



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA  
FACULTAD DE ENFERMERIA  
CÁTEDRA DE ADULTO Y DEL ANCIANO



# CANASTAS DE CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN PRIMER NIVEL DE ATENCIÓN DIRIGIDA A LA POBLACIÓN MAYOR

**Autoras:**

Maria Eugenia Correa  
Luis Faria  
María Angélica Fernández  
Romina Mizukami  
Karen Rivero

**Tutores:**

Prof. Agdo. Isabel Silva

Facultad de Enfermería  
BIBLIOTECA  
Hospital de Clínicas  
Av. Italia s/n 3er. Piso  
Montevideo - Uruguay

Montevideo, 2012

## **SIGLAS**

ADA (American Diabetes Association)

BiUR (Bibliotecas de la Universidad de la Republica)

DeCS Descriptores en Ciencias de la Salud.

DM 1 (Diabetes Mellitus tipo 1)

DM 2 (Diabetes Mellitus tipo 2)

INE (Instituto Nacional de Estadística)

MSP (Ministerio de Salud Pública)

NANDA (North American Nursing Diagnosis Association).

MEDLINE. Medical Literature Analysis and Retrieval System Online.

OMS (Organización Mundial para la Salud)

OPS (Organización Panamericana de la Salud)

SciELO (Scientific Electronic Library Online [Biblioteca Científica Electrónica en Línea]).

TIMBÓ (Trama Interinstitucional y Multidisciplinaria de Bibliografía On-line)

## **INDICE**

Siglas	Pág. 2
Índice	Pág. 3
Resumen	Pág. 4
Abstract	Pág. 6
Título de la Investigación	Pág. 8
Objetivo General y Específico	Pág. 8
Introducción	Pág. 9
Marco Teórico	Pág. 10
Metodología	Pág. 18
Canasta de Cuidados de Enfermería para Pacientes con Diabetes	Pág. 21 – 47
o Introducción	Pág. 21
o Propósito	Pág. 22
o Definición	Pág. 22
o Clasificación	Pág. 22
o Criterios Diagnósticos.	Pág. 23
o Diagnósticos de Enfermería Estandarizados, NOC y NIC	Pág. 24
Presentación de Resultados y Conclusiones	Pág. 48
Recomendaciones Finales	Pág. 49
Bibliografía	Pág. 51
Anexos	Pág. 55

## **RESUMEN**

La autoría de esta tesis de investigación final de grado, pertenece a un grupo de cinco estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la Universidad de la Republica, que desarrollamos en la cátedra de Adulto y Anciano trabajo de investigación final de grado, en el periodo mayo 2011 julio 2012 en Montevideo-Uruguay.

El presente trabajo pretende describir un conjunto de cuidados pre-establecidos para el profesional de enfermería, referidos a las enfermedades no transmisibles prevalentes de mayor grado de interés, para el sector de Adulto Mayor en Uruguay.

Para conformar el perfil de salud del adulto mayor se utilizaron los datos estadísticos poblacionales epidemiológicos del Uruguay, revisados en el año 2011, de organismos nacionales e internacionales.

En base a los resultados se obtiene que las enfermedades más prevalentes en Uruguay son: Diabetes, Hipertensión, y Obesidad.

Actualmente no existe un concepto globalizado y centralizado en lo referente a “Canastas de Cuidados para Adultos Mayores en Uruguay”.

Dando respuesta a ello se realizaron Canastas de Cuidados para el abordaje de enfermería en la consulta asistencial para las enfermedades mencionadas

El método de estudio fue, búsqueda bibliográfica y revisión avanzada, mediante tesoro virtual DeCS.

Para describir los planes de cuidados se utilizó la taxonomía N.A.N.D.A., dado que es una sociedad reconocida, que tiene como cometido estandarizar la atención de enfermería. En dichos planes se encuentran los diagnósticos, resultados (NOC) e intervenciones (NIC) de enfermería.

Para sustentar nuestro trabajo utilizamos el Modelo de Adaptación de la teoría de Callista Roy dado que contempla al hombre como un ser Bio-Psico-Social y lo define como un sistema vivo en constante interacción adaptándose a nuestro estudio de Canastas de Cuidados.

Se hace necesario tener en cuenta la Ley N° 18.815 aprobada el 14 de octubre de 2011, en la cual el Artículo 1° contempla la definición de Enfermería del Plan 1993 de la Universidad de la Republica, Facultad de Enfermería; de esta manera ampara y da crédito jurídico a la enfermería universitaria, reconociéndola como una profesión prestadora de servicios con un método propio como lo es el Proceso de Atención de Enfermería. Esto contribuye positivamente en nuestro desempeño y evolución de la enfermería independiente.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.  
Enfermería profesión independiente*

**Palabras clave:** Situación de salud Uruguay, Enfermedades Crónicas, Anciano, atención primaria de salud, Enfermería Profesión Independiente, Canasta de Cuidados, Nursing Care, NANDA, Diabetes, Hipertensión, Obesidad.

## **ABSTRACT**

The authorship of this final research thesis degree, belongs to a group of five students from Bachelor of Nursing at the University of the Republic, which developed in the department of Adult and Elder final research paper grade, in the period May 2011 July 2012 in Montevideo, Uruguay.

This paper aims to describe a set of pre-arranged care for the nurse, referring to non-communicable diseases prevalent greater interest for the Elderly sector in Uruguay.

To shape the health profile of the elderly were used epidemiological population statistics of Uruguay, revised in 2011, national and international agencies.

Based on the results obtained that the most prevalent diseases in Uruguay are: Diabetes, Hypertension, and Obesity.

There is currently no centralized global concept regarding "Baskets of Care for Older Adults in Uruguay."

In response to that care baskets were made to approach the consultation nursing care for the diseases mentioned

The study method was advanced literature search and review by virtual MeSH thesaurus.

To describe care plans used the NANDA taxonomy, since it is a recognized society, which has the task to standardize nursing care. These plans are the diagnostic results (NOC) and interventions (NIC) in nursing.

To support our work we use the Adaptation Model Callista Roy's theory as contemplated by man as a Bio-Psycho-Social and defines it as a living system in constant interaction adapted to our study of Baskets of Care.

It is necessary to take account of the Law No. 18 815 adopted on October 14, 2011, in which Article 1 provides for the definition of Nursing Plan 1993 from the University of the Republic, School of Nursing; thereby protects and credits legal nursing college, recognizing it as a profession provides services with a proprietary method such as the Nursing Care Process. This contributes positively to our performance and independent evolution of nursing.

Keywords: Situation of health Uruguay, Chronic Diseases, Aged, First Level of Care, Care Basket, Independent Nursing Profession, Nursing Care Planning, Hypertension, Diabetes Mellitus, Obesity.

**Título de la investigación:**

Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.  
Enfermería profesión independiente

**Objetivo General:**

- Describir el conjunto de cuidados de enfermería (Canastas de Cuidados) destinado a la población Adulto Mayor, con problemas de salud crónicos prevalentes.

**Objetivos Específicos:**

- Conocer aquellos problemas de salud prevalentes que afectan a dicha población.
- Describir un conjunto de cuidados estandarizado para aquellas enfermedades crónicas prevalentes de mayor grado de interés en Uruguay.

## **INTRODUCCION:**

Somos un grupo de cinco estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la Facultad de Enfermería de la Universidad de la Republica, que desarrollamos en la Cátedra de Adulto y Anciano la tesis de investigación final de grado, en el periodo mayo 2011 julio 2012 en la ciudad de Montevideo.

El presente trabajo pretende describir un conjunto de cuidados pre-establecidos para el profesional de enfermería, referidos a las enfermedades crónicas prevalentes de mayor grado de interés, para el sector de Adulto Mayor en Uruguay.

Con la finalidad de describir cuales son las actividades que los enfermeros realizamos en forma independiente es que nos basamos en la búsqueda bibliográfica y revisión avanzada para conocer los antecedentes sobre otros estudios con características similares.

Actualmente no existe un concepto globalizado y centralizado en lo referente a “Canastas de Cuidados para Adultos Mayores en Uruguay”. Esto conlleva a que no se trabaje con un cuerpo estandarizado de diagnósticos de enfermería en la asistencia diaria.

Tomando como antecedentes los diagnósticos NANDA, definimos canastas de cuidados, las agrupamos por patologías, en este caso describimos las que más afectan la salud de los ancianos en Uruguay. Luego trabajamos con los planes de cuidados donde se encuentran los diagnósticos NANDA, resultados (NOC) e intervenciones (NIC).



## **MARCO TEÓRICO:**

### **Antecedentes - Marco Mundial**

Las enfermedades no transmisibles, como las cardiovasculares o respiratorias, son la principal causa de mortandad en el mundo, responsables del 63% de los 57 millones de muertes totales que se registraron en 2008, según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

*"La mayoría de estos 36 millones de muertes se deben a patologías cardiovasculares o respiratorias, diabetes o cáncer", señaló la responsable del departamento de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud de la OMS, Leanne Riley, en la presentación en Ginebra del informe, en el que figura el perfil de los 193 países miembros de la OMS en relación con estas enfermedades.*

Las enfermedades cardiovasculares fueron las responsables del 48% de esas muertes, el cáncer del 21%, los problemas respiratorios del 12% y la diabetes del 3%.

El motivo por el cual estas enfermedades son la principal causa de mortandad en el mundo es porque en los últimos treinta años se ha impuesto un estilo de vida mucho más sedentario y cambios en la dieta, en la que predominan los azúcares, las grasas saturadas y la sal, lo que provoca problemas de salud como colesterol, tensión alta y altos niveles de azúcar en sangre.

En los países en desarrollo este tipo de enfermedades se suelen detectar más tarde y los tratamientos no siempre están al alcance de todo el mundo, por lo que los más perjudicados suelen ser los sectores más pobres de la población.

Sin embargo, no se trata sólo de cambiar hábitos, ya que en los países más pobres, a menudo, resulta mucho más barato comer comida basura, con alto contenido en sales y grasas saturadas, que adquirir frutas y verduras en los mercados, matizó el responsable de la OMS.<sup>1</sup>

En toda nuestra carrera como profesionales de Enfermería trabajamos en relación al Proceso Salud Enfermedad, que constituye un producto social, el cual se distribuye en las sociedades según el momento histórico y cultural en que el hombre se encuentra, existiendo grados de salud en la enfermedad y grados de enfermedad en la salud, y es un derecho de todos los seres humanos.

