimiento. La escuela debe continuar este trabajo, y el adulto tiene socialmente la obligación de comprometerse en el estudio de los posibles peligros, para establecer las medidas de prevención que se deben aplicar.

Organización social: La sociedad debe prever medidas legales a fin de asegurar la protección de los individuos contra los peligros. Casi todas las sociedades han legislado sobre la prevención de accidentes, la prevención del

medio (la ecología), y la prevención de la enfermedad. Cada vez mas las sociedades se preocupan del bienestar de los individuos en todas las edades de la vida, aplicando medidas de protección. Los medios utilizan para motivar a la gente a mantener su salud además de leyes y reglamentos, son información y publicidad.

Clima: Según el clima, los individuos utilizan medios de protección contra los rigores climáticos. Estas medidas pueden ser individuales (ropa-vestido) o colectivas (Hábitat).

Religión: La practica de una religión o el seguimiento de una ideología permite a los individuos mantener su seguridad psicológica,.

Cultura: Las medidas de protección contra los peligros varían según las culturas. Estas están relacionadas con la tradición y con los medios socioeconómicos de una sociedad.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia.

Medidas preventivas para evitar los peligros

<i>Seguridad física</i>	<i>Seguridad psicológica</i>	<i>Seguridad sociológica</i>
Medida de prevención de accidentes, de infecciones, de enfermedades y de agresiones del medio	Medidas de reposo, de relajación y de control de las emociones. Utilización de mecanismos de defensa según las situaciones. Práctica de una religión.	Salubridad del medio. Calidad y humedad del aire entre 30 y 60%. Temperatura ambiente entre 18.3 y 25°C

Interacciones entre la necesidad de evitar los peligros y las otras necesidades.

<i>Necesidades fundamentales.</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de evitar los peligros.</i>
-----------------------------------	---

Respirar	Respiración normal según el aire ambiente.
Beber y comer	Alimentación adecuada garantizada por la salubridad de los alimentos.
Eliminar	Medidas preventivas frente al estreñimiento y la eliminación urinaria.
Moverse y mantener una buena postura	Precaución frente a las actividades físicas y a la postura, relacionando el trabajo y el ocio.
Dormir y descansar	Horas de sueño y de reposo, que permiten al organismo recuperar su energía.
Vestirse y desvestirse	Medidas protectoras contra el clima y la temperatura ambiente.
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Medidas protectoras contra el clima y la temperatura ambiente.
Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Medidas protectoras contra la infección y las heridas.
Comunicarse con sus semejantes	Seguridad psicológica asegurada por la comunicación con los demás.
Actuar según sus creencias y sus valores	Seguridad psicológica relacionado con lo desconocido, asegurada por el altruismo y la trascendencia.
Ocuparse para realizarse	Seguridad psicológica relacionada con la realización de sí mismo.
Recrearse	Medidas de prevención según la actividad recreativa.
Aprender	Dominio de medidas preventivas frente a precauciones o temor para evitar peligros.

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad.

- a) Mantener un medio sano.
- b) Enseñanza frente:
 - A la Prevención de accidentes en todas las etapas de la vida.
 - A la prevención de infecciones en todas las etapas de la vida.
 - A la prevención de enfermedades en todas las etapas de la vida.
 - A tener medios de expansión, de relación y de control de las emociones.
 - A La utilización de mecanismos de defensa según las situaciones

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD.

Cuando esta necesidad no está satisfecha, dos problemas de dependencia pueden aparecer; la vulnerabilidad frente a los peligros y la amenaza física y psicológica.

- 1) Vulnerabilidad frente a los peligros: susceptibilidad del individuo de ser amenazado en su integridad física y psicológica.**

Proceso.

Por su falta de precaución frente a la prevención de la enfermedad, los individuos pueden estar fácilmente afectados por una enfermedad física o psicológica, sufrir cansancio, fatiga y toda clase de molestias. La predisposición a las infecciones, a las enfermedades y a los accidentes está relacionada con una falta de medidas preventivas, pero también al estado de conciencia del individuo, a factores socioeconómicos, a la salubridad del medio y al conocimiento de si mismo y del entorno.

- 2) Amenaza de la integridad física, psicológica o ambas: amenaza o efecto de una enfermedad, o estrés a nivel físico y psicológico.**

Proceso.

El proceso fisiopatológico es específico según las diferentes patologías. En efecto, según el agente estresante o el agente causante de la enfermedad, el individuo vivirá experiencias diversas a nivel de su cuerpo, de sus emociones y de su entorno.

10. NECESIDAD DE COMUNICAR.

DEFINICIÓN:

La necesidad de comunicar es una obligación que tiene el ser humano, de intercambio con sus semejantes. Comunicarse es un proceso dinámico verbal y no verbal que permite a las personas volverse accesibles unas a las otras, llegar a la puesta en común de sentimientos, opiniones, experiencias e información.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD.

El ser humano junto con los otros seres humanos debe de satisfacer sus necesidades y sus aspiraciones superiores.

La familia, la sociedad y el entorno a través de la comunicación hacen al ser humano en plenitud.

Tenemos dos medios de comunicación verbal y no verbal. No verbal es el lenguaje corporal y puede expresar su estado y sus intenciones. Verbal es el vínculo para expresar nuestro pensamiento. A través de ello la comunicación verbal hace que la expresión sea mas clara, precisa y matizada.

El ser humano para poder expresarse debe de tener un conjunto de condiciones bio-psico-social. La persona que puede comunicarse con sus semejantes es apto para recibir estímulos (intelectuales, afectivos y

sensoriales) y susceptible a interpretar el significado para recibir y responder de manera adecuada.

Todo ser humano tiene necesidad de sentimientos como el amor (paternal, familiar, amistoso y romántico) que es indispensable para la vida y lo expresa con gesticulaciones, verbalmente y contacto físico.

Una imagen positiva de si mismo de sus capacidades y de sus necesidades nos lleva con la necesidad de comunicarnos o comunicar, hay que tener un conocimiento del yo (yo material, yo adaptativo, y yo social).

También tiene necesidad de afirmarse al escuchar y tener un equilibrio entre la estereorización concierne y alrededor el ser humano entre mayor capacidad de comunicación tendrá una mejor vida de armonía en el seno familiar y social.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad.

Factores biológicos.

Integridad de los órganos de los sentidos y las etapas de crecimiento: La capacidad de una persona para intercambiar de manera adecuada con sus semejantes está muy influida por la integridad de sus sentidos. En efecto, una buena parte de estímulos que movilizan sus reacciones y su motivación de comunicar, provienen del mundo exterior. Los percibe por medio de receptores sensoriales de sus órganos del oído, de la vista, del olfato, del gusto y del tacto. Este último parece un medio de comunicación privilegiado para el individuo, pues le permite expresar su afecto bajo diferentes formas hacia aquellos que ama. No obstante, cabe señalar que las maneras de tocar varían según las culturas y la educación familiar. Añadiremos además que muchas de sus reacciones son transmitidas por los órganos de la fonación, donde la integridad es esencial para la expresión verbal. Las diferentes etapas de crecimiento del individuo influyen también en la satisfacción de su necesidad de comunicarse, pues según su estado de evolución biológica y el funcionamiento de los

órganos que sirven para relacionarse, pueden variar. Menos desarrollados en los primeros momentos de la vida, éstos conocen poco a poco su plena expansión para después progresivamente modificarse, en cierta medida, a razón del envejecimiento. Además de la integridad de los órganos de los sentidos, el individuo para comunicar debe ser capaz de utilizar eficazmente su sistema locomotor. También, sus comportamientos verbales y no verbales pueden manifestarse por las palabras, gestos y movimientos corporales (miradas, sonrisas). En el niño, la comunicación está en relación con su desarrollo psicomotor.

Factores psicológicos.

La inteligencia: La capacidad de comunicar se sustenta, en un principio, en el desarrollo de las facultades intelectuales del individuo, que le permiten abrirse al mundo exterior y comprender su medio y su entorno. La inteligencia humana posee diversas facetas, todas ellas importantes, en el proceso de comunicación. Tanto si se trata de la comprensión de los estímulos recibidos, del juicio, de la imaginación como de la memoria, todos estos componentes participan en este complejo mecanismo.

La percepción: La inteligencia humana conoce el mundo mediante estímulos internos y externos transmitidos al córtex cerebral por mediación de los receptores sensoriales. La información así captada le es transmitida y se dispone en forma de imágenes, de significados, y se concreta. Este principio organizador es la percepción que modela nuestra personalidad, nuestra educación, nuestra cultura y nuestras experiencias anteriores. Así, escogemos lo real a partir de nuestro esquema perceptual personal, es decir, según el sesgo de nuestra subjetividad, lo que influye necesariamente nuestra forma de comunicar.

La personalidad: El desarrollo de la personalidad se lleva a cabo en todo ser humano según diversos estudios de crecimiento que, en esta etapa, le proporcionen nuestros desafíos. Se efectúa también en el curso de los acontecimientos propios del progreso individual de la persona, influido por su vagaje hereditario y por el medio donde ésta evoluciona. Esta personalidad

determina a menudo la motivación del individuo para comunicarse y su habilidad para hacerlo. Es esto lo que le lleva a confiar en sus capacidades personales para expresarse, para afirmarse y para ser capaz de abrirse a los demás y de establecer relaciones significativas con ellos.

Las emociones: La capacidad de reaccionar afectivamente respecto a una persona o a una situación influye también, de forma importante, en la necesidad de comunicar de una persona. Esta capacidad está íntimamente relacionada con el desarrollo de la personalidad y el grado de ansiedad que suscita la emoción. Así, los individuos que expresan sus emociones de diferentes maneras: por ejemplo, la expresión de la alegría y de la tristeza pueden manifestarse para algunos mediante lloros, risas, silencio o una verborrea acelerada. Ciertos individuos expresan fácilmente sus emociones a través de comportamientos verbales y no verbales, mientras los otros tienen verdaderos problemas para expresarlos y se encierran en ellos mismos. Estas diversas formas de comunicación permiten al individuo liberarse de sus tensiones y mantener su equilibrio.

