



Universidad Veracruzana

UNIVERSIDAD VERACRUZANA

EVIDENCIAS DE APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS DE ESTUDIANTES EN EL DISEÑO INSTRUCCIONAL IMPLEMENTADO EN LA EXPERIENCIA EDUCATIVA DE SERVICIO SOCIAL

EJEMPLO 8

“PROCESO DE ENFERMERIA”

CASO CLÍNICO

Paciente del sexo femenino de nombre Concepción Sánchez de 48 años de edad, con secundaria terminada y se dedica al hogar, su religión es católica.

Las abuelas de Concepción padecían sobrepeso y su abuelo era diabético al igual que su tía que padece de diabetes e hipertensión.

Concepción padece de obesidad, su peso es de 125 kg y mide 1.58 cm, además de tener altos los niveles de colesterol, refiere desayunar hot dogs, tacos, picadas y quesadillas, en la cena consume cereal, hamburguesas.

No realiza ningún tipo de ejercicio y presenta entumecimiento y calambres en extremidades inferiores, se fatiga y tiene dificultad al respirar cuando camina, además de sufrir dolores en los tobillos.

Solo duerme 6 hrs diarias y hay presencia de bostezos y cansancio, las medidas que toma para conciliar el sueño son ver televisión o leer.

<p>Patrón sueño/descanso: -Duerme 6 hrs. Diarias. -Presencia de bostezos.</p> <p>Patrón cognitivo/perceptual: -Dolor en pierna izquierda y calambres.</p>	<p>ejercicios. -Fatiga y disnea al realizar actividades.</p>		
---	--	--	--

II.- ETAPA DE DIAGNOSTICO

Diagnostico de Enfermería:

Alteración en el mantenimiento de la salud R/c sedentarismo y dieta hipocalórica M/p niveles altos de colesterol y problemas circulatorios.

III.- ETAPA DE PLANEACIÓN

PLAN DE CUIDADOS

Objetivo: Concepción controlara sus niveles de colesterol con la ayuda de un régimen terapéutico adecuado y realizara ejercicios cinco veces a la semana.

ACCIONES	FUNDAMENTACIÓN
<p>-Enseñar al paciente lo esencial sobre una ingesta nutritiva y equilibrada.</p> <p>-Fomentar el control médico para checar los niveles de colesterol.</p> <p>-Realizar actividades físicas.</p> <p>-Sustituir alimentos ricos en grasa por otros con poca grasa.</p> <p>-Elaborar una dieta adecuada de acuerdo a las necesidades del paciente.</p>	<p>1.- Evitan que las grasas se acumulen en las arterias y disminuye la luz.</p> <p>2.- Así se podrá verificar si se está llevando una dieta adecuada.</p> <p>3.- Esto conlleva a un aumento del gasto cardiaco y del déficit de calorías en las personas que siguen un régimen dietético.</p> <p>4.- Esto evita el aumento de la grasa corporal.</p> <p>5.- se puede lograr una perdida necesaria de lípidos para bajar de peso.</p>

IV.- ETAPA DE EVALUACIÓN: Concepción controlara sus niveles de colesterol y mantendrá una vida activa y una dieta adecuada.

Diagnostico de Enfermería:

Alteración en el patrón de sueño R/c dolor en las extremidades, calambres y estrés M/p pocas horas de sueño y fatiga.

PLAN DE CUIDADOS

Objetivo: Concepción con la ayuda de algunas alternativas mejorara su estado del sueño.

ACCIONES	FUNDAMENTACIÓN
<p>-Animar a la paciente a realizar alguna de las siguientes actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Recomendar las actividades fisioterapéuticas. b) Baño caliente antes de acostarse. c) Material de lectura. d) Masajes. e) Leche tibia. f) Música relajante. g) Tomar una postura adecuada y correcta colocación de las articulaciones. <p>-Enseñar a la paciente a identificar los posibles distractores del sueño como son: Ruidos. El café, alcohol y tabaco.</p> <p>-Fomentar el equilibrio entre actividad y reposo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1.- La práctica de actividades fisioterapéuticas favorece a la relajación y con ello el sueño. 2.- La leche tibia contiene L- triptófano que es un inductor del sueño. 3.- La lectura y la música favorece a la relajación y el sueño. 4.- Los masajes en la espalda y en las piernas liberan la tensión en los músculos y brinda confort y relajación. 5.- El tomar una postura adecuada apoyándose con las almohadas brindan mayor soporte en la columna y mayor descanso. 6.- La cafeína y la nicotina estimulan los despertares nocturnos 7.- Los ruidos trastornan el sueño.

IV.- ETAPA DE EVALUACIÓN: Concepción mejoro su estado de sueño y se muestra más descansada y relajada. .

Diagnostico de Enfermería:

Intolerancia a la actividad R/c vida sedentaria M/p fatiga, disnea y debilidad.

PLAN DE CUIDADOS

Objetivo: La paciente mostrara una mejor tolerancia a la actividad física con la ayuda de ejercicios adecuados.

ACCIONES	FUNDAMENTACIÓN
<p>-Explicar las actividades y los factores que aumentan la demanda de oxígeno. a) Exceso de peso.</p> <p>-Recomendar hacer ejercicio 30 minutos (caminar, estiramientos).</p> <p>-Valorar el nivel actual de funcionamiento del paciente y en base a ello desarrollar un plan de ejercicio.</p> <p>-Fomentar alternancia de actividades y descanso.</p> <p>- Fomentar una alimentación ligera por la noche para facilitar el descanso.</p>	<p>1.- El exceso de peso aumenta la resistencia periférica, que a la vez incrementa la carga de trabajo cardiaco.</p> <p>2.- El ejercicio ayuda a la persona a lograr una resistencia cardiovascular y respiratoria así como a reducir peso.</p> <p>3.- Por medio del ejercicio gradual y regular estos músculos están más acondicionados y la persona puede realizar más actividades sin tanta dificultad para respirar.</p> <p>4.- El descanso suministra al cuerpo intervalos de bajo gasto de energía.</p> <p>5.- Las raciones pequeñas requieren menos oxígeno y energía para ser digeridos y facilitan los movimientos descendentes del diafragma durante la inspiración.</p>
<p>IV.- ETAPA DE EVALUACIÓN: La paciente mostro tolerancia al realizar alguna actividad física.</p>	

EVIDENCIAS

Paciente Concepción Sánchez de 48 años tomándole sus datos.





EVIDENCIAS DE PLÁTICAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

En estas fotos se muestra a mi compañera y a mí dando platicas sobre la Influenza A H1N1.