Reconociendo la importancia que tienen los factores mencionados se busca enfatizar en la salud desde la prevención y la promoción. Al tratar con pacientes con patologías crónicas como lo son Diabetes, Hipertensión y Obesidad, en estos la prevención se basa en evitar sus consecuencias o secuelas, así como trabajar con los factores de riesgo existentes en el medio. La promoción y prevención de salud se podrá abordar con las canastas de cuidados

---

<sup>1</sup> Organización Panamericana de la Salud - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://new.paho.org/uru>. Nota: "La muerte no llega mayormente por contagio".

## *Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

### *Enfermería profesión independiente*

destinadas a educar a la población objetivo y especialmente a las familias de estos usuarios para que aumenten el grado de control sobre su propia salud y mejoren su situación actual, contribuyendo positivamente así sobre su proceso salud-enfermedad.

#### **Antecedentes - Marco Nacional**

Las enfermedades no transmisibles son la principal causa de morbilidad en Uruguay.

También son el origen de la mayor parte de las discapacidades que presentan los individuos y que incrementan sus necesidades asistenciales. En Uruguay son responsables de más del 70% de las defunciones.

Las enfermedades del aparato circulatorio representan casi el 42% de las principales causas, seguidas por los tumores (30%) y las enfermedades del aparato respiratorio (12,5%). Finalmente, con un 5,39% se encuentran las enfermedades del Sistema Nervioso Central (SNC).<sup>2</sup>

#### **Marco Demográfico - Epidemiología (Adulto y Anciano)**

El envejecimiento demográfico es un proceso irreversible que están atravesando la mayoría de las poblaciones del mundo. Salvo el continente africano y algunas sociedades asiáticas, gran parte de los países se están enfrentando a esta situación. En el contexto latinoamericano la transición demográfica ha tenido un perfil diferente, más acelerado y heterogéneo.

América Latina se encuentra, a principios del siglo XXI, atravesando una situación que en el corto plazo tiende al envejecimiento demográfico, a pesar de las diferencias de desarrollo del proceso en los distintos países. Cabe señalar que Uruguay es el país latinoamericano más envejecido.<sup>3</sup>

Uruguay constituye actualmente uno de los países más envejecidos en el continente Americano, con un 17% de su población mayor de 60 años, de los cuales el 13,4 % es mayor de 65 años.

Dentro de ellos el subgrupo que crece más aceleradamente es el de mayores de 75 años (envejecimiento del envejecimiento), es decir aquellos con mayor demanda de cuidados y mayor probabilidad de pérdida de autonomía

Para el año 2025, las proyecciones prevén que esta población alcance el 20% y que los mayores de 75 años constituirán el 40% del grupo etario (375.000 individuos).

Los mayores de 80 años ya constituyen 3% de esta población, superan la media de la región del Cono Sur y los centenarios ya constituyen un grupo que supera los 400 individuos en todo el territorio nacional.

El 30% de los adultos mayores padece tres o más enfermedades crónicas, lo que aumenta

---

<sup>2</sup> Ministerio de Salud Pública, Dirección General de la Salud, División Epidemiología; 1ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles; Montevideo, Marzo de 2009.

<sup>3</sup> Paredes M, Ciarniello M, Brunet N; Indicadores sociodemográficos de envejecimiento y vejez en Uruguay: una perspectiva comparada en el contexto latinoamericano, Montevideo, 2010

## *Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

### *Enfermería profesión independiente*

la probabilidad de desarrollar dependencia y el riesgo de efectos adversos a medicamentos.

Los estilos de vida no saludables tienen alta prevalencia y entre los adultos mayores, el 83% refiere sedentarismo y más del 50% padece diversos grados de sobrepeso y obesidad.

La prevalencia e incidencia de enfermedades mentales aumenta con la edad y en ello confluyen aquellos con patología mental previa que envejecen y quienes instalan enfermedades mentales en esta etapa de la vida.

Se incluyen en estos problemas los trastornos afectivos, las demencias, las psicosis, el abuso de sustancias (alcoholismo y fármacos) y problemas multifactoriales con impacto sobre la salud mental como el abuso, el maltrato y/o la negligencia en los cuidados.

Aproximadamente 10% de los adultos mayores en la comunidad tienen trastornos depresivos, situación que se incrementa en la población institucionalizada (15% a 35%) o internada en hospitales (10% a 20%).

Esta prevalencia crece en mayores de 80 años, afectando al 35% de los mismos.<sup>4</sup>

### **Concepto de Enfermería**

“Es una disciplina científica encaminada a fortalecer la capacidad reaccional del ser humano (persona-familia, grupo poblacional). La capacidad reaccional del Hombre está dada por la lucha continua del mismo por mantener su equilibrio con el medio; es una respuesta individual o grupal frente a alteraciones bio-psico-sociales. Enfoca la atención a través de un proceso integral, humano, continuo interpersonal, educativo y terapéutico en los diferentes niveles de atención: primaria, secundaria y terciaria.”<sup>5</sup>

### **Definición de Dimensión independiente de la enfermera**

“Es toda aquella acción que es reconocida legalmente como responsabilidad de Enfermería, y que no requiere la supervisión o dirección de otros profesionales. Son los Diagnósticos de Enfermería (D.E.)”<sup>6</sup>

Al definir las áreas, independiente e interdependientes de enfermería podemos reconocer nuestra área de trabajo autónoma en el primer nivel, para así describir el conjunto de intervenciones destinadas a trabajar y dar respuestas a las necesidades de salud de este grupo etéreo.

En cuanto al método enfermero es indiscutible su aprobación al igual que los diagnósticos de Taxonomía N.A.N.D.A usados a nivel internacional, es por eso que optamos por crear el pool de diagnósticos, acciones y sus indicadores de evaluación con escala de Likert.

---

<sup>4</sup> Ministerio de salud pública; dirección general de la salud; división salud de la población; programa nacional del adulto mayor; Uruguay 2005

<sup>5</sup> UDELAR. Facultad de Enfermería. Departamento de Educación. Plan de estudios 1993.

<sup>6</sup> Metodología de la Enfermería. Rosalinda Alfaro

A partir de 14 de octubre de 2011, es que se aprobó la Ley n° 18.815, en la cual en el Artículo 1° (ver anexo 1), se contempla la definición de Enfermería del Plan 1993 de la Universidad de la República, Facultad de Enfermería.

Este artículo primero de la ley 18.815 ampara y da crédito jurídico a la enfermería universitaria, reconociéndola como una profesión prestadora de servicios con un método propio como lo es el Proceso de Atención de Enfermería.

### **Definición de Canasta de Cuidados**

*“Se entiende por Canasta de Cuidados, al conjunto de cuidados pre-establecidos para el profesional de enfermería, referidos a una patología determinada”.*

En virtud de describir el conjunto de cuidados, se tomó como referencia a los contenidos en N.A.N.D.A. (North American Nursing Diagnosis Association - sociedad científica de enfermería cuyo objetivo es estandarizar el plan asistencial de enfermería), los cuales cuentan con el reconocimiento y aprobación a nivel internacional.

En dichos planes se encuentran los diagnósticos, resultados (NOC) e intervenciones (NIC).

### **NOC (Nursing Outcomes Classification)**

La Clasificación de Resultados de Enfermería (NOC) se trata de una clasificación exhaustiva y estandarizada de los resultados del paciente; desarrollada para evaluar los efectos de las intervenciones de enfermería

Se define como *“... una clasificación global y estandarizada de los resultados del paciente que puede utilizarse para evaluar los resultados de las intervenciones enfermeras”.*

Y un resultado se define como *“... un estado, conducta o percepción individual, familiar o comunitaria que se mide a lo largo de un continuo en respuesta a una intervención enfermera”.*<sup>7</sup>

Cada NOC tiene un nombre de identificación (etiqueta), una definición, un grupo de indicadores para evaluar el estado del paciente en relación al resultado y, una escala de medida de tipo Likert de cinco puntos.

Todos los elementos de ésta taxonomía están codificados, incluyendo las escalas de medición. Cada resultado tiene un código único de cuatro dígitos, los indicadores se codifican añadiendo dos dígitos más al código de su respectivo resultado (del 01 al 99) y las escalas van codificadas con letras.

---

<sup>7</sup> Interrelaciones NANDA, NOC Y NIC Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones. Ed. 2º, Elsevier.

### **NIC (Nursing interventions classification)**

La Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC) es la primera clasificación completa de los tratamientos que las enfermeras realizan.

Se define como “...clasificación global y estandarizada de intervenciones que realizan las enfermeras.”

Las NIC son las intervenciones que Enfermería se plantea a partir de las NOC.

Cada NIC presenta un nombre de identificación (etiqueta), una definición, y un grupo de actividades.

Todos los elementos de ésta taxonomía están codificados, donde cada intervención tiene un código único de cuatro dígitos, y las actividades se codifican añadiendo dos dígitos más al código de su respectiva intervención (del 01 al 99).

Y una intervención se define como “... cualquier Tratamiento, basado en el conocimiento y el juicio clínico, que realiza un profesional de enfermería para favorecer los resultados esperados del paciente/cliente. Las intervenciones enfermeras incluyen todas las intervenciones ejecutadas por las enfermeras, tanto los cuidados directos como los cuidados indirectos, dirigidos a los individuos, las familias o la comunidad, ya sean tratamientos iniciados por las enfermeras, por los médicos o por otros profesionales”.<sup>8</sup>

### **MODELO DE ENFERMERÍA**

En cuanto a Modelo de Enfermería se utilizó para el estudio de las Canastas de Cuidados el de Callista Roy, dado que contempla a la persona como un ser bio, psico, social en constante adaptación con el medio al igual que nuestra disciplina según definición de Plan de Estudios 1993.

Callista Roy contempla en su Modelo cuatro modos de adaptación: Fisiología, Autoconcepto, Dominio del Rol e Interdependencia; y tres tipos de estímulos: focal, contextual y residual.

El Modelo de Adaptación articula el rol de la enfermera independiente directamente con la adaptación; describiendo una serie de mecanismos, contemplando al paciente, meta de la enfermería a alcanzar, el estado de salud, y entorno como medio en el que el usuario está inmerso, así como los mecanismos de adaptación y la capacidad de resiliencia de las personas.

---

<sup>8</sup> Interrelaciones NANDA, NOC Y NIC Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones. Ed. 2º, Elsevier.

### **CALLISTA ROY. “MODELO DE ADAPTACIÓN”<sup>9</sup>**

Sor Callista Roy nació el 14 de octubre de 1939 en Los Ángeles, California.