Factores sociológicos.

El entorno: El entorno puede resultar determinante en la satisfacción de la necesidad de comunicar de un enfermo. En efecto, la presencia de personas significativas, abiertas a la comunicación, facilita enormemente la capacidad de intercambio. Un clima armónico, donde la persona se siente aceptada tal cual es y respetada en su individualidad, le permite expresarse y establecer relaciones cálidas con los demás, incluso comprometerse a la vida de pareja.

La cultura y el status social: La educación y la cultura tienen también su importancia, ya que las formas en que nos comunicamos son en gran parte aprendidas y los hábitos del grupo familiar o cultural nos marcan. La influencia socioeconómica también nos influye: la pobreza, a causa de todas sus repercusiones tanto a nivel físico, intelectual como psicológico del ser humano, tiene también consecuencias a nivel de la satisfacción de la necesidad de comunicarse. Un medio familiar, económicamente estable es, pues, propicio para el desarrollo de las capacidades de relación de la persona.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia.

Factores		
<i>Biológicos</i>	<i>Psicológicos</i>	<i>Sociológicos</i>
<p>Funcionamiento adecuado de los órganos de los sentidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Agudeza visual y auditiva. -Fineza del olfato y del gusto. -Sensibilidad táctil. <p>Capacidad verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Fácil. -Ritmo moderado. <p>Lenguaje claro y preciso.</p> <p>Expresión no verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Movimientos. -Posición y gestos de las manos. -Cara expresiva. -Mirada significativa. <p>Mecanismos sensoriales adecuados.</p>	<p>Facilidad de expresión de las necesidades, de los deseos, de las ideas, de las opiniones y de las emociones.</p> <p>Expresión clara del pensamiento.</p> <p>Imagen positiva de sí mismo.</p> <p>Percepción objetiva del mensaje recibido y capacidad de verificar sus percepciones.</p> <p>Expresión de los sentimientos por el tacto.</p> <p>Actitud de receptividad y de confianza en los demás.</p> <p>Búsqueda de la atención del afecto de los demás.</p> <p>Utilización adecuada de los mecanismos de defensa.</p> <p>Capacidad de</p>	<p>Pertenecer a grupos de interés diversos.</p> <p>Establecimiento de relaciones armónicas en la familia, en el trabajo, en el ocio.</p> <p>Distancia social de comunicación.</p>

	<p>comprometerse y de mantener una relación significativa.</p> <p>Espacio vital individual de comunicación.</p>	
--	---	--

Interacciones entre la necesidad de comunicarse con sus semejantes y las otras necesidades.

<i>Necesidades fundamentales.</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de evitar los peligros.</i>
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratorias normales: capacidad verbal adecuada
Beber y comer	Comida tomada en compañía agradable.
Eliminar	Eliminación adecuada.
Moverse y mantener una buena postura	Movimientos y postura adecuados: comportamientos verbales y no verbales.
Dormir y descansar	Sueño y descanso reparadores: tranquilidad y relajación.
Vestirse y desvestirse	Ropas adecuadas y significativas.
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal.
Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Limpieza y apariencia adecuadas y significativas.
Evitar los peligros	Medios adecuados que afirmen una seguridad psicológica.
Actuar según sus creencias y sus valores	Práctica de una religión y altruismo.
Ocuparse para realizarse	Dominio de sus roles sociales.
Recrearse	Actividades recreativas colectivas.

Aprender	Dominio de los medios de comunicación.
----------	--

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad.

- Averiguar con el cliente sus medios de comunicación.
- Enseñanza:
 - De las medidas necesarias para el mantenimiento de la integridad de los sentidos.
 - De los medios de expresar sus emociones, sus sentimientos y sus reacciones.
 - De las actitudes de receptividad y de confianza en los demás.
 - A mantener uniones significativas con las personas de su elección.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE ESTA NECESIDAD.

Cuando esta necesidad no está satisfecha, el resultado es una comunicación ineficaz a nivel sensitivo-motor, intelectual y afectivo.

- 1) **Comunicación ineficaz a nivel sensitivo-motor: dificultad del individuo de captar por medio de sus sentidos los mensajes del entorno o del medio, o de ambos, y de transmitirlos a la vez a través de sus sentidos y de su sistema locomotor.**

Proceso.

Algunos individuos tienen dificultad de comunicarse con sus semejantes debido a que presentan alteraciones sensitivo-motoras por privación o sobre carga. Una disminución o la pérdida de la motricidad o del funcionamiento de los sentidos, o ambos, provoca en el individuo una disminución del campo perceptual de su espacio vital. Por el contrario, una sobrecarga sensorial por una mala coordinación del aporte de estímulos le provoca el mismo

comportamiento que en el caso de la privación sensorial. En los dos casos, las causas mas frecuentes son una amenaza cerebral, alteraciones circulatorias, un déficit en el desarrollo y la degeneración.

- 2) Comunicación ineficaz a nivel intelectual: dificultad para el individuo de comprender los estímulos que recibe y de utilizar su juicio, su imaginación y su memoria para comunicarse con sus semejantes.**

Proceso.

Una alteración del córtex cerebral o un funcionamiento inadecuado de las facultades mentales, perturban al individuo e su forma de almacenar la información que recibe de los demás y del entorno. Así, tiene dificultad para captar lo real a partir de su esquema perceptual y le es imposible comunicarse de forma coherente. Los mensajes recibidos son mal interpretados, lo que le lleva a un contacto difícil con el entorno. Los mensajes emitidos a través de palabras no corresponden necesariamente a lo que el individuo quiere decir.

- 3) Comunicación ineficaz a nivel afectivo: dificultad del individuo de afirmarse, a abrirse a los demás y a sus necesidades, y establecer lazos significativos con el entorno.**

Proceso.

El ser humano que no puede comunicarse adecuadamente, sufre interiormente, y a menudo tiene su autoestima disminuida. En consecuencia, su capacidad de afirmarse está amenazada y la situación de cambio se convierte en amenazante e insegura. Las principales causas son las alteraciones de la personalidad, la depresión y toda amenaza a su integridad. La percepción

inadecuada de él mismo, la dificultad para afirmarse y la incapacidad de abrirse a los demás provocan una dificultad o una imposibilidad de establecer lazos significativos con su entorno.

11. NECESIDAD DE ACTUAR SEGÚN SUS CREENCIAS Y SUS VALORES

DEFINICION

Actuar según sus creencias y sus valores es una necesidad para todo individuo; hacer gestos, actos conformes a su noción personal del bien y del mal y de la justicia, y la persecución de una ideología.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD DE ACTUAR SEGÚN SUS CREENCIAS Y SUS VALORES

El ser humano aislado no existe. Está en interacción constante con los otros individuos, los miembros de la sociedad y con la vida cósmica o el Ser supremo. Los seres humanos interactúan continuamente con los demás. Aportando en esta relación su experiencia de vida, sus creencias y sus valores que de una parte o de otra favorecen la realización de sí mismo y el desarrollo de la personalidad.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Gestos y actitudes corporales: Los gestos y las actitudes corporales permiten a los individuos satisfacer esta necesidad según sus creencias, pertenencia religiosa o ambas.

Factores psicológicos

Búsqueda de un sentido a la vida y a la muerte: El ser humano desde hace décadas busca un sentido a la vida y a la muerte. La consecución de este objetivo vital lleva al individuo a realizar gestos rituales que respondan a sus creencias y a sus valores.

Deseo de comunicar con el Ser supremo o el cosmos: El ser humano, tanto su esencia como su espíritu se siente atraído por el Ser superior o la energía cósmica y lleva a cabo las acciones que le permiten esta comunicación.

Emociones: Las emociones y los impulsos del individuo le empujan a cumplir actividades humanitarias o religiosas, o ambas.

Factores sociológicos

Cultura: Todas las sociedades transfieren sus tradiciones, creencias y valores a través de las prácticas religiosas o de la aplicación de ideologías humanitarias. Ciertas sociedades, por ejemplo, permiten una práctica religiosa específica, mientras que otras se adhieren a prácticas religiosas completamente diferentes. La cultura y la historia de los pueblos influyen en gran manera en los seres humanos y sus relaciones con el Ser supremo o sus relaciones con los demás.

Pertenencia religiosa: La pertenencia religiosa influye en gran manera las acciones que el individuo lleva a cabo para satisfacer sus necesidades. Durante la socialización del niño, los padres desempeñan un papel importante en el aprendizaje de creencias y valores unidos a una pertenencia religiosa. El adulto está también influenciado por las normas sociales acerca de la pertenencia religiosa. No obstante, tiene una cierta elección para adherirse o no a una religión según sus creencias personales. En la persona mayor la práctica religiosa se intensifica o reaparece si ha estado abandonada anteriormente.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia

- Gestos y actitudes corporales
- Asistencia a ceremonias religiosas
- Utilización de objetos religiosos (medallas, capillas, imágenes, etc.)
- Observación de reglas de una religión.
- Lecturas sobre escritos religiosos, espirituales o humanitarios
- Estudios bíblicos o teológicos
- Pertenencia a grupos religiosos, o humanitarios (comunidades, grupos laicos, órdenes)
- Tiempo de plegaria y meditación.
- Participación en obras de caridad
- Participación en obras humanitarias
- Compromiso en una acción social, humanitaria o creativa
- Deísmo

Interacciones entre la necesidad de actuar según sus creencias y sus valores y las otras necesidades

<i>Necesidades fundamentales</i>	<i>Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de actuar según sus creencias y sus valores</i>
Respirar	Control de la respiración: yoga, meditación.
Beber y comer	Alimentación adecuada con restricciones escogidas por el individuo.
Eliminar	Eliminación adecuada unida a exigencias del pudor.
Moverse y mantener una buena postura	Movimientos y posturas relacionados con la plegaria y la meditación.
Dormir y descansar	Reposo y tranquilidad proporcionados por actividades relacionadas con las creencias y los valores.

