**FACULTAD DE Ciencias Médicas**

**“10 de Octubre”**

**GUIA DE ESTUDIO INDEPENDIENTE**

**CARRERA: ETP**

**ASIGNATURA: FUNDAMENTOS DE ENFERMERÍA**

**PROFESORA:** Msc Anayda Lafargue Petell

**Estimados estudiantes:**

En sus manos ponemos este instrumento de trabajo que tiene como objetivo fundamental orientar las diferentes tareas que son necesarias para realizar un estudio eficaz que les permitan lograr el dominio de los conocimientos y habilidades de la Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría, imprescindibles para el mejor desempeño de la labor como profesionales de la salud. Así mismo, los autores pretenden vosotros adquieran las competencias necesarias para atender a las personas con enfermedades mentales y a sus familias en el medio comunitario, teniendo en cuenta las cuestiones éticas y legales que median en el proceso de cuidado.

Este tipo de enseñanza exige de ustedes la utilización de estrategias de aprendizaje que faciliten el estudio y hagan más eficiente el proceso de interiorización de la información que debe asimilar. Por ello, le proponemos una estrategia de estudio que se describe a continuación:

1. Luego de recibir la orientación del profesor y la guía de la unidad temática, lea e intente comprender los objetivos docentes de la misma. Los objetivos son las habilidades que usted debe lograr al finalizar el trabajo. Señala el camino a recorrer por sí mismo; la habilidad que debe formar y desarrollar al finalizar cada unidad temática.
2. Busque los textos que debe estudiar y localice en ellos la información que debe aprender.
3. Haga una lectura rápida de todo el material que se le indica en la guía, para tener una visión general de la temática que se trata.
4. Haga una nueva lectura, esta vez más lenta, por tópicos, epígrafes o acápites.
5. **Vuelva a leer** los **objetivos** y **analice** si ha comprendido lo que se pretende que usted sea capaz saber hacer.
6. **Realice** las actividades de **autocontrol**.
7. **Aclare sus dudas** con el profesor en el próximo encuentro.
8. **La bibliografía:** Básica y Cualquier otra bibliografía complementaria se orientará a través del nombre completo del texto, autores.

**Tema**: Unidad 4: Necesidades básicas durante el ciclo de vida.

**Objetivos:**

1. Identificar las necesidades básicas durante el ciclo de vida.
2. Establecer prioridades para la satisfacción de las necesidades básicas según la pirámide.
3. Realizar cuidados, matutinos, vespertinos y aseo de las cavidades
4. Relacionar los distintos tipos de baños.
5. Identificar los grupos de alimentación.
6. Caracterizar los distintos tipos de dietas.
7. Identificar los alimentos que integran los grupos básicos de alimentación.
8. Mencionar los factores que influyen en la aceptación de los alimentos
9. Aplicar los principios científicos de enfermería al satisfacer las necesidades nutricionales.

**Contenido:**

**4.1** Naturaleza de las necesidades. Necesidades básicas durante el ciclo de vida. Necesidades. Pirámide. Necesidades de seguridad y auto estimación durante el ciclo de vida.

**Tema: 4.2 Higiene personal.**

**4.2.1** Higiene personal, definición, objetivos, métodos para obtener la higiene personal.

**4.2.2** Cuidados matutinos y vespertinos. Aseo de cavidades. Definición. Objetivos. Equipo, Procedimiento.

**4.2.3** Uso de la cuña y urinario masculino. (Pato). Definición. Objetivos. Precaución. Equipo y Procedimiento.

**4.2.4** Baño higiénico. Definición. Objetivos. Distintos tipos de baños.

**Tema: 4.3 Necesidades Nutricionales.**

**4.3** Nutrición, alimentos y nutrientes. Conceptos y diferencias. Grupos básicos de alimentación. Clasificación. Alimentos que lo integran. Funciones de los grupos básicos de la alimentación.

**4.3.1** Dieta normal balanceada. Definición. Importancia de la alimentación del hombre sano y enfermo.

**4.3.2** Factores que influyen en la aceptación de los alimentos.

Dieta terapéutica, definición, tipos de dieta, terapéuticas, importancia de la dieta terapéutica para la persona enferma. Orientaciones al paciente y familiar sobre la nutrición

**4.3.3** Alimentación. Concepto. Clasificación. Administración de la alimentación a niños y adultos conscientes con afecciones que limitan sus movimientos: Cucharita, biberón y absorbente. Definición. Objetivos. Precauciones. Equipo. Procedimiento.

**Bibliografía:**

1. Manual de Procedimiento de Enfermería. Amparo Magaly Castro.

Tema 4.1 pag,32-38.

Tema 4.2 pág.107-181.

**Desarrollo del tema 4.3.**

La **nutrición** es la ingesta de alimento en relación a las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud.

La **nutrición** se refiere a los nutrientes que componen los alimentos, implican los procesos que suceden en tu cuerpo después de comer, es decir la obtención, asimilación y digestión de los nutrimientos por el organismo.

En pocas palabras podríamos decir que la **nutrición** el conjunto de funciones orgánicas que transforman los alimentos para obtener las energías necesarias para el organismo.

**Nutrientes:** Compuestos químicos (como las proteínas, las grasas, los carbohidratos y las vitaminas o los minerales) que forman parte de los alimentos. El cuerpo utiliza estos compuestos para crecer y funcionar.

**Alimento:** cualquier sustancia normalmente utilizada por seres vivos con fines nutricionales, sociales, físico, salud y psicológico, es decir, alimento es aquello que los seres vivos comen y beben para su subsistencia. Estos pueden ser capaces de proporcionarnos tanto nutrientes como no nutrientes.