-1963 se graduó como enfermera en el Mount Saint Mary's College en los Ángeles;

-1966 obtuvo un Master en Ciencias de la Enfermería por la Universidad de California en Los Ángeles; luego recibe un Master en Sociología en 1973 y posteriormente un Doctorado en Sociología en 1977 en la Universidad de California.

Trabajo como enfermera pediátrica, pudo observar el impactante nivel de adaptación de los niños, en base a esto construye un Modelo de Adaptación en 1968, dándose a conocer en 1970.

En 1964, Roy comenzó a trabajar en su modelo basándose en el trabajo de Harry Helson en psicofísica e influenciada por la capacidad de los niños para adaptarse a los cambios más significativos.

En 1976 publicó “Introduction to Nursing: An Adaptation Model”, en 1984 publicó nuevamente una versión revisada de su modelo.

El modelo de Roy es determinado como una teoría de sistemas con un análisis significativo de las interacciones. El modelo contiene cinco elementos esenciales: paciente, meta de la enfermería, salud, entorno y dirección de las actividades enfermeras.

Los sistemas, los mecanismos de afrontamiento y los modos de adaptación son utilizados para tratar estos elementos.

#### **Metaparadigma**

**Persona:** Es el receptor de los cuidados enfermeros; Roy afirma que el cliente tiene un rol activo en los cuidados. Es un ser biopsicosocial que interactúa constantemente con el entorno cambiante.

- a) Es un sistema que utiliza mecanismos de afrontamiento, innatos y adquiridos para enfrentarse contra los agentes estresantes.
- b) Puede ser un individuo, familia grupo, comunidad o sociedad.

**Entorno:** Roy lo define como todas las condiciones, circunstancias e influencias que rodean y afectan al desarrollo y a la conducta de las personas y los grupos.

- Consta de ambientes interno y externo que proporcionan entrada en forma de estímulos.

- Siempre está cambiando y en constante interacción con la persona.

---

<sup>9</sup> Marriner A, Raile M. Modelos y teorías en enfermería. 6ª ed. Madrid: Elsevier; 2007.

**Salud:** Roy la define como un proceso de ser y llegar a ser una persona integrada y total; la salud se considera como la meta de la conducta de una persona y la capacidad de la persona para ser un órgano adaptativo.

**Enfermería:** Es requerida cuando la persona gasta más energía en el afrontamiento dejando muy poca energía para el logro de las metas de supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio.

- Utiliza los cuatro modos de adaptación para incrementar el nivel de adaptación de una persona en la salud y la enfermedad.
- Realiza actividades que promueven respuestas de adaptación efectivas en las situaciones de salud y enfermedad.
- Es una disciplina centrada en la práctica dirigida a las personas y a sus respuestas ante los estímulos y la adaptación al entorno.
- Incluye valoración, diagnóstico, establecimiento de metas, intervención y evaluación.

### **Modos Adaptativos**

*“Los modos adaptativos, o efectores, son una clasificación de las formas de afrontamiento que presentan una actividad reguladora o cognitiva, es decir, fisiológica, de conocimiento de uno mismo, de función de rol y de interdependencia”.*

**Modo Fisiológico:** *“Las necesidades fisiológicas son las necesidades corporales básicas y las formas de hacer frente a la adaptación a la que se refiere a los fluidos y electrolitos, ejercicio y descanso, eliminaciones, nutrición, circulación y oxígeno y regulación, que incluye los sentidos, la temperatura y la regulación endocrina”.*

**Modo Autoconcepto:** *“El autoconcepto es el conjunto de opiniones y sentimientos que uno tiene sobre sí mismo en un momento dado. Se forma a partir de las percepciones, en particular de las reacciones de los demás y dirige la propia conducta. Sus componentes son: el yo físico, que afecta a la sensación y a la imagen corporal; el yo personal, constituido por la coherencia con uno mismo, el ideal o las expectativas de uno mismo y el yo moral o ético”.*

**Modo de la Representación del Rol:** *“La función de rol es la realización de las obligaciones basándose en las posiciones sociales. La forma en que uno representa un papel depende de la interacción de cada uno con el otro en una situación determinada...”.*

**Modo de Interdependencia:** *“El modo de interdependencia lo constituyen las relaciones de cada uno con los demás y con los sistemas de apoyo significativos...”.*

### **Nivel de Adaptación**

*“El nivel de adaptación de una persona es un punto en continua modificación, constituido por estímulos focales, contextuales y residuales, que representa el valor del rango de estímulos, propio de cada persona, con respecto al que se puede responder con respuestas adaptativas ordinarias”.*

**Estímulo Focal:** *“Un estímulo focal es el grado de modificación o de estímulo al que se enfrenta la persona de una forma más inmediata y hacia el que desarrolla una respuesta adaptativa, es decir, el factor que precipita la conducta”.*

**Estímulo Contextual:** *“Los estímulos contextuales son todos los demás estímulos presentes que contribuyen a la conducta que se ocasiona o precipita por medio del estímulo focal”.*

**Estímulo Residual:** *“Los estímulos residuales son los factores que pueden afectar a la conducta pero cuyos efectos no están validados”.*

### **SEGURIDAD DEL PACIENTE**

*“Los programas de garantía de calidad, la seguridad del paciente no es un modismo, ni un nuevo enfoque en los servicios de salud; sino, una responsabilidad profesional implícita en el acto del cuidado. Se debe preparar enfermeros que tengan una visión de su profesión como disciplina científica, que se preocupen por el bien fundamental de la humanidad y que sean capaces de brindar cuidados oportunos, de calidad y libres de riesgo”.<sup>10</sup>*

---

<sup>10</sup>[http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id\\_articulo=38604&id\\_seccion=2107&id\\_ejemplar=3982&id\\_revista=62](http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=38604&id_seccion=2107&id_ejemplar=3982&id_revista=62)



## **METODOLOGIA:**

El diseño metodológico para la elaboración del presente trabajo se basó en las estrategias y técnicas de investigación de búsqueda bibliográfica y revisión avanzada.

En primera instancia para la conformación de la tesis de grado, decidimos qué canastas de cuidados estudiar; la búsqueda fue sobre estudios epidemiológicos a nivel mundial y nacional acerca de las enfermedades crónicas más prevalentes que afectan la salud de los adultos mayores. Para relevar esta información se tomó como referencia los datos estadísticos poblacionales epidemiológicos del Uruguay revisados en el año 2011 publicados en el INE<sup>11</sup> (Instituto Nacional de Estadística), así como la información aportada por el M.S.P.<sup>12</sup> (Ministerio de Salud Pública), y OPS – Uruguay<sup>13</sup> (Organización Panamericana de la Salud, Capítulo Uruguay).

En base a los resultados se obtiene que las enfermedades más prevalentes en Uruguay son: Diabetes, Hipertensión, y Obesidad, sobre las que se confeccionaron “Canastas de Cuidados” de enfermería para adultos mayores.

Las variables que se utilizaron fueron: Adulto mayor, Enfermedades crónicas y Epidemiología.

### Operacionalización de las variables

#### **Variable Epidemiología**

-Definición conceptual: disciplina que estudia la distribución de una enfermedad o de una condición fisiológica en poblaciones humanas y de los factores que influyen en esa distribución.

-Definición operacional: Incidencia – Prevalencia – Tasa de Mortalidad

-Nivel de medición: cuantitativa, nominal.

#### **Variable Adulto Mayor**

-Definición conceptual: La OMS define Adulto Mayor (AM), a la persona mayor de 65 años y a partir de 1982 introduce el concepto de funcionalidad en este grupo etario, definiendo el estado de salud entre los envejecidos, no en términos de déficit, sino de mantenimiento de la capacidad funcional<sup>14</sup>.

-Definición operacional: Anciano Joven (60 a 75 años de edad) – Anciano Viejo (75 a 85 años de edad) – Anciano Anciano (>85 años de edad).

-Nivel de medición: cuantitativa, ordinal.

---

<sup>11</sup> [www.ine.gub.uy/](http://www.ine.gub.uy/)

<sup>12</sup> [www.msp.gub.uy](http://www.msp.gub.uy)

<sup>13</sup> [www.paho.org/uru/](http://www.paho.org/uru/)

<sup>14</sup> [www.oms.org](http://www.oms.org)

### **Variable Enfermedades Crónicas**

-Definición conceptual: “enfermedad que se mantiene durante un periodo largo de tiempo en comparación con la evolución de los procesos agudos. Los síntomas de la enfermedad crónica suelen ser menos llamativos que los de la fase aguda del mismo proceso y pueden dar lugar a incapacidades totales o parciales”.<sup>15</sup>

-Definición operacional: Diabetes, Hipertensión y Obesidad .

-Nivel de medición: Cualitativa, Nominal.

Una vez conocidos estos datos, se realizó una búsqueda sobre antecedentes de otras investigaciones con la temática de “Canastas de Cuidados”, no obteniendo resultados de hallazgos, es que decidimos crear las mismas, en la cual el Universo de Estudio lo conformaron los buscadores digitales y bibliotecas electrónicas: BiUR, Google Académico, MEDLINE, SciELO, y TIMBO.

Luego, decidimos cómo conformar las Canastas de Cuidados. Para la búsqueda utilizamos las siguientes palabras claves: Situación de salud Uruguay, Enfermedades Crónicas, Anciano, atención primaria de salud, Enfermería Profesión Independiente, Canasta de Cuidados, Nursing Care, NANDA, Diabetes, Hipertensión, Obesidad.

Para ello, accedimos a la Biblioteca Virtual de la Salud y nos basamos en el tesoro DeCS, herramienta de representación y recuperación de información, que es utilizado al analizar la problemática de traducir los conceptos y sus relaciones, de igual forma como se expresan en los documentos de investigación publicados, con el uso de un lenguaje científico, de mayor precisión y sin ambigüedades.

Nuestra Muestra la conformaron 57 Artículos Científicos, de los cuales para la unidad de análisis fueron 12 artículos para la Canasta de Diabetes, 11 artículos para la Canasta de Hipertensión y 10 artículos para la Canasta de Obesidad.

Como criterios de inclusión, se seleccionaron artículos de divulgación científica de un período menor o igual a 5 años desde el inicio de nuestro trabajo de investigación final, entre los que se hallaron libros y/o manuales-guías, revistas, publicaciones y tesis académicas, con temática epidemiológica, sociodemográfica, medica y de enfermería.

La población de estudio consistió en adultos mayores (edad 65 años y más) con enfermedades crónicas, de interés diabetes, hipertensión y obesidad.