Vestirse y desvestirse	Ropa y uso de objetos significativos.
Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales	Temperatura corporal normal.
Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Limpieza y apariencia adecuada y significativa
Evitar los peligros	Medios adecuados que proporcionen una seguridad psicológica.
Comunicarse con sus Semejantes	Comunicación eficaz: pertenencia a grupos.
Ocuparse para realizarse	Dominio de roles sociales
Recrearse	Actividades recreativas relacionadas a las creencias y valores
Aprender	Dominio de formas de actuar según sus creencias y sus valores.

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia satisfacción de la necesidad.

- a) Expresión del cliente de sus creencias y valores
- b) Planificación de actividades religiosas con el cliente.
- c) Informar al cliente sobre los servicios ofrecidos por la comunidad.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Cuando esta necesidad no está satisfecha, dos problemas de dependencia son susceptibles de producirse: la culpabilidad y la frustración.

- 1) ***Culpabilidad: sentimiento doloroso experimentado como consecuencia de la transgresión de creencias o valores, o ambos, y por los que el individuo se siente culpable***

Proceso

Todo individuo es susceptible de enfrentarse con situaciones en las que las iniciativas tomadas o los acontecimientos pueden, por desgracia, suscitar un sentimiento de culpabilidad. El grado la frecuencia y la racionalización de este sentimiento depende en gran parte de las experiencias vividas y de la educación recibida en la infancia. La culpabilidad es pues un sentimiento fundamental e Inmotivado, que se manifiesta con sordina fuera del conocimiento de su verdadero significado. Muchas situaciones pueden causar sentimientos de culpabilidad: la enfermedad, la pérdida de la estima, la ansiedad, los conflictos sociales, etc.

2) *Frustración: condición del individuo que se siente rehusado o rehúye la satisfacción de una necesidad*

Proceso

Todo obstáculo externo o interno de la satisfacción de una necesidad puede estar relacionado a la pérdida de una persona o de un objeto. El sentimiento de autoconservación puede llevar a la frustración por la ausencia de un objeto externo.

12. NECESIDAD DE OCUPARSE PARA REALIZARSE

DEFINICIÓN

Ocuparse para realizarse es una necesidad para todo individuo; éste debe llevar a cabo actividades que le permitan satisfacer sus necesidades o ser útil a los demás. Las acciones que el individuo lleva a cabo le permiten desarrollar su sentido creador y utilizar su potencia al máximo. La gratificación que el individuo recibe una vez realizadas sus acciones, puede permitirle llegar a una total plenitud.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

El ser humano siente el deseo de llevar a cabo cosas útiles que responden a un ideal en el que cree, lo que implica por parte del individuo el escoger una carrera, o bien escoger pertenecer a ciertos grupos filantrópicos para llevar a cabo obras que le permitan realizarse. Para hacer esto, el individuo debe aprender a conocerse, a conocer a los demás y a controlar el entorno. La satisfacción de esta necesidad implica la autonomía del individuo, la toma de decisión consciente y meditada y la aceptación de las consecuencias de las decisiones. Esta necesidad puede estar relacionada a los roles sociales vividos y dominados por el individuo. Además éste tiene la impresión de no realizarse plenamente cuando siente la desaprobación de los demás frente a sus acciones, puesto que tiene necesidad de seguridad, de consideración y de amor. La capacidad del individuo de realizarse es personal y única, esto significa que ciertos individuos tienen siempre necesidad de los demás para sentirse valorados, mientras que otros pueden prescindir y encontrar en el interior de ellos mismos una gratificación que les permite controlar eficazmente el entorno.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Edad y crecimiento: El juego permite al niño desarrollarse y valorizarse. Más tarde, cuando él pertenece a un grupo (en la escuela, en el ocio), percibe la valorización frente a una sociedad. El adulto que juega diferentes roles en la sociedad es valorizado en tanto que los ha escogido y que responden a sus aspiraciones. La persona mayor puede también estar muy valorada por las actividades que realiza según sus gustos, aunque el trabajo no forme parte de su vida activa.

Constitución y capacidades físicas: La constitución y las capacidades físicas influyen en la realización de uno mismo. Así los individuos deben

escoger actividades que le permitan realizarse teniendo en cuenta sus capacidades.

Factores psicológicos

Emociones: El llevar a cabo acciones que respondan a los gustos y a las aspiraciones del individuo es un factor de motivación, le permite realizarse e ir siempre más lejos. Además, la dicha, la alegría y el bienestar influyen en la satisfacción de esta necesidad.

Factores sociológicos

Cultura: Según la cultura, los individuos tienen una cierta posibilidad de escoger la carrera o las actividades de ocio dictadas por las normas de la sociedad en que vive.

Roles sociales: El individuo que tiene libertad de escoger en sus estudios y su trabajo puede realizarse totalmente siempre que las normas sociales le convengan. Según los roles que el individuo juegue, él se realizaría siempre que esté preparado y que quiera asumir sus roles.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia

a) *De orden biológico*

Funcionamiento óptimo de las funciones fisiológicas de acuerdo a la constitución del individuo

b) *De orden psicológico*

Manifestación de alegría y de felicidad

Autocrítica, toma de decisiones.

Autoestima: consciente de su valor y de sus capacidades.

Autoimagen: aprecia su apariencia, se encuentra en salud.

c) *De orden sociológico*

Niños: Comportamientos lúdicos, relacionados a su estado de desarrollo

Estar satisfecho:

- De un suceso escolar
- De actividades deportivas
- De servicios presados

Adultos y personas mayores: Trabajo:

- Amor a su trabajo
- Valoración por su trabajo
- Participación en las decisiones de la empresa
- Satisfacción de la evaluación de sus patronos
- Satisfacción de las condiciones de trabajo
- Promoción
- Ambición, motivación.

Roles sociales:

- Dominio de sus diferentes roles
- Valorización frente a sus roles
- Valorización de cara al cumplimiento de su trabajo

Actividades de ocio:

- Pertenencia a un grupo social o deportivo
- Ocupación individual que permite la satisfacción de la necesidad.

Interacciones entre la necesidad de ocuparse para realizarse y las otras necesidades.

Necesidades fundamentales	Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de ocuparse para realizarse
Respirar	Amplitud y frecuencia respiratorias normales

Beber y comer	Aporte alimentario adecuado
Eliminar	Eliminación adecuada
Moverse y mantener una Buena postura	Actividades físicas moderadas
Dormir y descansar	Sueño y reposo reparadores
Vestirse y desvestirse	Ropas apropiadas
Mantener la temperatura Corporal dentro de los límites Normales	Temperatura corporal normal
Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos	Importancia de la limpieza y de la apariencia física
Evitar los peligros	Seguridad psicológica relacionada con las actividades.
Comunicarse con sus semejantes	Comunicación eficaz y muy agradable con los demás.
Actuar según sus creencias y sus valores	Práctica de una religión y altruismo
Recrearse	Actividades recreativas valorables
Aprender	Dominio de medios para realizarse

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad.

- a) Averiguar los gustos y los intereses del cliente.
- b) Sugerir diversos medios puestos a su disposición para realizarse.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Cuando esta necesidad no está satisfecha, pueden sobrevenir dos problemas de dependencia: la desvalorización y la impotencia.

- 1) ***Desvalorización: percepción negativa que el individuo tiene de su valor personal y de su competencia***

Proceso

Los individuos buscan y actúan según las experiencias vividas en su entorno, y que respondan a sus valores. Si una persona tiene una baja estima de sí mismo, percibe el entorno como un estado negativo y se siente atacada, amenazada y desvalorizada. Una de las causas es que el entorno y el medio no responden o no están de acuerdo con los valores preconcebidos por el individuo. Cuando hay un cambio en el entorno, tiene lugar una situación de crisis, su integridad se ve perturbada y la persona tiene la impresión de no poder ser útil y que la vida ya no tiene importancia para ella. Así, vemos que la persona manifiesta comportamientos de dependencia biológica, psicológica y sociológica. A menudo, el individuo manifiesta depresión, más o menos grave según su nivel de valoración. La pérdida de la imagen de sí mismo física y psicológicamente es también muy importante.

2) Impotencia: percepción del individuo sobre su falta de control de los acontecimientos en una situación concreta

Proceso

La importancia se manifiesta principalmente en el cliente cuando se halla ante una situación que no puede controlar. Está íntimamente relacionada al prestigio, al estatus social, a una situación de crisis o a una enfermedad, a la edad (envejecimiento, jubilación). A veces los individuos se ven obligados a someterse a determinadas leyes o reglamentos que le ponen ante una situación en la que no puede tomar las decisiones que él quisiera. Para ciertos autores, la marginación es una forma de impotencia. El individuo está convencido que sus esfuerzos serán un fracaso.

13. NECESIDAD DE RECREARSE

DEFINICIÓN

Recrearse en una necesidad para el ser humano; divertirse con una ocupación agradable con el objetivo de obtener un descanso físico y psicológico.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Desde hace milenios, los seres humanos han dado una gran importancia a la diversión. El ser humano ha sido siempre consciente de la necesidad de ocupar una parte de su tiempo con actividades recreativas para liberarse de la tensión engendrada por su trabajo diario. Las diferentes maneras de recrearse han cambiado con la evolución de las sociedades. En nuestros días, el avance de la ciencia y de la tecnología ha tenido como consecuencia la aparición de multitud de actividades de diversión y de ocio que son accesibles a muchos. El individuo puede entonces escoger los medios de recrearse que correspondan a sus aspiraciones. Por el contrario, ciertos individuos experimentan una gran satisfacción al trabajar y olvidan recrearse.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Edad: El desarrollo físico del niño está favorecido por el juego que ocupa gran parte de su tiempo. El tiempo concedido a los juegos y a la diversidad de actividades recreativas se modifican en la edad escolar y durante la adolescencia. La madurez física permite al adulto escoger las actividades recreativas que le gusta realizar en sus períodos de ocio. La disminución de la agilidad de las personas mayores puede limitar la elección y duración de las actividades recreativas.