**Clasificación de los alimentos.**

1. **Según su origen**.
2. Orgánicos: no intervienen sustancias químicas como los herbicidas, pesticidas o fertilizantes. Estos alimentos son cultivados, criados y procesados utilizando métodos naturales.
3. Inorgánicos: son aquellos que tienen un origen mineral, por ejemplo, el agua y las sales minerales.
4. **Según su composición química**.
5. Grasos y lípidos: las grasas de origen animal y vegetal (aceite de soya, aceite de girasol)
6. Carbohidrato o glúcidos: cereales (Maíz, arroz, trigo), azucares, pastas, miel, harina, chocolate, pan, patatas, Verduras y frutas.
7. Proteínas. Alimentos de origen animal (carne, leche y sus derivados, huevo, pescado…) y vegetal (cereales, trigo arroz, maíz, leguminosas…)
8. Vitaminas: cítricos, frutas
9. **Según su función en el organismo.**
10. Energéticos: compuestos por carbohidratos y grasas.
11. Reguladores: compuestos por minerales (alimentos con hierro como frutos secos, carne de res), alimentos con fibras como (granos y legumbres) y alimentos con potasio como(plátano).
12. Reparadores, se encargan de regenerar los tejidos del cuerpo (pescado, carne roja, frutos secos, legumbres, hortalizas, vegetales, frutas generales, cereales, granos y derivados de los alimentos de origen vegetal).
13. **Según el sabor**.
14. Alimentos amargos
15. Alimentos dulces
16. Alimentos ácidos
17. Alimentos salados
18. Alimentos agradables

**Función de los Grupos básicos de alimentación.**

* **Proteínas:** participan en la formación de estructuras orgánicas.
* **Glúcidos:** Fuente principal de energía del organismo.
* **Lípidos:** contribuyen a formar estructuras orgánica fuente importante de reserva en al organismo.
* **Vitaminas**: actúan como catalizadores del metabolismo celular.
* **Sales minerales**: forman pate de la estructura del cuerpo. Influyen en diversos procesos del organismo, componente principal del organismo.
* **Agua**: componente principal del organismo. Actúa como solvente de otras sustancias, facilita el transporte de reacciones químicas de los procesos metabólicos.

**Dieta**: Habito alimenticio de una persona.

**La dieta humana se considera equilibrada** si aporta los nutrientes y energía en cantidades suficientes que permiten mantener las funciones del organismo en estado óptimo físico y mental.

**Alimentación:** es la ingestión de alimentos por parte de los organismos para proveerse de sus alimenticias, fundamentalmente para conseguir energía y desarrollarse.

La **alimentación** es un aspecto fundamental de la vida humana ya que nos ayuda a cumplir con las necesidades de crecimiento, obtención de energía y buena salud aportando los nutrientes necesarios al organismo.

**Factores que influyen en la aceptación de los alimentos**.

* Mal hábito alimenticio
* Anorexia, mala elaboración, alteración del gusto, cocción de los alimentos inadecuado.
* Presentación de los alimentos.
* Alimentación, administración durante procesos dolorosos o cura desagradable.
* Alteración del metabolismo.
* Manipulación de los alimentos con mala higiene.
* Ambiente desagradable durante las comidas.
* Inapetencia (poco apetito)

**Dieta Terapéutica**: es la dieta que necesita el **individuo enfermo** para el mantenimiento de los procesos vitales. Se aplica cuando hay que satisfacer el requerimiento específico para una enfermedad.

**Ejemplos de tipos de dietas terapéutica.**

* Libre: Normal
* Dieta libre de gluten diseñada para la enfermedad celiaca.
* Dieta Hipo sódica: baja en sal, para personas hipertensas.
* Dieta baja en purina, para evitar niveles de ácido úrico en sangre.
* Dieta proteica: baja en hidratos de carbono.
* Dieta hipo graso: baja en grasa.
* Dieta hipocalórica: baja en calorías.
* Dieta blanda.
* Dieta líquida.

**Características de la dieta.**

1. Variada: incluye los diferentes tipos de alimentación.
2. Completa: contenga los nutrientes básicos.
3. Equilibrada: que contenga todos los nutrientes en determinado por ciento.
4. Suficiente: la cantidad cubra las exigencias calóricas del organismo.
5. Adecuada: tener en cuenta edad, actividad física

**Tareas a realizar para el estudio independiente:**

Investiga en qué consisten las distintas formas para la alimentación a niños y adultos conscientes con afecciones que limitan sus movimientos: Cucharita, biberón y absorbente. Explique su objetivo.

**Trabajo independiente evaluativo para entregar por escrito en formato individual**.

En el servicio de respiratorio del hospital Clínico- Quirúrgico del municipio 10 de octubre acude un paciente masculino, de 50 años de edad por presentar abundantes secreciones, disnea, además le refiere no tener apetito, sentirse incomodo por no poder dormir y preocupado porque se siente muy solo ya que no tiene familia. La enfermera le administra un aerosol de salbutamol con Suero fisiológico, le brinda fisioterapia respiratoria y le explica la importancia de cumplir con la dieta que le oriento el médico para su alimentación.

1. Identifique del protocolo anterior 5 necesidades afectadas en este paciente.
2. Establezca el orden de prioridad según la pirámide.
3. Mencione los tipos de dietas.
4. ¿Qué importancia tiene la dieta terapéutica para una persona enferma?
5. ¿Cómo se clasifican los grupos básicos de alimentación?
6. Relacione las funciones de los grupos básicos de alimentación.
7. Mencione los factores que influyen en la aceptación de los alimentos