Los idiomas elegidos español e inglés.

Para la confección de las Canastas de Cuidados se utilizó la taxonomía N.A.N.D.A., dado que es una sociedad reconocida internacionalmente, y tiene como cometido estandarizar la atención de enfermería, objetivo en común con esta investigación.

Para ello, el trabajo se basó en el libro NANDA INTERNACIONAL, NANDA diagnósticos enfermeros 2009-2011 definiciones y clasificación. Ed. 2010, Nueva York: Elsevier; 2010. De todos los diagnósticos de Enfermería que presenta, se hizo una selección según las patologías trabajadas. Luego, se seleccionó las NOC y NIC a utilizar según éstos diagnósticos; mediante el libro, Interrelaciones NANDA, NOC Y NIC

---

<sup>15</sup> Diccionario de Medicina, Océano Mosby ISBN: 978-84-7555-074-9

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones; y una herramienta guía, como lo es la página web de NANDA<sup>16</sup>, donde se tuvo que realizar un usuario que permitió el acceso. Allí se encuentran todos los diagnósticos de Enfermería, Resultados (NOC) con sus indicadores y escalas de medición Lickert, e intervenciones (NIC) con todas sus actividades.

Las NOC son los objetivos o resultados que se quiere lograr luego de aplicar el plan en el paciente. Según cada NOC, que presenta sus indicadores con su escala de medición Lickert; se realizó una selección de NIC, que son las intervenciones que Enfermería se va a proponer para lograr los resultados que se esperan en el paciente para esa canasta, y de las actividades, que son como los pequeños pasos para llevar a cabo las mismas.

Luego, de las intervenciones (NIC) se correlacionó con las actividades que se hacen en Uruguay con las actividades que plantea NANDA, para adaptarlas.

Finalmente, como resultado, para el desarrollo de esta tesis se presentó el estudio de una Canasta de Cuidados para pacientes diabéticos adultos mayores; las otras dos canastas, hipertensión y obesidad, se presentaron en anexos 2 y 3 por la complejidad de las mismas y la limitación de las páginas en cuanto a los requisitos de la tesis de grado.

El desarrollo de estas canastas sigue la siguiente estructura:

- TITULO
- INTRODUCCION
- PROPOSITO
- MARCO TEORICO
- PLAN ASISTENCIAL / DIAGNOSTICOS DE ENFERMERIA
  - NOC
  - NIC

---

<sup>16</sup> [www.nanda.es](http://www.nanda.es)

## **RESULTADOS**

En virtud de la inexistencia de un concepto globalizado y centralizado en lo referente a “Canastas de Cuidados para Adultos Mayores en Uruguay”, en los centros de atención médica, se obtienen los siguientes resultados:

1. La magnitud de casos de pacientes en la etapa de adulto mayor, con enfermedades crónicas prevalentes, crece a un ritmo acelerado, en nuestro país.
2. Las enfermedades crónicas son la principal causa de morbimortalidad en Uruguay.
3. Basándonos en nuestra búsqueda bibliográfica de revisión avanzada es que concluimos que, el profesional de enfermería en Uruguay, no cuenta hasta el momento con canastas de cuidados estandarizados para pacientes adultos mayores que presentan enfermedades crónicas no transmisibles que permitan a éste ejercer de forma independiente la profesión.

## CANASTA DE CUIDADOS DE ENFERMERIA PARA PACIENTES CON DIABETES.

### **INTRODUCCION**

Latinoamérica incluye 21 países con casi 500 millones de habitantes y se espera un aumento del 14% en los próximos 10 años. Existe alrededor de 15 millones de personas con DM en Latinoamérica.

Este comportamiento epidémico probablemente se debe a varios factores entre los cuales se destacan la raza, el cambio en los hábitos de vida y el envejecimiento de la población.

El aumento de la expectativa de vida también contribuye. La prevalencia de DM2 en menores de 30 años es menor del 5% y después de los 60 sube a más del 20%.

La DM2 se diagnostica tarde. Alrededor de un 30 a 50% de las personas desconocen su problema por meses o años y en los estudios de sujetos con DM2 recién diagnosticada, la prevalencia de retinopatía oscila entre 16 y 21%, la de nefropatía entre 12 y 23% y la de neuropatía entre 25 y 40%. La DM2 ocupa uno de los primeros 10 lugares como causa de consulta y de mortalidad en la población adulta y adulta mayor.

Los estudios económicos han demostrado que el mayor gasto de atención a la persona con diabetes se debe a las hospitalizaciones y que ese gasto se duplica cuando el paciente tiene una complicación micro o macrovascular y es cinco veces más alta cuando tiene ambas. La mayoría de las causas de hospitalización del diabético se pueden prevenir con una buena educación y un adecuado programa de reconocimiento temprano de las complicaciones.

La principal causa de muerte de la persona con DM2 es cardiovascular. Prevenirla implica un manejo integral de todos los factores de riesgo tales como la hiperglucemia, la dislipidemia, la hipertensión arterial, el hábito de fumar, etcétera. Todos estos factores, excepto el hábito de fumar, son más frecuentes en los diabéticos y su impacto sobre la enfermedad cardiovascular también es mayor.<sup>17</sup>

**Dada la magnitud de este problema se hace necesario para el colectivo de enfermería unificar criterios que guíen esta atención dando respuesta al mismo, elaborando una canasta de cuidados que permitan al profesional de enfermería aplicarla en forma independiente.**

**Como dice anteriormente los costes de salud en la atención de estos usuarios es muy elevado para la economía de cualquier país, es aquí uno de nuestros propósitos: el control de la enfermedad, prevención de complicaciones y rehabilitación de la enfermedad logrando la adaptación al nuevo estado de salud.**

---

<sup>17</sup> ALAD; Guías ALAD 2006 de diagnóstico control y tratamiento de la Diabetes Mellitus Tipo 2.

## **PROPOSITO**

☞ Describir una canasta de cuidados que guie al colectivo de enfermería en el abordaje de un paciente con diabetes.

☞ Brindar una herramienta que facilite y unifique el abordaje para esta afección.

## **MARCO TEORICO**

### ☞ Definición de Diabetes

El término *diabetes mellitus* (DM) define alteraciones metabólicas de múltiples etiologías caracterizadas por hiperglucemia crónica y trastornos en el metabolismo de los hidratos de carbono, las grasas y las proteínas, resultado de defectos en la secreción de insulina, en la acción de la misma o en ambas.<sup>18</sup>

### ☞ Clasificación de la diabetes mellitus<sup>19</sup>

Los nuevos criterios para el diagnóstico y clasificación de la diabetes mellitus (DM) fueron desarrollados casi simultáneamente por un comité de expertos de la Asociación Americana de Diabetes (ADA) y por un comité asesor de la Organización Mundial de la Salud (OMS). La clasificación de la DM contempla cuatro grupos:

- Diabetes tipo 1 (DM1)
  - Diabetes tipo 2 (DM2)
  - Otros tipos específicos de diabetes
  - Diabetes gestacional
- En la **DM1** las células beta se destruyen, lo que conduce a la deficiencia absoluta de insulina. Sus primeras manifestaciones clínicas suelen ocurrir alrededor de la pubertad, cuando ya la función se ha perdido en alto grado y la insulino terapia es necesaria para que el paciente sobreviva.
- La **DM2** se presenta en personas con grados variables de resistencia a la insulina pero se requiere también que exista una deficiencia en la producción de insulina que puede o no ser predominante. Ambos fenómenos deben estar presentes en algún momento para que se eleve la glucemia.

---

<sup>18</sup> Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre Diabetes tipo 2. Guía de Práctica Clínica sobre Diabetes tipo 2. Madrid: Plan Nacional para el SNS del MSC. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País Vasco; 2008. Guías de Práctica Clínica en el SNS: OSTEBA N° 2006/08

<sup>19</sup> ALAD; Guías ALAD 2006 de diagnóstico control y tratamiento de la Diabetes Mellitus Tipo 2.

Desde el punto de vista fisiopatológico, la DM2 se puede subdividir en:

- A. Predominantemente insulino resistente con deficiencia relativa de insulina
- B. Predominantemente con un defecto secretor de la insulina con o sin resistencia a la insulina

- El tercer grupo lo conforma un número considerable de patologías específicas.
- La diabetes mellitus gestacional constituye el cuarto grupo. Esta se define como una alteración del metabolismo de los hidratos de carbono, de severidad variable, que se inicia o se reconoce por primera vez durante el embarazo. Se aplica independientemente de si se requiere o no insulina, o si la alteración persiste después del embarazo y no excluye la posibilidad de que la alteración metabólica haya estado presente antes de la gestación.

#### ♪ Criterios diagnósticos<sup>20</sup>

1. Síntomas de diabetes (poliuria, polidipsia y pérdida de peso) y una glucemia plasmática al azar (a cualquier hora del día) >200 mg/dl.
2. Dos determinaciones de glucemia basal en plasma venoso >126 mg/dl. Ausencia de ingesta calórica en las 8 horas previas.
3. Dos determinaciones de glucemia en plasma venoso >200 mg/dl a las 2 horas de test de tolerancia oral a la glucosa con 75 g.

---

<sup>20</sup> Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre Diabetes tipo 2. Guía de Práctica Clínica sobre Diabetes tipo 2. Madrid: Plan Nacional para el SNS del MSC. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País Vasco; 2008. Guías de Práctica Clínica en el SNS: OSTEBA N° 2006/08.

## **DIAGNOSTICOS DE ENFERMERÍA ESTANDARIZADOS**

### **00126. CONOCIMIENTOS DEFICIENTES**

**Definición:** Carencia o deficiencia de información cognitiva relacionada con un tema específico.

**Características definitorias:**

Verbalización del problema; seguimiento inadecuado de las instrucciones; realización inadecuada de las pruebas; comportamientos inapropiados o exagerados (p. ej. histeria, hostilidad, agitación, apatía).

**Factores relacionados:**

Mala interpretación de la información; limitación cognitiva; falta de interés en el aprendizaje; falta de exposición; falta de memoria; poca familiaridad con los recursos de información.