Constitución y capacidades físicas: Las actividades recreativas que piden un gran esfuerzo físico están relacionadas a la constitución y a las capacidades físicas de cada individuo. Este último ha de tener en cuenta este componente en la elección de sus diversiones.

Factores psicológicos

ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA

Desarrollo psicológico: El desarrollo de la personalidad del niño y el control de sus emociones se realiza a través del juego.

Emociones: La actividad recreativa permite al individuo exteriorizar sus emociones y liberarse de sus tensiones. Para conseguir estas metas, el individuo escoge la diversión que le parece apropiada.

Factores sociológicos

Cultura: Ciertos pueblos mantienen sus tradiciones mediante el desarrollo periódico de actividades recreativas que les son propias. La gran participación de los individuos a las fiestas populares demuestra la eficacia de este medio para satisfacer su necesidad de recrearse.

Roles sociales (empleo y jubilación) Condiciones de trabajo que permitan un tiempo libre suficiente favorecen la satisfacción de la necesidad de recrearse. La prejubilación y la jubilación aumentan el tiempo libre de los individuos, que pueden entonces organizar sus actividades recreativas según sus gustos.

Organización social: adoptar condiciones que permitan el acceso a actividades diversificadas del tiempo libre tales como descansar, distraerse, aprender y realizarse favorecen la satisfacción de la necesidad de recrearse.

Puntos de referencia para observación de las manifestaciones de independencia.

Manifestaciones de independencia.

Edad	Actividades recreativas (solo o en grupo)	Efecto de las actividades recreativas
Niño	Juego: Comportamientos lúdicos relacionados a	Placer: -Sonrisas -Risas.

Adolescente	su estado de desarrollo Práctica de un deporte Pasatiempos: Lectura. Música. Bricolage. Arte.	-Gritos de alegría. ~Jugueteos. Placer: Risas. Sonrisas. Gritos de alegría. Llanto. Tranquilidad: Relajación muscular. Ambiente calmado y sereno
Adulto y persona anciana	Ocio: Tipo de actividades (deporte, lectura, bricolage, etc.) Tiempo dedicado a actividades recreativas	Placer y tranquilidad (véase lo anterior)

Interacciones entre la necesidad de recrearse y las otras necesidades

Necesidades	Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de recrearse
Respirar Beber y comer Eliminar Moverse y mantener una buena postura Dormir y descansar Vestirse y divertirse Mantener la temperatura Corporal dentro de los límites	Amplitud y frecuencia respiratorias normales Aporte alimentario adecuado Eliminación adecuada Ejercicios físicos moderados Sueño y reposo reparadores Ropas apropiadas Temperatura corporal normal

<p>Normales</p> <p>Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos</p> <p>Evitar los peligros</p> <p>Comunicarse con sus semejantes</p> <p>Actuar según sus creencias y sus valores</p> <p>Ocuparse para realizarse</p> <p>Aprender</p>	<p>Limpieza e integridad de los Tegumentos</p> <p>Medios adecuados de prevención de accidentes</p> <p>Comunicación eficaz y agradable con los demás</p> <p>Actividades recreativas relacionadas a las creencias y a los valores</p> <p>Actividades recreativas valorizantes</p> <p>Dominio de prevención de accidentes</p>
--	--

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad

- a) Averiguar los gustos y los intereses del cliente.
- b) Planificación de actividades recreativas con el cliente.
- c) Enseñanza:
 - De la actividad recreativa
 - De medidas de precaución seguras.

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Un solo problema de dependencia está contenido en la necesidad de recrearse: el desagrado. Es definido como una impresión desagradable y difícil que conduce al aburrimiento, a la desgracia, al agotamiento o al cansancio.

Proceso

A lo largo de su vida, los individuos experimentan, en su momento dado y de forma más o menos larga, períodos de aburrimiento, de tristeza, de pérdida de interés por la vida. Estas reacciones pueden producirse sin razones precisas o como consecuencia de una desgracia, del agotamiento o del cansancio.

14. NECESIDAD DE APRENDER

DEFINICIÓN

Aprender es una necesidad para el ser humano de adquirir conocimientos, actitudes y habilidades para la modificación de sus comportamientos o la adquisición de nuevos comportamientos con el objetivo de mantener o de recobrar la salud.

INDEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

A lo largo de toda su vida, el ser humano debe adaptarse continuamente a los cambios del entorno, adoptando las medidas necesarias para mantenerse en salud. El autoconocimiento es, pues, esencial para el individuo con el fin de llegar a analizar sus hábitos de vida y verificar si toma las medidas adecuadas para mantenerse en salud. Después de este análisis, el individuo experimenta la necesidad de aprender los medios más eficaces para conseguirlo. Cuando ha adquirido los conocimientos, las actitudes y las habilidades para mantener su salud, el individuo experimenta, el estrés y la ansiedad de la vida cotidiana.

Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad

Factores biológicos

Edad: El niño, al inicio del crecimiento y de su desarrollo, tiene mucha facilidad para aprender; una enseñanza eficaz le permitirá adquirir hábitos de

vida adecuada para el mantenimiento de su salud. Según su grado de motivación, el adulto aprenderá a utilizar los medios para mantenerse en salud. La persona mayor tiene más dificultades para memorizar, pero tiene las capacidades para aprender.

Capacidades físicas: Los seres humanos, según sus condiciones físicas (órganos de los sentidos, forma física, facultades intelectuales), pueden, por la adquisición de conocimientos, actitudes y habilidades, mejorar su estado de bienestar.

Emociones: Las emociones y los sentimientos tales como la ansiedad pueden acelerar el proceso de aprendizaje, pues la tensión que produce puede ayudar al individuo a fijar su atención sobre el objetivo de aprendizaje. No obstante, un nivel de ansiedad y de estrés muy elevado impide la concentración y disminuye la habilidad de aprender. Hace falta añadir que una relación y un clima psicológico adecuados entre el enseñante y el receptor favorecen el aprendizaje.

Factores sociológicos

Entorno: Un entorno adecuado (claridad, temperatura normal, ambiente tranquilo y de silencio) facilita las condiciones de aprendizaje.

Factores psicológicos

Motivación: Tendencia que empuja al individuo a llevar a cabo ciertas acciones para conseguir un objetivo y así influir en la satisfacción de la necesidad de aprender.

Puntos de referencia para la observación de las manifestaciones de independencia

Manifestaciones de independencia

Expresión del deseo de aprender

Manifestación del interés de aprender

Estado de receptividad

Adquisición de conocimientos por:

- La lectura
- Sus semejantes
- La televisión y la radio
- Los cursos
- Las conferencias

Modificación del comportamiento de cara a su salud

Adquisición de unas actitudes y habilidades para mantenerse en salud

Interacciones entre la necesidad de aprender y las otras necesidades

Necesidades fundamentales	Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad de aprender
Respirar Beber y comer Eliminar Moverse y mantener una buena postura Dormir y descansar Vestirse y desvestirse Mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales Estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos Evitar los peligros Comunicarse con sus semejantes Actuar según sus creencias y sus valores	Respiración normal Aporte alimenticio adecuado Eliminación adecuada Ejercicios moderados, postura y circulación adecuada Sueño y descanso reparadores Vestimentas adecuadas Temperatura corporal normal Limpieza e integridad de los tegumentos Seguridad psicológica Comunicación eficaz a nivel sensitivomotor, efectivo e intelectual Actividades relacionadas a las creencias y los valores

Ocuparse para realizarse Recrearse	Dominio de los roles sociales Actividades recreativas normales
---------------------------------------	---

Intervenciones de la enfermera para mantener la independencia en la satisfacción de la necesidad de aprender

- a) Averiguar las necesidades de aprendizaje del cliente.
- b) Elaboración de objetivos de aprendizaje con el cliente.
- c) Motivación del cliente frente al aprendizaje.
- d) Enseñanza al cliente:
 - De recursos
 - De medios para aprender
- e) Ayuda aportada al cliente durante el desarrollo del aprendizaje
- f) Verificación con el cliente de la consecución de los objetivos

DEPENDENCIA EN LA SATISFACCIÓN DE LA NECESIDAD

Un único problema de dependencia se manifiesta a nivel de la necesidad de aprender: la ignorancia. Es un defecto de conocimientos o una falta de saberes de las medidas que el individuo debe utilizar para mantener o recuperar su salud.

Proceso

A menudo, el cliente no conoce las reglas de higiene y de prevención que le ayudarían a mejorar su estado de salud. Tiene pues, necesidad de ayuda para aprender a vivir de una forma más armoniosa. El cliente, a partir de un suceso imprevisto, se halla ante la necesidad de cambiar sus hábitos y su estilo de vida para recuperar su salud o vivir con un hándicap. Este ignora las medidas que debe tomar para reencontrar su bienestar, lo que le vuelve inseguro y le obliga a aprender.

2.4 Características.

2.4.1 Concepto.

Se dice de la persona o animal que ha alcanzado la plenitud de un desarrollo y estado de madurez.⁶

2.4.2 Características físicas.

En ambos sexos, la piel pierde elasticidad, se vuelve mas gruesa y oscura en la cara, brazos y manos. También se afloja y arruga. La parte inferior de la cara cambia a raíz de modificaciones en los dientes, huesos, músculos y tejido conectivo. La voz pierde su timbre, calidad, tornándose más aguda. Los movimientos corporales se vuelven menos ágiles debidos a rigidez articular y disminución en la resistencia muscular. Los efectos acumulativos de estos cambios hacen que mirarse al espejo resulte doloroso para las personas de edad madura.

2.4.3 Características fisiológicas.

En cuanto a los sentidos, la agudeza visual de la mayoría de las personas alcanza su máximo hacia los 20 años permanece relativamente constante hasta los 40 y después, salvo que haya trastornos orgánicos de consideración, empieza a declinar con lentitud.

La audición al igual que la visión, parecen alcanzar su máximo hacia los 20 años, desde entonces, ocurre una pérdida gradual que afecta a los tonos agudos mas que a los bajos, después de los 55 años, mas al hombre que a las mujeres. Además, en mayores de 50 años parece haber una incidencia mas alta de dificultades para diferenciar los aspectos finos de las sensaciones gustativas, aunque se conserva la de gustación de los 4 sabores básicos, a saber, dulce, agrio, salado y amargo.

El tacto también carece disminuir a partir de los 45 años.

El único sentido que parece conservar un alto grado de eficiencia es el equilibrio, que alcanza su nivel máximo entre los 40 y 50 años.

2.4.5 Características cognitivas.

En la edad madura empieza la desaceleración de los procesos intelectuales tendencia al olvido, confusión.

2.4.6 Características emocionales

⁶ Diccionario Enciclopédico REYMO, Ed. Trébol S.L. Barcelona, España, 2004 Pág. 15

Una de las peores sensaciones de este momento de transición es contemplar los largos y continuos años de una existencia sin sentido en una etapa en que se han desaparecido las pasiones juveniles, este periodo origina sentimientos intensos de duda respecto así mismo que se intensifica todavía más cuando la persona se da cuenta en proceso de volverse vieja y empieza a temer la desintegración, la desesperanza y finalmente la muerte.

III.- Metodología

Para la realización del presente estudio de caso se identificó a un cliente adulto el cual se encontraba hospitalizado en el Hospital General de Pachuca, Hgo. en el servicio de traumatología y ortopedia. El motivo de su ingreso fue por una fractura diafisaria de tibia y peroné derecho el día 23 de agosto del 2004.

Es importante aclarar que el estudio de caso no ha sido centrado en la enfermedad del cliente sino en la persona y sus necesidades particularmente en aquellas que se encuentran afectadas como bien lo señala Henderson por las fuentes de dificultad como son:

- *Falta de fuerza.*- se interpreta por fuerza no solo la capacidad física o habilidades mecánicas de la persona, sino la capacidad del individuo para llevar a término las acciones pertinentes a la situación, lo cual vendrá determinado por el estado emocional, estado de las funciones psíquicas, capacidad intelectual etc.
- *Falta de conocimiento.*- En lo relativo a las funciones esenciales sobre la propia salud y situación de enfermedad, la propia persona (autoconocimiento) y sobre los recursos propios y ajenos disponibles.
- *Falta de voluntad.*- entendida como incapacidad o limitación de la persona para comprometerse en una decisión adecuada a la situación, y en la relación y mantenimiento de las acciones oportuna para satisfacer las 14 necesidades⁷.

Los cuales pueden ser afectados por las siguientes dimensiones:
Biológicas, psicológicas, sociológicas, cultural y espiritual.

⁷ El proceso de enfermería, ENEO, UNAM, Pág. 73

Una de las peores sensaciones de este momento de transición es contemplar los largos y continuos años de una existencia sin sentido en una etapa en que se han desaparecido las pasiones juveniles, este periodo origina sentimientos intensos de duda respecto así mismo que se intensifica todavía mas cuando la persona se da cuenta en proceso de volverse vieja y empieza a temer la desintegración, la desesperanza y finalmente la muerte.

III.- Metodología

Para la realización del presente estudio de caso se identificó a un cliente adulto el cual se encontraba hospitalizado en el Hospital General de Pachuca, Hgo. en el servicio de traumatología y ortopedia. El motivo de su ingreso fue por una fractura diafisaria de tibia y peroné derecho el día 23 de agosto del 2004.

Es importante aclarar que el estudio de caso no ha sido centrado en la enfermedad del cliente sino en la persona y sus necesidades particularmente en aquellas que se encuentran afectadas como bien lo señala Henderson por las fuentes de dificultad como son:

- *Falta de fuerza.*- se interpreta por fuerza no solo la capacidad física o habilidades mecánicas de la persona, sino la capacidad del individuo para llevar a término las acciones pertinentes a la situación, lo cual vendrá determinado por el estado emocional, estado de las funciones psíquicas, capacidad intelectual etc.
- *Falta de conocimiento.*- En lo relativo a las funciones esenciales sobre la propia salud y situación de enfermedad, la propia persona (autoconocimiento) y sobre los recursos propios y ajenos disponibles.
- *Falta de voluntad.*- entendida como incapacidad o limitación de la persona para comprometerse en una decisión adecuada a la situación, y en la relación y mantenimiento de las acciones oportuna para satisfacer las 14 necesidades⁷.

Los cuales pueden ser afectados por las siguientes dimensiones:

Biológicas, psicológicas , sociológicas, cultural y espiritual.

⁷ El proceso de enfermería, ENEO, UNAM, Pág. 73

✓ *Biofisiológicas*- hacen referencia a las condiciones genéticas de la persona y al funcionamiento de sus aparatos o sistemas u órganos. De acuerdo con su edad, etapa de desarrollo y estado general de salud.

✓ *Psicológicos*- se refieren a sentimientos, pensamientos, emociones, inteligencia, memoria, psicomotricidad, nivel de conciencia, sensopercepción y habilidades individuales de la relación (estrategias o habilidades de afrontamientos.)

✓ *Socioculturales*- se refiere al entorno físico de la persona (próximo y más lejano). El entorno físico próximo es el de la casa, el trabajo y el hospitalario, etc. Entorno físico lejano se refiere a la comunidad donde vive el individuo, (clima, orografía, contaminación, etc.).

También incluyen los valores y normas que proporciona la familia, la escuela y las leyes políticas que se rige la comunidad de referencia. Todo ello mediatiza las propias creencias y valores que se van elaborando a través de las influencias intergeneracionales familiares y de los grupos con los que la persona se relaciona.

Para tal efecto se solicitó el consentimiento informado, (anexo 1) ya que el cuidado tiene implicaciones éticas y morales. Dentro de los aspectos éticos existen 4 principios básicos:

1. **AUTONOMÍA.** En la asistencia sanitaria se puede concebir como la libertad para tomar decisiones sobre el propio cuerpo sin la cohesión o la interferencia de los demás. La autonomía es la libertad de elección o la autodeterminación, que es un derecho humano básico. Puede experimentarse en todos los acontecimientos de la vida humana. La obligación de los profesionales sanitarios es respetar los valores, pensamientos y acciones de los pacientes y no permitir que sus propios valores o su propia moral influyan en las decisiones terapéuticas.
2. **BENEFICIENCIA.** Hacer el bien e impedir los daños a los pacientes es un concepto básico en la profesión de enfermería. Ahora bien, el principio ético de la beneficencia (que requiere la promoción del bienestar de los pacientes) subraya la importancia de este deber para el profesional sanitario. Este principio presupone que los daños y los

beneficios se equilibran, y llevan a resultados clínicos positivos y beneficiosos.

3. NO MALEFICENCIA. El principio ético de la no maleficencia, que obliga a impedir el daño y a eliminar las situaciones perjudiciales, es un deber para el personal de enfermería. La serenidad y el cuidado son necesarios, como lo es el equilibrio de los riesgos y los beneficios, anteriormente comentado al hablar de la beneficencia. Ambos principios son como los 2 extremos de un continuo y a menudo se realizan de una manera diferente, según las opiniones del profesional en ejercicio.⁸
4. CONFIDENCIALIDAD. Bioética f. principio ético en virtud del cual un médico no puede revelar ninguna información obtenida en el curso de la asistencia médica. Es un derecho del enfermo que el médico mantenga en secreto toda información relacionada con su proceso de enfermedad y con su estancia en instituciones sanitarias públicas o privadas, la información debe ser reservada, salvo autorización expresa del interesado o cuando es solicitada por alguna autoridad judicial⁹.

Para el estudio de este caso se siguieron las etapas del PAE de las cuales a continuación se mencionan:

Valoración, Diagnóstico, Planeación, Ejecución y Evaluación.

3.1 Valoración.

CASO CLINICO

Ficha de identificación

NOMBRE: Ubaldo Mendoza Pacheco EDAD: 36 años
ESTADO CIVIL: Unión Libre RESIDENTE: Tizayuca, Hgo.
OCUPACIÓN: Ayudante de albañil
ESCOLARIDAD: Segundo de primaria
RELIGION: Católica
AHF: Niega antecedentes.
APNP: Cuenta con casa propia, 2 cuartos. Servicios públicos agua y luz, utilizan letrina.

⁸ Linda D. Urden. Cuestiones legales y éticas. Pág. 10.

⁹ Diccionario Enciclopédico Universal. Edición 1994. Editorial Cultural S.A. de CV., Madrid España. Pág. 271.

Es padre de 3 hijos y su pareja.

Alimentación deficiente.

APP: Sarampión a los 7 años

PADECIMIENTO ACTUAL

Adulto joven en la tercera década de su vida que acude al servicio de urgencias el día 23 de agosto presentando dolor en miembro pélvico derecho, inmovilidad al ser golpeado por un familiar ocasionándole fractura diafisaria de tibia y compleja de peroné derecho

EXÁMENES DE GABINETE.

R.X.A.P. Lateral de miembro pélvico derecho.

EXÁMENES DE LABORATORIO.

H.b -15.8

Hto -48.0

TP -14.7

TPT -30.1

Grupo -O

Rh -Positivo

Tratamiento: Quirúrgico

Cliente que se encuentra preocupado debido a que la recuperación de su miembro afectado tardará aproximadamente dos meses, ya que él es el sostén de su familia.

En un primer momento se llevó a cabo la valoración para lo cual se utilizaron fuentes primarias y secundarias.

Las fuentes primarias directamente con el cliente y como fuentes secundarias se utilizaron:

El expediente clínico.

Registros de enfermería.