**Resultado NOC**

**1802 - Conocimiento: dieta.** Grado de comprensión transmitido sobre la dieta recomendada.

**Indicadores**

**180201** - Descripción de la dieta recomendada.

**180203** - Descripción de las ventajas de seguir la dieta recomendada.

**180207** - Descripción de las comidas que deben evitarse.

**1803 - Conocimiento: proceso de la enfermedad.** Grado de comprensión transmitido sobre el proceso de una enfermedad concreta

**Indicadores**

**180302** - Descripción del proceso de la enfermedad.

**180306** - Descripción de los signos y síntomas.

**180309** - Descripción de las complicaciones.

**1808 - Conocimiento: medicación.** Grado de la comprensión transmitida sobre el uso seguro de la medicación.

**Indicadores**

**180804** - Descripción de las acciones de la medicación.

**180805** - Descripción de los efectos indeseables de la medicación.

**180810** - Descripción de la administración correcta de la medicación.



**1811 - Conocimiento: actividad prescrita.** Magnitud de la comprensión transmitida sobre la actividad y el ejercicio prescritos.

**Indicadores**

- 181101 - Descripción de la actividad prescrita.
- 181102 - Explicación del propósito de la actividad.
- 181108 - Descripción de cómo monitorizar la actividad.

**1813 - Conocimiento: régimen terapéutico.** Grado de comprensión transmitido sobre el régimen terapéutico específico.

**Indicadores**

- 181304 - Descripción de los efectos esperados del tratamiento.
- 181305 - Descripción de la dieta prescrita.
- 181306 - Descripción de la medicación prescrita.
- 181307 - Descripción de la actividad prescrita.
- 181308 - Descripción del ejercicio prescrito.
- 181310 - Descripción del proceso de la enfermedad.
- 181315 - Descripción de las técnicas de automonitorización.
- 181316 - Descripción de los beneficios del tratamiento en la enfermedad.

**1820 - Conocimiento: control de la diabetes.** Grado de comprensión transmitido sobre la diabetes mellitus y la prevención de complicaciones.

**Indicadores**

- 182001 - Descripción de la función de la insulina.
- 182002 - Descripción del papel de la nutrición en el control de la glucemia.
- 182005 - Descripción del papel del ejercicio en el control de la glucemia.
- 182006 - Descripción de la hiperglucemia y de los síntomas relacionados.
- 182007 - Descripción de la prevención de la hiperglucemia.
- 182009 - Descripción de la hipoglucemia y de los síntomas relacionados.
- 182010 - Descripción de la prevención de la hipoglucemia.
- 182012 - Descripción de los valores límite de glucemia.
- 182016 - Descripción del régimen de insulina prescrito.
- 182018 - Descripción del plan de rotación de las zonas de punción.
- 182020 - Descripción del régimen de hipoglucemiantes orales prescritos.
- 182023 - Descripción de prácticas de cuidados de los pies.
- 182024 - Descripción de los beneficios de controlar la diabetes.
- 182027 - Descripción de la técnica adecuada para preparar y administrar la insulina.
- 182029 - Descripción de la importancia de la exploración ocular con la pupila dilatada y del test de agudeza visual por parte del oftalmólogo.

### **Escala de Lickert para los Indicadores:**

1. Ninguno
2. Escaso
3. Moderado
4. Sustancial
5. Extenso

### **Intervenciones (NIC)**

**2120 - Manejo de la hiperglucemia.** Prevenir y tratar los niveles de glucosa en sangre superiores a lo normal.

#### **Actividades**

212009 - Facilitar el seguimiento del régimen de dieta y ejercicios.

212011 - Fomentar el control de los niveles de glucosa en sangre.

212014 - Instruir al paciente y familia sobre modo de actuar durante la enfermedad, incluyendo uso de insulina, antidiabéticos orales, control de la ingesta de líquidos, reemplazo de los carbohidratos y cuándo debe solicitarse asistencia sanitaria profesional.

212015 - Instruir al paciente y seres queridos en la prevención, reconocimiento y actuación ante la hiperglucemia.

212017 - Instruir sobre las indicaciones e importancia de la prueba de cuerpos cetónicos en orina, si corresponde.

**2130 - Manejo de la hipoglucemia.** Prevenir y tratar los niveles de glucosa en sangre inferiores a lo normal.

#### **Actividades**

213001 - Aconsejar al paciente que disponga de carbohidratos simples en todo momento.

213007 - Enseñar al paciente los posibles cambios en los síntomas de hipoglucemia con la terapia intensiva y la normalización de los niveles de glucosa en sangre.

213008 - Enseñar al paciente y familia los signos y síntomas, factores de riesgo y tratamiento de la hipoglucemia.

213009 - Fomentar el autocontrol de los niveles de glucosa en sangre.

213012 - Informar al paciente del aumento del riesgo y/o normalización de los niveles de glucosa en sangre tras el ejercicio intensivo.

213013 - Instruir a los seres queridos en la utilización y administración de glucagón, si resulta oportuno.

**2380 - Manejo de la medicación.** Facilitar la utilización segura y efectiva de los medicamentos prescritos y de libre dispensación.

*Enfermería profesión independiente*

**Actividades**

- 238001 - Proporcionar al paciente una lista de recursos con los que puede ponerse en contacto para obtener mayor información sobre el régimen de medicación.
- 238002 - Ayudar al paciente y a los miembros de la familia a realizar los ajustes necesarios en el estilo de vida asociados a ciertos medicamentos, si procede.
- 238003 - Comprobar la capacidad del paciente para automedicarse, si procede.
- 238004 - Conocer si el paciente está utilizando remedios caseros basados en su cultura y los posibles efectos que puedan tener sobre el uso de medicamentos de venta libre y medicamentos recetados.
- 238005 - Consultar con otros profesionales de cuidados para minimizar el número y la frecuencia de administración de los medicamentos para conseguir el efecto terapéutico.
- 238006 - Desarrollar estrategias con el paciente para potenciar el cumplimiento del régimen de medicación prescrito.
- 238007 - Determinar el impacto del uso de la medicación en el estilo de vida del paciente.
- 238008 - Determinar los factores que pueden impedir al paciente tomar los fármacos tal como se han prescrito.
- 238009 - Determinar los fármacos necesarios y administrar de acuerdo con la prescripción médica y/o el protocolo.
- 238010 - Enseñar al paciente cuándo debe conseguir atención médica.
- 238011 - Enseñar al paciente y/o la familia el método de administración de los fármacos, si procede.
- 238012 - Establecer un protocolo para el almacenamiento, adquisición y control de los medicamentos.
- 238013 - Explicar al paciente y/o la familia la acción y los efectos secundarios esperados de la medicación.
- 238014 - Facilitar los cambios de medicación con el médico, si procede.
- 238015 - Identificar los tipos y las cantidades de fármacos de venta libre utilizados.
- 238016 - Investigar los posibles recursos económicos para la adquisición de los fármacos prescritos, si procede.
- 238023 - Proporcionar al paciente y/o a los miembros de la familia información escrita y visual para potenciar la autoadministración de los medicamentos, según sea necesario.
- 238024 - Proporcionar alternativas para la sincronización y modalidad de autoadministración de medicamentos con el propósito de minimizar los efectos en el estilo de vida del paciente.
- 238026 - Revisar periódicamente con el paciente y/o familia, los tipos y dosis de medicamentos tomados.
- 238027 - Vigilar la eficacia de la modalidad de administración de la medicación.

**5602 - Enseñanza: proceso de enfermedad.** Ayudar al paciente a comprender la información relacionada con un proceso de enfermedad específico.

**Actividades**

- 560203 - Comentar los cambios en el estilo de vida que puedan ser necesarios para

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- evitar futuras complicaciones y/o controlar el proceso de enfermedad.
- 560205 - Describir el proceso de la enfermedad.
- 560206 - Describir las posibles complicaciones crónicas, si procede.
- 560207 - Describir los signos y síntomas comunes de la enfermedad, si procede.
- 560208 - Discutir las opciones de terapia / tratamiento.
- 560209 - Enseñar al paciente medidas para controlar / minimizar síntomas, si procede.
- 560210 - Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente relacionados con el proceso de enfermedad específico.
- 560211 - Evitar las promesas tranquilizadoras vacías.
- 560212 - Explicar la fisiopatología de la enfermedad y su relación con la anatomía y la fisiología, según cada caso.
- 560213 - Explorar recursos / apoyo posibles, según cada caso.
- 560215 - Instruir al paciente sobre cuáles son los signos y síntomas de los que debe informarse al cuidador, si procede.
- 560216 - Instruir al paciente sobre las medidas para prevenir / minimizar los efectos secundarios de la enfermedad, si procede.
- 560218 - Proporcionar información a la familia / ser querido acerca de los progresos del paciente, según proceda.
- 560220 - Proporcionar información al paciente acerca de la enfermedad, si procede.
- 560221 - Reforzar la información suministrada por los otros miembros del equipo de cuidados, si procede.
- 560222 - Remitir al paciente a los centros / grupos de apoyo comunitarios locales, si se considera oportuno.

**5612 - Enseñanza: actividad / ejercicio prescrito.** Preparar a un paciente para que consiga y/o mantenga el nivel de actividad prescrito.

**Actividades**

- 561201 - Advertir al paciente acerca de los peligros de sobrestimar sus posibilidades.
- 561203 - Ayudar al paciente a alternar correctamente los períodos de descanso y de actividad.
- 561204 - Ayudar al paciente a incorporar la actividad / ejercicio en la rutina / estilo de vida.
- 561205 - Enseñar al paciente a llevar un diario de ejercicios, si resulta posible.
- 561206 - Enseñar al paciente a realizar la actividad / ejercicio prescrito.
- 561207 - Enseñar al paciente a realizar un precalentamiento y enfriamiento antes y después de la actividad / ejercicio y la importancia de tal acción, si procede.
- 561209 - Enseñar al paciente como controlar la tolerancia a la actividad / ejercicio.
- 561210 - Enseñar al paciente el montaje, utilización y mantenimiento de los dispositivos de ayuda, si es el caso.
- 561212 - Enseñar al paciente una buena postura y la mecánica corporal, si procede.
- 561213 - Evaluar el nivel actual del paciente de ejercicio y conocimiento de la actividad / ejercicio prescrito del paciente.
- 561214 - Incluir a la familia / ser querido, si resulta apropiado.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 561215 - Informar al paciente acerca de las actividades apropiadas en función del estado físico.
- 561216 - Informar al paciente del propósito y los beneficios de la actividad / ejercicio prescrito.
- 561217 - Instruir al paciente acerca de los ejercicios de estiramientos correctos antes y después de la actividad / ejercicio y el fundamento de tal acción, si procede.
- 561218 - Instruir al paciente para avanzar de forma segura en la actividad / ejercicio.
- 561220 - Proporcionar información acerca de los dispositivos de ayuda disponibles que puedan utilizarse para facilitar la práctica de la técnica requerida, si procede.
- 561221 - Proporcionar información acerca de los recursos / grupos de apoyo comunitarios para aumentar el cumplimiento del paciente con la actividad / ejercicio, si procede.
- 561222 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.
- 561224 - Remitir el paciente al fisioterapeuta / terapeuta ocupacional / fisiólogo de ejercicios, si procede.