Las técnicas a las que se recurrieron fueron:

- a) Observación.- El primer paso del proceso, la observación se define para este propósito como la búsqueda de datos relevantes acerca del paciente, dando en forma simultánea un significado desde el punto de vista de enfermería. Es comprensible que todas las observaciones están influidas por las experiencias previas de la enfermera, sin embargo, lo

que hace que sus observaciones tengan un enfoque científico es la premeditación y el especial cuidado con que realiza observaciones confiables. La enfermera está consciente de que la observación constantemente está sujeta a errores, y que puede estar influida por sus conocimientos teóricos y prácticos adquiridos. Esta relación facilita la recopilación de una gran diversidad de observaciones acerca del estado físico y psicosocial del paciente. Es solo a través de la obtención de información de importancia que la enfermera es capaz de progresar mas allá del primer paso del proceso y llegar a un diagnóstico y plan de cuidados minuciosos.¹⁰

b) Entrevista.- La entrevista es una forma especial de interacción verbal que se desarrollan en la intimidad entre la enfermera y la persona que recurre a los cuidados de la salud. Se sobreentiende que el objetivo de este encuentro es recoger informaciones que permitan descubrir las necesidades que permanecen insatisfechas en el cliente y las distintas manifestaciones de dependencia que las determinan.¹¹

c) Exploración física.- La actividad final de la recolección de datos es el examen físico. Debe explicarse al paciente en que consiste el examen y pedir permiso para efectuarlo. exploración física se encuentra en: determinar en profundidad la respuesta de la persona al proceso de la enfermedad para obtener una base de datos para poder establecer comparaciones y valorar la eficiencia de las actuaciones, confirmar los datos subjetivos obtenidos durante la entrevista. La enfermera utilizará 4 técnicas específicas: *inspección, palpación, percusión y auscultación.*

-*Inspección*- es el examen visual cuidadoso y global del paciente, para determinar estados o respuestas normales o anormales. Se centra en las características físicas o los comportamientos específicos (tamaño, forma, posición, situación anatómica, color, textura, aspecto, movimiento y simetría).

-*Palpación*- consiste en la utilización del tacto para determinar ciertas características de la estructura corporal por debajo de la piel (tamaño,

¹⁰ Ann Marrincr. El Manual Moderno S.A. de C.V. 2ª edición, México D.F. Pág. 10.

¹¹ Método Científico Y Proceso de Enfermería. UNAM, ENEO Impresión 2003, Pág. 185.

forma, textura, temperatura, humedad, pulsos, vibraciones, consistencia y movilidad). Esta técnica se utiliza para la palpación de los órganos en abdomen. Los movimientos corporales y la expresión facial son datos que nos ayudarán en la valoración.

-Percusión- Implica el dar golpes con uno o varios dedos sobre la superficie corporal, con el fin de obtener sonidos. Los tipos de sonidos que podemos diferenciar son: sordos, aparecen cuando se percuten músculos o huesos. Mates, aparecen sobre el hígado y el vaso. Hipersonoros, aparecen cuando percutimos sobre el pulmón normal lleno de aire y Tímpanicos se encuentran al percudir el estómago lleno de aire o un carrillo de la cara.

-Auscultación- Consiste en escuchar sonidos producidos por los órganos del cuerpo. Se utiliza el estetoscopio y determinamos características sonoras del pulmón, corazón e intestino. También se pueden escuchar ciertos ruidos aplicando sólo la oreja sobre la zona a explorar.

Una vez descritas las técnicas de exploración física podemos ver la diferentes formas de abordar un examen físico: desde la cabeza a los pies, por sistemas / aparatos corporales y por patrones funcionales de salud:

- Desde la cabeza a los pies: este enfoque empieza por la cabeza y termina de forma sistemática y simétrica hacia abajo, a lo largo del cuerpo hasta llegar a los pies.
- Por sistemas corporales o aparatos: nos ayuda a especificar que sistemas precisa mas atención.
- Por patrones funcionales de salud: permite la recogida ordenada para centrarnos en áreas funcionales concretas.

La información física del paciente que se obtiene es idéntica en cualquiera de los métodos que utilizemos.

INSTRUMENTOS

Para el registro de la información se utilizaron los siguientes instrumentos.

- a) Historia clínica.

b) Cédula de valoración de necesidades. (Anexo 2)

c) Hoja de enfermería.

NECESIDAD DE TERMOREGULACIÓN.

Subjetivo:

Adaptabilidad de los cambios de temperatura: _____.

Ejercicio /tipo y frecuencia: _____.

Temperatura ambiental que le es agradable: _____.

Objetivo:

Características de la piel: _____.

_____ transpiración: _____.

Otros: _____.

NECESIDADES BÁSICAS DE:

Moverse y mantener una buena postura. Usar prendas de vestir adecuadas. Higiene y protección de la piel y evitar peligros.

NECESIDAD DE MOVERSE Y MANTENER UNA BUENA POSTURA.

Subjetivo:

Capacidad física cotidiana: el adulto refiere dolor intenso al movimiento de su miembro pélvico derecho ocasionada por una fractura

Actividades en el tiempo libre: convivencia y paseos familiares

Hábitos de descanso: ver televisión en su hogar

Hábitos de trabajo: trabajo de ayudante de albañil durante el día y parte de la tarde

Objetivo:

Estado del sistema músculo esquelético. Fuerza: alterada por la falta de movimiento

Capacidad muscular. Tono/ resistencia/ flexibilidad: debilidad muscular, no tiene firmeza en la marcha

Posturas: mala postura por el miembro afectado

Necesidad de ayuda para la deambulaci3n: necesita ayuda ocasionada por la lesi3n, reposo absoluto

Dolor con el movimiento: refiere dolor intenso ya que tiene vendaje de Jones

Presencia de temblores: no. Estado de conciencia: conciente y orientado

Estado emocional: ansiedad y temor producido por la falta de trabajo y sost3n familiar

Otros: _____.

NECESIDAD DE HIGIENE Y PROTECCIÓN DE LA PIEL.

Subjetivo:

Frecuencia del baño: cada tercer día

Momento preferido para el baño: por la noche

Cuántas veces se lava los dientes al día: dos veces al día

Aseo de manos antes y después de comer: no. Después de eliminar: ocasional

Tiene creencias personales o religiosas que limiten sus hábitos higiénicos: no

Objetivo:

Aspecto general: malas condiciones de higiene

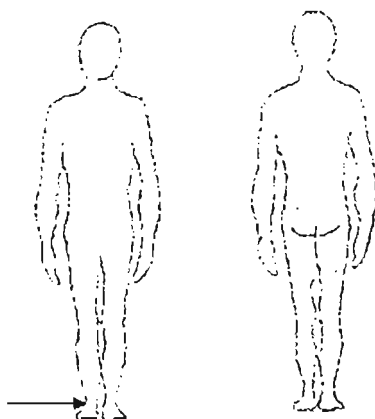
Olor corporal: sudoración, olor a pies. Halitosis: si

Estado del cuero cabelludo: ceborrea

Lesiones dérmicas. Tipo: no

(Anote la ubicación en el diagrama)

Otros: _____



NECESIDAD DE EVITAR PELIGROS.

Subjetivo:

Que miembros componen la familia de pertenencia: padres y 3 hijos

Como reacciona ante situación de urgencia: con ansiedad y temor ante la situación que presenta

NECESIDAD DE DESCANSO Y SUEÑO.

Subjetivo:

Horario de descanso: _____ .Horario del sueño: _____ .
Horas de descanso: _____ .Horas de sueño: _____ .
Siesta: _____ .Ayudas: _____ .
Insomnio: _____ .Debido a: _____ .
Descansado al levantarse: _____ .

Objetivo:

Estado mental. Ansiedad/ Estrés/ Lenguaje: _____ .
Ojeras: _____ .Atención: _____ .Rostezos: _____ .Concentración: _____ .
Apatía: _____ .Cefaleas: _____ .
Respuesta a estímulos: _____ .
Otros: _____ .
_____ .

NECESIDAD DE USAR PRENDAS DE VESTIR ADECUADAS.

Subjetivo:

Influye su estado de animo para la selección de sus prendas de vestir: si influye por el tipo de ropa que utilizará en el hospital .
Su autoestima es determinante en su modo de vestir: si influye su autoestima porque siente pena al utilizar una bata .
Sus creencias le impiden vestirse como usted le gustaría: si influye por el machismo mexicano .
Necesita ayuda para la selección de su vestuario: si por el reposo en el que se encuentra .

Objetivo:

Viste de acuerdo a su edad: si .
Capacidad psicomotora para vestirse y desvestirse: deteriorada porque necesita ayuda .
Vestido incompleto: no Sucio: si Inadecuado: no .
Otros: _____ .
_____ .

Conoce las medidas de prevención de accidentes: _____.

Hogar: no _____.

Trabajo: si _____.

Realiza controles periódicos de salud recomendados en su persona: no _____.

Familiares: no _____.

Como canaliza las situaciones de tensión en su vida: convivencia familiar y con amistades _____.

Objetivo:

Deformidades congénitas: no _____.

Condiciones del ambiente en su hogar: tiene bajo nivel económico _____.

Trabajo: no presenta problemas _____.

Otros: _____.

NECESIDADES BÁSICAS DE:

Comunicación, vivir según sus creencias y valores, trabajar y realizarse, jugar y participar en actividades recreativas, aprendizaje.

NECESIDAD DE COMUNICARSE:

Subjetivo:

Estado Civil: _____, Años de relación: _____, Viven con: _____.

Preocupaciones/ Estrés: _____, Familiar: _____.

Otras personas que pueden ayudar: _____.

Rol en estructura familiar: _____.

Comunica problemas debidos a la enfermedad/ estado: _____.

Cuanto tiempo pasa sola: _____.

Frecuencia de los contactos sociales diferentes en el trabajo: _____.

Objetivo:

Habla claro: _____, Confusa: _____.