**5614 - Enseñanza: dieta prescrita.** Preparación de un paciente para seguir correctamente una dieta prescrita.

**Actividades**

- 561401 - Ayudar al paciente a acomodar sus preferencias de comidas en la dieta prescrita.
- 561402 - Ayudar al paciente a sustituir ingredientes que se acomoden a sus recetas favoritas en la dieta prescrita.
- 561403 - Conocer los sentimientos / actitud del paciente / ser queridos acerca de la dieta prescrita y del grado de cumplimiento dietético esperado.
- 561404 - Enseñar al paciente a leer las etiquetas y seleccionar los alimentos adecuados.
- 561405 - Enseñar al paciente a llevar un diario de comidas, si resulta posible.
- 561406 - Enseñar al paciente a planificar las comidas adecuadas.
- 561408 - Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente acerca de la dieta prescrita.
- 561409 - Explicar el propósito de la dieta.
- 561410 - Incluir a la familia / ser querido, según el caso.
- 561411 - Informar al paciente de las posibles interacciones de fármacos / comidas, si procede.
- 561412 - Informar al paciente del tiempo durante el que debe seguirse la dieta.
- 561413 - Instruir al paciente sobre las comidas permitidas y prohibidas.
- 561414 - Observar la selección de alimentos adecuados a la dieta prescrita, por parte del paciente.
- 561415 - Proporcionar un plan escrito de comidas, si procede.
- 561416 - Recomendar un libro de cocina que incluya recetas coherentes con la dieta, si procede.

*Enfermería profesión independiente*

561417 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.

561418 - Remitir al paciente a un dietista / experto en nutrición, si es preciso.

**5616 - Enseñanza: medicamentos prescritos.** Preparación de un paciente para que tome de forma segura los medicamentos prescritos y observar sus efectos.

**Actividades**

561601 - Advertir al paciente contra la administración de medicamentos prescritos a otras personas.

561602 - Advertir al paciente de los riesgos asociados a la administración de medicamentos caducados.

561603 - Ayudar al paciente a desarrollar un horario de medicación escrito.

561604 - Determinar la capacidad del paciente para obtener los medicamentos requeridos.

561605 - Enseñar al paciente a aliviar / prevenir ciertos efectos secundarios, si es el caso.

561606 - Enseñar al paciente a almacenar correctamente los medicamentos.

561607 - Enseñar al paciente a realizar los procedimientos necesarios antes de tomar la medicación (p. ej. comprobar el nivel de glucosa).

561610 - Evaluar la capacidad del paciente para administrarse los medicamentos él mismo.

561611 - Incluir a la familia / ser querido, si procede.

561612 - Informar al paciente acerca del propósito y acción de cada medicamento.

561613 - Informar al paciente sobre las consecuencias de no tomar o suspender bruscamente la medicación.

561614 - Informar al paciente sobre lo que tiene que hacer si se pasa por alto una dosis.

561616 - Informar al paciente sobre posibles interacciones de fármacos / comidas, si procede.

561618 - Instruir al paciente acerca de la administración / aplicación de cada medicamento.

561619 - Instruir al paciente acerca de la dosis, vía de administración y duración de los efectos de cada medicamento.

561620 - Instruir al paciente acerca de la eliminación adecuada de las agujas y jeringas en casa, y dónde deshacerse de los recipientes de objetos afilados en la comunidad.

561621 - Instruir al paciente acerca de los posibles efectos secundarios adversos de cada medicamento.

561622 - Instruir al paciente acerca del propósito y acción de cada medicamento.

561623 - Instruir al paciente sobre como conseguir las prescripciones, si procede.

561624 - Instruir al paciente sobre el cuidado adecuado de los dispositivos utilizados en la administración.

561625 - Instruir al paciente sobre las acciones correctas que debe tomar si se producen efectos secundarios.

561626 - Instruir al paciente sobre los criterios que han de utilizarse al decidir alterar la dosis / horario de la medicación, si procede.

561627 - Instruir al paciente sobre los signos y síntomas de sobredosis y subdosis.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

561628 - Proporcionar información escrita al paciente acerca de la acción, propósito, efectos secundarios, etc., de los medicamentos.

561631 - Proporcionar información sobre programas / organizaciones de ahorro de costes para obtener medicamentos y dispositivos, si es el caso.

561632 - Recomendar al paciente llevar la documentación del régimen de medicación prescrita.

561633 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.

• **00079. INCUMPLIMIENTO DEL RÉGIMEN TERAPÉUTICO**

**Definición:** Conducta de una persona o un cuidador que no coincide con el plan terapéutico o de promoción de la salud acordado entre la persona (o la familia o comunidad) y un profesional de la salud. Ante un plan terapéutico o de promoción de la salud, acordado, la conducta de la persona o del cuidador lo incumple total o parcialmente y puede conducir a resultados clínicos parciales o totalmente ineficaces.

**Características definitorias:** Conducta indicativa de no seguimiento del tratamiento (por medición directa o por afirmaciones del cliente u otra persona, allegada) pruebas objetivas (mediciones fisiológicas, detección de marcadores); evidencia de desarrollo de complicaciones; evidencia de exacerbación de los síntomas; no asistencia a las visitas concertadas; falta de progresos. Pruebas objetivas (por ej: medidas fisiológicas, detección de marcadores fisiológicos).

**Factores relacionados:**

*Sistema de salud:* Accesos a los cuidados. Relación del paciente y el proveedor de los cuidados. Habilidades de comunicación del proveedor de los cuidados. Conveniencia de los cuidados. Credibilidad del proveedor de los cuidados. Cobertura sanitaria individual. Continuidad del proveedor de los cuidados. Seguimiento regular del proveedor de los cuidados. Remuneración del proveedor de los cuidados. Satisfacción con los cuidados. Habilidades de enseñanza del proveedor de los cuidados.

*Plan de cuidados de la salud:* Complejidad. Costo. Duración. Flexibilidad económica del plan. Intensidad.

*Individuales:* Influencias culturales. Habilidades de desarrollo. Creencias sobre la salud. Sistemas de valores individuales. Conocimientos relevantes para la conducta prescrita. Fuerza motivacionales. Habilidades personales. Persona significativa. Habilidad relevante para la conducta prescrita. Valores espirituales. Percepción de las creencias de las personas significativas. Valoración social del plan.

*Red de soporte:* Implicación de los miembros de la familia en el plan de salud.

## **Criterios de Resultado (NOC)**

**1209 - Motivación.** Impulso interno que mueve o incita a un individuo acciones positivas.

### **Indicadores**

**120901** - Planes para el futuro.

**120902** - Desarrolla un plan de acción.

**120903** - Obtiene los recursos necesarios.

**120910** - Expresa la creencia en la capacidad para realizar la acción.

**120911** - Expresa que la ejecución conducirá al resultado deseado.

**120912** - Finaliza las tareas o actividades.

**120913** - Acepta las responsabilidades de las acciones.

**1600 - Conducta de obediencia.** Acciones autoiniciadas para fomentar el bienestar, la recuperación y la rehabilitación.

### **Indicadores**

**160001** - Preguntar cuestiones cuando es necesario.

**160002** - Busca información relacionada con la salud a partir de diversas fuentes.

**160004** - Contrapesa los riesgos y los beneficios de la conducta sanitaria.

**160008** - Refiere el uso de estrategias para eliminar una conducta insalubre.

**160009** - Refiere el uso de estrategias para aumentar al máximo la salud.

**160010** - Utiliza los servicios sanitarios de forma congruente con las necesidades.

**160011** - Realiza AVD compatibles con su energía y tolerancia.

**160014** - Realiza automonitorización.

**1601 - Conducta de cumplimiento.** Acciones personales basadas en el asesoramiento profesional para promocionar el bienestar, la recuperación y la rehabilitación.

### **Indicadores**

**160101** - Confianza en el profesional sanitario sobre la información recibida.

**160104** - Acepta el diagnóstico del profesional sanitario.

**160105** - Conserva la cita con un profesional sanitario.

**160108** - Realiza las actividades de la vida diaria según prescripción.

**160111** - Refiere los cambios de síntomas a un profesional sanitario.

**160112** - Monitoriza la respuesta al tratamiento.

**160113** - Monitoriza la respuesta a la medicación.



### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Nunca demostrado
2. Raramente
3. A veces
4. Frecuentemente
5. Siempre demostrado

### **Intervenciones (NIC)**

**4360 - Modificación de la conducta.** Promoción de un cambio de conducta.

#### **Actividades**

436002 - Administrar refuerzos positivos en las conductas que han de incrementarse.

436005 - Animar al paciente a que examine su propia conducta.

436006 - Ayudar al paciente a identificar los más pequeños éxitos producidos.

436008 - Comunicar el plan de intervención y las modificaciones al equipo de tratamientos, regularmente.

436012 - Desarrollar un método (un gráfico o diagrama) para registrar la conducta y sus cambios.

436014 - Desglosar la conducta que ha de cambiarse en unidades de conducta más pequeñas, mensurables (dejar de fumar: número de cigarrillos fumados).

436017 - Discutir el proceso de modificación de la conducta con el paciente / ser querido.

436020 - Establecer objetivos de conducta de forma escrita.

436022 - Evaluar los cambios de conducta mediante la comparación de los sucesos guías con sucesos de conducta posteriores a la intervención.

436023 - Evitar mostrar rechazo o quitar importancia a los esfuerzos del paciente por cambiar su conducta.

436026 - Facilitar la implicación de otros cuidadores sanitarios en el proceso de modificación, si procede.

436028 - Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos deseables.

436029 - Identificar el problema del paciente en términos de conducta.

436030 - Identificar la conducta que ha de cambiarse (conducta objetivo) en términos específicos, concretos.

436034 - Presentar al paciente a personas (o grupos) que hayan superado con éxito la misma experiencia.

436035 - Realizar un seguimiento de refuerzo a largo plazo (contacto telefónico o personal).

**4420 - Acuerdo con el paciente.** Negocio de un acuerdo con el paciente para reforzar un cambio de conducta específico.