Dificultad. Visión: _____, Audición: _____.

Comunicación verbal/ no verbal con la familia/ con otras personas significativas: _____.

Otros: _____.

NECESIDAD DE VIVIR SEGÚN SUS CREENCIAS Y VALORES.

Subjetivo:

Creencia religiosa: _____.

Su creencia religiosa le genera conflictos personales: _____.

Principales valores en la familia: _____.

Principales valores personales: _____.

Es congruente su forma de pensar con su forma de vivir: _____.

Objetivo:

Hábitos específicos de vestido. (Grupo social religioso): _____.

Permite el contacto físico: _____.

Presencia de algún objeto indicativo de determinados valores o creencias: _____.

Otros: _____.

NECESIDAD DE TRABAJAR Y REALIZARSE:

Subjetivo:

Trabaja actualmente: si. Tipo de trabajo: ayudante de albañil.

Riesgos: si. Cuanto tiempo le dedica al trabajo: 10 horas.

Esta satisfecho con su trabajo: si. Su remuneración le permite cubrir sus necesidades básicas y/o las de su familia: no es insuficiente.

Esta satisfecho(a) con el rol familiar que juega: si porque se siente feliz en su hogar con su pareja y sus hijos.

Objetivo:

Estado emocional/ Calmado/ Ansioso/ Enfadado/ Retraído/ Temeroso/ Irritable/
Inquieto/ Eufórico: angustiado, inquieto, temeroso, enfadado.

Otros: _____.

CONCLUSIÓN DIAGNÓSTICA DE ENFERMERÍA.

Necesidad	Grado de dependencia	Diagnóstico de enfermería
1 Oxigenación	I _____ PD _____ D _____	_____
2 Nutrición Hidratación	I _____ PD _____ D _____	_____
3 Eliminación	I _____ PD _____ D _____	_____
4 Moverse y mantener una buena postura	I _____ PD _____ D <u>dependencia</u>	<u>mejorar el bienestar del</u> <u>cliente relacionado con fx</u> <u>MPD m/p gesticulaciones</u> <u>del cliente</u>
5 Descanso y sueño	I _____ PD _____ D _____	_____
6 Usar prendas de vestir adecuadas	I _____ PD _____ D _____	_____
7 Termorregulación	I _____ PD _____ D _____	_____
8 Higiene y protección	I _____ PD _____ D <u>dependencia</u>	<u>riesgo potencial a la lesión</u> <u>de la piel por aparición de</u> <u>escaras por falta de</u> <u>movilidad</u>
9 Evitar peligros	I _____ PD _____	<u>posible alteración en el</u> <u>mantenimiento de su salud</u>

D dependencia

debido a conocimientos
insuficientes acerca de la
fractura y factores de riesgo

10 Comunicarse I _____
PD _____
D _____

11 Vivir según sus creencias y valores I _____
PD _____
D _____

12 Trabajar y realizarse I _____
PD _____
D _____

13 Jugar, participar en actividades recreativas I _____
PD _____
D _____

14 Aprendizaje I _____
PD _____
D _____

*(I) Independiente (PD) Parcialmente dependiente (D) Dependiente

Fecha: _____

Hora: _____

Firma: _____

NECESIDAD	DIMENSIONES			
DESCRIPCIÓN	BIOFISIOLÓGICA	PSICOLÓGICA	SOCIOLOGICA	CULTURAL, ESPIRITUAL
<p>Moverse y mantener una buena postura</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tono muscular disminuido por la fractura de su miembro pélvico derecho. • Cambios posturales deteriorados por el vendaje de Jones. • Dolor intenso al movimiento de su miembro afectado por gestikulaciones psicológicas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ubaldo tiene ansiedad y temor por estar hospitalizado y no poder trabajar para cubrir el costo de la hospitalización de sus necesidades familiares. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se encuentra sólo porque su esposa se queda al cuidado de sus hijos pequeños. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiene fe en Dios de que va a recuperarse pronto.
<p>Necesidad de higiene y protección de la piel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ubaldo necesita bañarse y su lesión no le permite realizar la higiene, ya que necesita reposo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Siente ansiedad por no poder valerse por el mismo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Él desea tener privacidad para realizar su higiene personal. 	<ul style="list-style-type: none"> • El baño para él es únicamente cada tercer día.

NECESIDAD	DIMENSIONES			
DESCRIPCIÓN	BIOFISIOLÓGICA	PSICOLÓGICA	SOCIOLOGICA	CULTURAL, ESPIRITUAL
Evitar peligros.	El desconocimiento de la fractura puede ocasionar posibles riesgos para su salud, siente angustia por no tener su rol de vida normal.			

La información obtenida para el análisis se organizó y clasificó en necesidades señaladas por Virginia Henderson, aunque en este caso se presentan las siguientes necesidades:

1. Necesidad de moverse y mantener una buena postura.
2. Necesidad de higiene y protección de la piel.
3. Necesidad de evitar los peligros.

Debido a que no se obtuvieron las otras necesidades ya que el cliente no dio información.

Para este análisis se consideraron las fuentes de dificultad y las dimensiones que lo afectan utilizando un formato (Anexo 3) guía (para el análisis para necesidades) porque con base a esta reflexión se integraron los diagnósticos de enfermería y se tomaron las decisiones pertinentes para planear las intervenciones de enfermería.

3.2 Diagnóstico de enfermería.

Considerando los problemas que afectan las necesidades se estructuraron los diagnósticos de acuerdo al formato PES (Problema, Etiología, Signos y Síntomas) y a las etiquetas diagnósticas de la NANDA

Etiqueta- proporciona un nombre al diagnóstico, es un término o frase concisa que representa un patrón de claves relacionados pueden incluir modificadores.

Definición- proporciona una descripción clara y concisa delinea su significado y ayuda a diferenciarlo de diagnósticos similares.¹²

Estas se han tomado como base de los diagnósticos.

3.3 Planeación.

La planeación de las intervenciones se llevó a cabo en base a tres dimensiones:

- a) independientes.

¹² Diagnósticos Enfermeros Definición y Clasificación. Pág. 252.

b) dependientes.

c) interdependientes.

Para cada diagnóstico se estableció un objetivo, una meta y criterios de evaluación fundamentando las intervenciones realizadas, el formato que se utilizó se encuentra a continuación (Anexo 4).

3.4 Evaluación.

Permitió obtener datos que ayudaron a conocer que se cumplió el objetivo, la meta y los criterios de evaluación.

Para planear las intervenciones iniciándose nuevamente la etapa de la valoración

3.5 Análisis del caso.

A continuación se presenta el análisis del caso, los diagnósticos y planes de atención realizados, de acuerdo a Henderson un cliente requiere un rol de enfermería cuando esta presenta dependencia a través del análisis de los datos obtenidos de la valoración. Se concluye que el cliente Ubaldo en lo general tuvo dependencia y que las causas de dificultad fueron fuerza de voluntad y fuerza de conocimiento y que estas fueron afectadas por las diferentes dimensiones como son: biofisiológica, psicológica, sociológica cultural y espiritual.

A continuación se presentan los diagnósticos de enfermería con su respectivo plan de cuidados de estas necesidades como son: necesidad de moverse y mantener una buena postura, necesidad de higiene y protección de la piel, necesidad de evitar peligros, necesidad de usar ropa de vestir adecuadas y necesidad de trabajo y realizarse.

Para fines de trabajo se presentan 3 pero esto no significa que no se están trabajando con ellas, Pero para fines de titulación solamente se tomaron 3.

PLAN DE CUIDADOS

INICIALES: Ubaldo M. P.	FECHA: 23-08-04
NECESIDAD: De movimiento y mantener una buena postura	F <input type="checkbox"/>
DX DE ENFERMERÍA: Dolor relacionado con la fractura del MPD manifestado por gesticulaciones del cliente y en forma verbal.	FUENTE DE D.F. C <input type="checkbox"/>
OBJETIVO: El cliente disminuirá el dolor ocasionado por la fractura con la administración de analgésicos y posición correcta.	V <input type="checkbox"/>

META	C. DE EVALUACIÓN	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACIÓN	EVALUACIÓN
Ubaldo Manifestará disminución del dolor en un tiempo de 30 a 45 minutos.	A través del interrogatorio y exploración. Como percibe el dolor Ubaldo. En escala de 0 a 10. De 0= ausencia de dolor. 10= dolor intenso. Observar signos de dolor: aumento de F.C, respiratoria y T.A., intranquilidad, gesticulación facial, actitud ofensiva.	Administrar medicamento. Ketorolaco 30 mg vía intravenosa cada 8 horas Colocación de hielo local Elevación de la extremidad lesionada si no está contraindicado Enseñar a Ubaldo cliente a cambiar lentamente la postura y alineación del miembro afectado.	Es un fármaco potente que alcanza concentraciones plasmáticas bajas no desplaza a otros fármacos, unidos a las proteínas plasmáticas. el ketorolaco tiene una vida media alrededor de 7 horas. La elevación de MPD reduce el edema y el dolor por compresión. Los movimientos lentos disminuyen los espasmos musculares y disminuyen el dolor.	Ubaldo notificará una progresiva reducción de dolor y alivio después de administrar medidas analgésicas. Mejora la comunicación enfermera-cliente. Inicia movimientos en otras articulaciones no lesionadas

DX DE ENFERMERÍA: Ansiedad relacionada a los efectos que se perciben relacionados con la lesión manifestado por el estilo de vida y al futuro incierto.

OBJETIVO: El cliente logrará adaptarse a su nuevo estilo de vida en un tiempo de 15 días.