#### **Actividades**

442001 - Al ayudar al paciente a identificar las metas, evitar centrarse en el diagnóstico o proceso de enfermedad únicamente.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 442005 - Animar al paciente a que identifique recompensas adecuadas, que tengan sentido.
- 442006 - Animar al paciente a que identifique sus propios objetivos, no los que cree que espera el cuidador.
- 442008 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan para cumplir con los objetivos.
- 442010 - Ayudar al paciente a dividir las metas complejas en pasos pequeños, manejables.
- 442012 - Ayudar al paciente a establecer límites de tiempo realistas.
- 442017 - Ayudar al paciente a identificar las circunstancias actuales del ambiente que puedan interferir en la consecución de los objetivos.
- 442024 - Disponer un ambiente abierto, de aceptación, para la creación del acuerdo.
- 442029 - Explorar con el paciente las razones del éxito o falta de éste.
- 442031 - Facilitar la implicación de los seres queridos en el proceso del acuerdo, si así lo desea el paciente.

**4470 - Ayuda en la modificación de sí mismo.** Reafirmación del cambio autodirigido puesto en marcha por el paciente para conseguir metas personales importantes.

**Actividades**

- 447004 - Animar al paciente a desarrollar una medición visual de los cambios de conducta (un gráfico).
- 447005 - Animar al paciente a elegir una afirmación / recompensa que sea lo suficientemente significativa como para mantener la conducta.
- 447025 - Explicar al paciente la función de las señales / desencadenantes de la aparición de la conducta.
- 447026 - Explicar al paciente la importancia de la automonitorización en el intento de cambiar la conducta.
- 447030 - Explorar con el paciente las barreras potenciales al cambio de conducta.
- 447033 - Identificar con el paciente las estrategias más efectivas para el cambio de conducta.
- 447037 - Valorar el ambiente social y físico del paciente por el grado de apoyo de las conductas deseadas.
- 447038 - Valorar el nivel de conocimiento y habilidad actual del paciente en relación al cambio deseado.

**5510 - Educación sanitaria.** Desarrollar y proporcionar instrucción y experiencias de enseñanza que faciliten la adaptación voluntaria de la conducta para conseguir la salud en personas, familias, grupos o comunidades.

**Actividades**

- 551001 - Ayudar a las personas, familia y comunidades para clarificar las creencias y valores sanitarios.
- 551002 - Centrarse en beneficios de salud positivos, inmediatos o a corto plazo para conductas de estilo de vida positivas, en lugar de beneficios a largo plazo o efectos negativos derivados de incumplimientos.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 551003 - Considerar la accesibilidad, las preferencias del consumidor y los costes de planificación del programa.
- 551004 - Desarrollar materiales educativos escritos en un nivel de lectura adecuado a la audiencia objetivo.
- 551006 - Determinar e implementar estrategias para medir el programa y la efectividad en términos económicos de la educación, utilizando estos datos para mejorar la eficacia de los programas ulteriores.
- 551007 - Determinar e implementar estrategias para medir los resultados en los pacientes a intervalos regulares durante y después de terminar el programa.
- 551008 - Determinar el apoyo de la familia, semejantes y comunidad a conductas que induzcan la salud.
- 551009 - Determinar el conocimiento sanitario actual y las conductas del estilo de vida de los individuos, familia o grupo objetivo.
- 551010 - Determinar el contexto personal e historial sociocultural de la conducta sanitaria personal, familiar o comunitaria.
- 551011 - Determinar grupos de riesgos y márgenes de edad que se beneficien más de la educación sanitaria.
- 551012 - Determinar las necesidades identificadas en Gente sana  
2000: Objetivos nacionales de fomento de la salud y prevención de enfermedades u otras necesidades locales, autonómicas y nacionales.
- 551013 - Disponer lecciones para proporcionar el máximo de información, cuando corresponda.
- 551014 - Enseñar estrategias que puedan utilizarse para resistir conductas insalubres o que entrañen riesgos, en vez de dar consejos para evitar o cambiar la conducta.
- 551015 - Establecer prioridades de las necesidades identificadas del alumno en función de las preferencias del paciente, técnica del cuidador, recursos disponibles y probabilidades de éxito en la consecución de las metas.
- 551016 - Evitar el uso de técnicas que provoquen miedo como estrategia para motivar el cambio de conductas de salud o estilo de vida en la gente.
- 551017 - Facilitar el seguimiento a largo plazo para reforzar la adaptación de estilos de vida y conductas saludables.
- 551018 - Fomentar una política por la que las compañías de seguros tengan en consideración reducciones en las primas o beneficios por prácticas saludables en el estilo de vida.
- 551019 - Formular los objetivos del programa de educación sanitaria.
- 551020 - Identificar las características de la población objetivo que afectan la selección de las estrategias de enseñanza.
- 551021 - Identificar los factores internos y externos que puedan mejorar o disminuir la motivación en conductas sanitarias.
- 551022 - Identificar los recursos (p. ej. personal, espacio, equipo y dinero) necesarios para llevar a cabo el programa.
- 551023 - Implicar a los individuos, familias y grupos en la planificación e implementación de los planes destinados a la modificación de conductas de estilo de vida o respecto de la salud.
- 551024 - Incorporar estrategias para potenciar la autoestima de la audiencia objetivo.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 551025 - Influir en el desarrollo de una política que garantice la educación sanitaria como beneficio para el empleado.
- 551026 - Mantener una presentación centrada, corta y que comience y termine con el tema principal.
- 551027 - Planificar un seguimiento a largo plazo para reforzar la adaptación de estilos de vida y conductas saludables.
- 551028 - Realizar publicidad atractiva de forma estratégica para llamar la atención de la audiencia objetivo.
- 551029 - Utilizar debates de grupo y juego de roles para influir en las creencias, actitudes y valores que existen sobre la salud.
- 551030 - Utilizar demostraciones, participación de alumnos y manipulación de los materiales al enseñar las técnicas psicomotoras.
- 551031 - Utilizar estrategias y puntos de intervención variados en el programa educativo.
- 551032 - Utilizar instrucción apoyada por ordenador, televisión, vídeos interactivos y demás tecnologías para proporcionar la información.
- 551033 - Utilizar líderes, profesores del mismo ambiente y grupos de apoyo en la implementación de programas dirigidos a grupos menos inclinados a escuchar a los profesionales de la salud o adultos.
- 551034 - Utilizar presentaciones de grupo para proporcionar apoyo y disminuir la amenaza a los alumnos que experimenten problemas o inquietudes similares, si procede.
- 551035 - Utilizar sistemas de apoyo social y familiar para potenciar la eficacia de la modificación de conductas de estilo de vida o de la salud.
- 551036 - Utilizar teleconferencias, telecomunicaciones y tecnologías informáticas para la enseñanza a distancia.

**7400 - Guías del sistema sanitario.** Facilitar al paciente la localización y la utilización adecuada de los servicios sanitarios.

**Actividades**

- 740001 - Aconsejar la disponibilidad de una segunda opinión.
- 740002 - Animar al paciente / familia a que haga preguntas sobre los servicios y costes.
- 740003 - Ayudar a los pacientes a rellenar los formularios de asistencia, tales como alojamiento y ayuda económica, si lo precisan.
- 740004 - Coordinar / programar el tiempo que necesita cada servicio para proporcionar los cuidados, si procede.
- 740005 - Coordinar / programar el tiempo que necesita cada servicio para proporcionar los cuidados, si procede.
- 740006 - Coordinar el procedimiento de remisión a los cuidadores de salud pertinentes.
- 740007 - Cumplir con la reglamentación para el reembolso por parte de terceras partes.
- 740008 - Determinar y facilitar la comunicación entre los cuidadores y el paciente, si es el caso.
- 740009 - Determinar y facultar las necesidades de transporte para obtener los

*Enfermería profesión independiente*

servicios de asistencia sanitaria.

740010 - Disponer un sistema de seguimiento con el paciente, si procede.

740011 - Explicar el sistema de cuidados sanitarios inmediato, su funcionamiento y lo que puede esperar el paciente / familia.

740012 - Informar acerca de las implicaciones que supone firmar el formulario de consentimiento.

740013 - Informar al paciente cómo acceder a los servicios de urgencia por medio del teléfono o vehículo, si procede.

740014 - Informar al paciente de los costes, tiempo, alternativas y riesgos implicados en un examen o procedimiento específico.

740015 - Informar al paciente de los requisitos de acreditación y del departamento sanitario estatal para juzgar la calidad de una institución.

740016 - Informar al paciente sobre los distintos tipos de instalaciones de cuidados (p. ej. hospital general, hospital de especialidades, hospital universitario, clínica de ingreso y clínica quirúrgica de día) según corresponda.

740017 - Informar sobre los recursos comunitarios adecuados y las personas de contacto.

740018 - Instruir al paciente sobre el tipo de servicio que puede esperar de cada clase de cuidador sanitario (p. ej. especialistas de enfermería, dietista titulado s, auxiliares de enfermería, médicos internistas y psicólogos).

740019 - Proporcionar al paciente una copia de los derechos del paciente.

740020 - Proporcionar informes a los cuidadores de post - hospitalización, si procede.

740021 - Proporcionar instrucciones escritas sobre el propósito y el lugar de las actividades de cuidados, si procede.

740023 - Proporcionar instrucciones escritas sobre el propósito y lugar de las actividades de cuidados, si procede.

- **00059. DISFUNCIÓN SEXUAL**

**Definición:** Estado en el que un individuo experimenta un cambio en la función sexual, que es considerada como inadecuada.

**Características definitorias:** Verbalización del problema, alteraciones en la consecución del papel sexual percibido, limitación real o percibida impuesta por una enfermedad y/o terapia, conflictos en la relación de valores, alteraciones en la consecución de la satisfacción sexual, incapacidad para conseguir la satisfacción deseada, necesidad de confirmar las características deseables de su persona, alteración en la relación de pareja, cambio de interés por sí mismo y en los demás.

**Factores relacionados:** Modelos de función ineficaz o ausente, abuso psicosocial, vulnerabilidad, conflicto de valores, mala información o conocimiento, falta de intimidad, alteración de la estructura o función corporal.

## **Criterios de Resultado (NOC)**

**0119 - Funcionamiento sexual.** Integración de los aspectos físicos, socioemocionales e intelectuales de la manifestación y función sexual.