META	C. DE EVALUACIÓN	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACIÓN	EVALUACIÓN
Que el cliente acepte su nuevo rol de vida en corto plazo. Por la limitación del movimiento.	Capacidad para expresar lo que siente acerca de la situación, participación en su autocuidado, signos de adaptación del nuevo estilo de vida. Que el cliente exprese en forma verbal lo que vive actualmente.	Animar al cliente a expresar sus sentimientos y opiniones con respecto: Situación, evolución, pronóstico. Efectos sobre su estilo de vida, sistema de apoyo y tratamiento. Ayudar al cliente a identificar estrategias para aumentar la independencia y conservar las responsabilidades del rol. A) Jerarquizar las actividades. B) Usar los dispositivos de ayuda para moverse si es necesario.	Animar al cliente a compartir sus sentimientos. Puede proporcionar una expresión segura de los temores y frustraciones pudiendo aumentar la conciencia de sí mismo. Un importante componente del concepto de uno mismo es la capacidad de realizar las funciones esperadas relativas al rol personal disminuyendo así la dependencia y la necesidad de la participación de los demás.	El cliente reconoce los cambios en su estructura y función corporal Comunica lo que siente acerca de la incapacidad Participa en los cuidados personales.

DX DE ENFERMERÍA: Déficit de los cuidados personales relacionados con la capacidad para realizar las actividades personales manifestado en forma verbal por el cliente y por la limitación del movimiento.

OBJETIVO: El cliente logrará superar el déficit de cuidados personales causado por la limitación del movimiento con apoyo de la enfermera y sus familiares.

META	C. DE EVALUACIÓN	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACIÓN	EVALUACIÓN
El cliente aprenderá a realizar cuidados personales en la limitación que tiene en 5 días.	A través del interrogatorio y observación. Durante su estancia de la férula devolución del procedimiento.	Motivar al cliente para que exprese sus preocupaciones y hable sobre la lesión y problemas relacionados con ella. Hacer que participen sus familiares en la medida necesaria y apropiada Hacer que el cliente participe en la elaboración del régimen terapéutico Evaluar la capacidad del	Las fracturas suelen tener impacto en la capacidad de la persona para realizar sus actividades cotidianas ya que interrumpe su estilo de vida por lo que al manifestarla se le orienta como realizar sus actividades cotidianas Es importante la participación familiar porque pueden ayudar al cliente a realizar sus actividades cotidianas y permite que el cliente sienta el afecto familiar El cliente se siente satisfecho si participa en las decisiones relativas al plan terapéutico. La falta de conocimiento y	El cliente inicia su dependencia con apoyo de sus familiares. El cliente ya conoce sus limitaciones y participa en su tratamiento. El cliente demuestra que cuidados va a tener para protegerse.

		<p>cliente para cuidar de sí mismo en el hogar</p>	<p>La preparación del cliente para los cuidados en el hogar contribuyen a la ansiedad y falta de acatamiento del régimen terapéutico, por lo que es importante enseñarle al cliente para su cuidado en el hogar.</p>	
--	--	--	--	--

DX DE ENFERMERÍA: Déficit de conocimiento relacionado con la higiene personal manifestado por inquietud del cliente.

OBJETIVO: Ubaldo mantendrá una higiene personal adecuada con la ayuda de su familia.

FUENTE DE DIFICULTAD: De conocimiento.

META	C. DE EVALUACIÓN	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACIÓN	EVALUACIÓN
Ubaldo puede realizar su higiene personal diariamente.	Observar la devolución de la técnica con su familiar y cliente. Supervisar al cliente y su familiar el baño.	1 Enseñar al cliente y su familia la técnica correcta del baño de esponja. 2 Fomentar la máxima participación del cliente y familia en las actividades del baño. 3 La hora y rutina del baño debe ser constante para fomentar la higiene. 4 Mantener buena temperatura en el servicio, avisar al cliente la temperatura que prefiere que tenga el agua. 5 Proporcionar intimidad durante el baño 6 Proporcionar equipo de adaptación según sea necesario. (por ejemplo).	La incapacidad del cuidado de uno mismo produce una sensación de dependencia, un mal concepto propio. La autoestima mejora si aumenta la capacidad de autocuidarse. El mantener la intimidad del cliente permite seguridad y confianza al cliente.	Ubaldo junto con su familia ya ponen en práctica el aseo personal.

		mesa o silla, jabón, cepillo de dientes, mango de maquinilla para afeitarse.	
--	--	--	--

DX DE ENFERMERÍA: Riesgo potencial de la lesión de la piel relacionado por falta de movilidad frecuente debido a la fractura.

OBJETIVO: El cliente no presentará signos de úlceras por presión después de las sesiones de masaje y vigilancia.

FUENTE DE DIFICULTAD: De conocimiento.

META	C. DE EVALUACION	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACION	EVALUACION
<p>Ubaldo y su familia identifique diariamente algún signo o sintoma de lesión en la piel y prominencias óseas.</p>	<p>Ubaldo expresará en forma verbal algún cambio del estado de la piel que identifique como dolor, cambios de coloración, irritación, aumento o disminución de la temperatura en la región.</p>	<p>Enseñar al cliente y familia a examinar frecuentemente la piel. Mostrar al cliente como usar un espejo para poder ver el área.</p> <p>Enseñar al cliente y su familia que identifique signos y síntomas de lesión en la piel en cada cambio postural como son: eritema, palidez de la piel palpar el área circundante en busca de calor y esponjosidad.</p> <p>Examinar la piel cada 2 horas en busca de signos de lesión.</p> <p>Dar masaje en las áreas vulnerables no enrojecidas suavemente, aprovechando</p>	<p>La inspección regular de la piel permite una rápida detección de la lesión la implicación del cliente fomenta su responsabilidad en los autocuidados.</p> <p>El calor y la esponjosidad son signos de lesión tisular.</p> <p>El cliente inmobilizado puede tener un deterioro de la sensibilidad, interfiriendo en la incapacidad de percibir dolor debido a la lesión cutánea.</p> <p>El masaje suave estimula la circulación.</p>	<p>Ubaldo identifica signos que contribuyen a la aparición de las úlceras. Demuestra capacidad para realizar técnicas para impedir y tratar las úlceras de presión.</p>

		<p>cada cambio postural.</p> <p>Dar masaje suave en le tejido suave que rodea la lesión para estimular la circulación. No dar masaje en áreas enrojecidas.</p> <p>Que la familia mantenga la cama limpia, seca, sin rugosidades para evitar lesiones en la piel.</p>	<p>El masaje suave puede estimular la circulación. El masaje enérgico dobla y rompe los vasos. Dar masaje en áreas enrojecidas puede producir rotura capilar y la lesión cutánea.</p> <p>Una sábana bien tendida y estirada evita lesiones en la piel.</p>	
--	--	--	--	--

DX DE ENFERMERIA: Riesgo potencial al mantenimiento de su salud relacionado con su lesión.

OBJETIVO: El cliente conocerá los riesgos y peligros a los que está expuesto después de una plática informativa acerca de su problema de salud

FUENTE DE DIFICULTAD: De conocimiento.

META	C. DE EVALUACION	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACION	EVALUACION
Ubaldo cooperará a reducir los riesgos y peligros a los que está expuesto para lograr una pronta recuperación.	El cliente conocerá el tratamiento y cuidado para su problema de salud e informará verbalmente como disminuir los riesgos y peligros.	Identificar cualquier obstáculo o peligro en el entorno y ayudar a retirarlo o reducirlos. El cliente dispondrá de las cosas necesarias al alcance de su mano. Enseñarle al cliente a entrar y salir correctamente de la cama. Evitar movimientos y cambios bruscos realizados sin ayuda.	Es posible que el cliente se sienta torpe los obstáculos o peligros aumentan los riesgos de lesión. Pudiendo interferir también con las actividades cotidianas normales. El contar siempre con la ayuda para la movilización evita tensionar los músculos y causar daños mayores.	Ubaldo ya identifica los peligros y riesgos y sabe como prevenirlos.

IV.- Conclusiones.

El Proceso Atención de Enfermería es un método sistematizado de proporcionar cuidados al individuo, lo que me permitió identificar las necesidades, jerarquizarlas junto con mi cliente y su familia para satisfacerlas, así como lograr su independencia en algunas actividades de la vida diaria, y la integración de su familia en su cuidado.

Utilizando el Proceso Atención de Enfermería, se establece una comunicación con el cliente que permite que este conozca sus problemas, identifique sus necesidades, y participe en su tratamiento.

El Proceso Atención de Enfermería es un método utilizado ya con mucha frecuencia en la atención del paciente, el profesional de enfermería cuenta con un marco de referencia para la atención del cliente. Que facilita la organización de los cuidados de enfermería, con el planteamiento de metas y objetivos, así como la participación directa del paciente y su familia.

BIBLIOGRAFÍA.

- Harper Barbara. (1978). Fundamental patterns of knowing in nursing. Advances in nursing science. Pág. 244-247.
- Enciclopedia Encarta National Library of Science/Science Source/Photo Researchers. Enciclopedia Microsoft® Encarta® 2002. © 1993-2001 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.
- Camper Barbara Fundamental Patterns of Knowing in Nursing. Advances in Nursing Science. ed. 1978. Pág. 13 23.
- Maestra en enfermería Doris Grisgun Identidad Profesional, Humanismo y Desarrollo Tecnológico. ed. 1992. México, D.F. Pág. 6.
- Francoise C. M. Encontrar El Sentido Original Del Cuidado Ed. 1998 Pág. 36
- Diccionario Enciclopédico REYMO, Ed. Trébol S.L. Barcelona, España, 2004 Pág. 15
- El proceso de enfermería, ENEO, UNAM, Pág. 73
- Linda D. Urden. Cuestiones legales y éticas. Pág. 10.
- Diccionario Enciclopédico Universal. Edición 1994. Editorial Cultural S.A. de CV., Madrid España. Pág. 271.
- Ann Marriner. El Manual Moderno S.A. de C.V. 2ª edición, México D.F. Pág. 10.
- Método Científico Y Proceso de Enfermería. UNAM, ENEO Impresión 2003, Pág. 185.
- Diagnósticos Enfermeros Definición y Clasificación. Pág. 252.