### **Indicadores**

**011901** - Consigue la excitación sexual.

**011902** - Erección sostenida del clítoris / pene hasta el orgasmo.

**011903** - Excitación sostenida hasta el orgasmo.

**011904** - Realiza la actividad sexual con dispositivos de ayuda si es necesario.

**011905** - Adapta la técnica sexual cuando es necesario.

**011906** - Ausencia de consumo de sustancias que afectan negativamente a la función sexual.

**011907** - Expresa capacidad de realizar la actividad sexual a pesar de imperfecciones físicas.

**011908** - Expresa comodidad con la manifestación sexual.

**011909** - Expresa autoestima.

**011910** - Expresa comodidad con su cuerpo.

**011911** - Expresa interés sexual.

**011912** - Expresa capacidad para intimar.

**011913** - Expresa voluntad sexual.

**011914** - Refiere disposición / disponibilidad a relaciones consentidas.

**011915** - Expresa respeto por la pareja.

**011916** - Expresa aceptación de la pareja.

**011917** - Expresa conocimiento de las capacidades sexuales de la pareja.

**011918** - Expresa conocimiento de las capacidades sexuales personales.

**011919** - Expresa conocimiento de las necesidades sexuales de la pareja.

**011920** - Expresa conocimiento de las necesidades sexuales personales.

**011921** - Se comunica fácilmente con la pareja.

**011922** - Comunica las necesidades sexuales con la pareja.

**011923** - Comunica las preferencias sexuales con la pareja.

**011924** - Realiza la actividad sexual si el ambiente es adecuado.

**011925** - Realiza la actividad sexual sin coacción de la pareja.

### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Nunca demostrado
2. Raramente
3. A veces
4. Frecuentemente
5. Siempre demostrado

## **Intervenciones (NIC)**

**5248 - Asesoramiento sexual.** Utilización de un proceso de ayuda interactivo que se centre en la necesidad de realizar ajustes de la práctica sexual o para potenciar la resolución de un suceso/trastorno sexual.

**5390 - Potenciación de la conciencia de sí mismo.** Ayudar a un paciente a que explore y comprenda sus pensamientos, sentimientos, motivaciones y conductas.

**Actividades**

- 539001 - Animar al paciente a reconocer y discutir sus pensamientos y sentimientos.
- 539002 - Ayudar al paciente a aceptar su dependencia de otros, si es el caso
- 539003 - Ayudar al paciente a cambiar su visión de sí mismo como víctima mediante la definición de sus propios derechos, según proceda.
- 539004 - Ayudar al paciente a darse cuenta de que cada ser es único.
- 539005 - Ayudar al paciente a identificar el impacto que tiene la enfermedad sobre el concepto de sí mismo.
- 539006 - Ayudar al paciente a identificar la fuente de motivación.
- 539008 - Ayudar al paciente a identificar las prioridades en la vida.
- 539009 - Ayudar al paciente a identificar las situaciones que precipiten su ansiedad.
- 539010 - Ayudar al paciente a identificar los atributos positivos de sí mismo.
- 539011 - Ayudar al paciente a identificar los sentimientos de culpa.
- 539012 - Ayudar al paciente a identificar los sentimientos habituales que tiene de sí mismo.
- 539013 - Ayudar al paciente a identificar los valores que contribuyen al concepto de sí mismo.
- 539014 - Ayudar al paciente a reexaminar las percepciones negativas que tiene de sí mismo.
- 539015 - Ayudar al paciente a ser consciente de sus frases negativas sobre sí mismo.
- 539016 - Confrontar los sentimientos ambivalentes (enojado o deprimido) del paciente.
- 539017 - Explorar con el paciente la necesidad de control.
- 539018 - Facilitar la expresión de sí mismo con grupos de gente en estado similar.
- 539019 - Facilitar la identificación de sus formas de respuesta habitual a diversas situaciones por parte del paciente.
- 539020 - Manifestar verbalmente la negación de la realidad por parte del paciente, si procede.

**5400 - Potenciación de la autoestima.** Ayudar a un paciente a que aumente el juicio personal de su propia valía.

**Actividades**

- 540001 - Abstenerse de burlarse y/o realizar críticas negativas y quejarse.
- 540002 - Animar al paciente a evaluar su propia conducta.
- 540003 - Animar al paciente a identificar sus virtudes.
- 540004 - Animar al paciente a que acepte nuevos desafíos.
- 540005 - Ayudar a establecer objetivos realistas para conseguir una autoestima más alta.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 540006 - Ayudar al paciente a aceptar la dependencia de otros, si procede.
- 540007 - Ayudar al paciente a identificar el impacto que tiene el grupo de similares sobre los sentimientos de su propia valía.
- 540008 - Ayudar al paciente a identificar la importancia de su cultura, religión, raza, género y edad en la autoestima y los niveles de autoestima en el tiempo.
- 540009 - Ayudar al paciente a identificar las respuestas positivas de los demás.
- 540010 - Ayudar al paciente a reexaminar las percepciones negativas que tiene de sí mismo.
- 540011 - Comprobar la frecuencia de las manifestaciones negativas sobre sí mismos.
- 540012 - Determinar la confianza del paciente en su propio juicio.
- 540013 - Determinar la posición de control del paciente.
- 540016 - Explorar las consecuencias con éxito anteriores.
- 540017 - Explorar las razones de la autocrítica o culpa.
- 540018 - Facilitar un ambiente y actividades que aumenten la autoestima.
- 540019 - Fomentar el aumento de responsabilidad de sí mismo, si procede.
- 540020 - Fomentar el contacto visual al comunicarse con otras personas.
- 540022 - Mostrar confianza en la capacidad del paciente para controlar una situación.
- 540023 - Observar la falta de seguimiento en la consecución de objetivos.
- 540024 - Observar las frases del paciente sobre su propia valía.
- 540025 - Observar los niveles de autoestima, si procede.
- 540026 - Proporcionar experiencias que aumenten la autonomía del paciente, si procede.
- 540027 - Reafirmar las virtudes personales que identifiquen al paciente.
- 540028 - Recompensar o alabar el progreso del paciente en la consecución de objetivos.
- 540029 - Reconocer la importancia de cultura, religión, raza, género y edad en la autoestima y niveles de autoestima en el tiempo.

**8100 - Derivación.** Disponer los arreglos para el suministro de servicios por parte de otros cuidadores o institución.

**Actividades**

- 810001 - Comentar el plan de cuidados del paciente con el siguiente proveedor de cuidados.
- 810002 - Complimentar el informe de derivación correspondiente.
- 810003 - Determinar el equipo apropiado necesario para después del alta, si es necesario.
- 810004 - Determinar las recomendaciones de los cuidadores para la remisión, según corresponda.
- 810005 - Determinar los recursos económicos del paciente para pagar a otro proveedor.
- 810006 - Determinar si los servicios de rehabilitación están disponibles para ser utilizados en el hogar.
- 810007 - Determinar si se dispone de cuidados de apoyo adecuados en el hogar / comunidad.



*Enfermería profesión independiente*

- 810008 - Disponer el modo de transporte.
- 810009 - Disponer los servicios de cuidados pertinentes en casa, si es necesario.
- 810010 - Establecer la preferencia del paciente / familia / ser querido del centro al que ha de remitirse.
- 810011 - Establecer los cuidados necesarios.
- 810012 - Evaluar la accesibilidad de las necesidades ambientales en el hogar / comunidad para el paciente.
- 810013 - Evaluar las virtudes y debilidades de la familia / seres queridos en la responsabilidad de los cuidados.
- 810014 - Fomentar una visita de evaluación por parte del centro de recepción u otro cuidador, si resulta adecuado.
- 810015 - Ponerse en contacto con el centro / cuidador correspondiente.
- 810016 - Realizar una evaluación continuada para determinar la necesidad de la remisión.

• **00179. RIESGO DE NIVEL DE GLUCEMIA INESTABLE**

**Definición:** Riesgo de variación de los límites normales de los niveles de glucosa/azúcar en sangre.

**Factores de riesgo:** Conocimientos deficientes sobre el manejo de la diabetes (por ej: plan de acción). Nivel de desarrollo. Aporte dietético. Monitorización inadecuada de la glucemia. Falta de aceptación del diagnóstico. Falta de adhesión al plan terapéutico de la diabetes (p. ej., plan de acción). Falta de plan terapéutico de la diabetes (p. ej., plan de acción). Manejo de la medicación. Estado de salud mental. Nivel de actividad física. Estado de salud física. Estrés. Aumento de peso. Pérdida de peso.

• **00004. RIESGO DE INFECCIÓN**

**Definición:** Aumento del riesgo de ser invadido por organismos patógenos.

**Factores de riesgo:** Enfermedad crónica. Defensas primarias inadecuadas (p. ej., rotura de la piel), traumatismo tisular, disminución de la acción ciliar, estasis de los líquidos corporales, cambio del pH de las secreciones, alteración del peristaltismo). Defensas secundarias inadecuadas (p. ej., disminución de la hemoglobina, leucopenias, supresión de la respuesta inflamatoria). Aumento de la exposición ambiental a agentes patógenos. Inmunosupresión. Procedimientos invasivos. Insuficiencia de conocimientos para evitar la exposición a los agentes patógenos. Malnutrición. Agentes farmacológicos (por ej: inmunosupresores). Traumatismo. Destrucción tisular.

- **00047. RIESGO DE DETERIORO DE LA INTEGRIDAD CUTÁNEA**

**Definición:** Riesgo de alteración cutánea adversa.

**Factores de riesgo:**

*Externos:* sustancias químicas; factores mecánicos (deslizamiento, presión, sujeciones); hipertermia o hipotermia; radiación; inmovilidad física; humedad; secreciones.

*Internos:* efectos de la medicación; alteración del estado; nutrición; obesidad; alteración del estado metabólico; alteración de la circulación; alteración de la sensibilidad; alteración de la alimentación; prominencias óseas; factores del desarrollo; déficit inmunológico; alteraciones del turgor cutáneo (cambios en la elasticidad); inmunológicos.

**Criterios de Resultado (NOC)**

**1101 - Integridad tisular: piel y membranas mucosas.** Indemnidad estructural y función fisiológica normal de la piel y las membranas mucosas.

**Indicadores**

**110101** - Temperatura tisular en el rango esperado.

**110102** - Sensibilidad.

**110104** - Hidratación.

**110111** - Perfusión tisular.

**110115** - Lesiones cutáneas.

**110116** - Lesiones de la membrana mucosa.

**110117** - Tejido cicatricial.

**110119** - Descamación cutánea.

**110121** - Eritema.

**110122** - Palidez.

**110124** - Induración.

**Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Gravemente comprometido
2. Sustancialmente
3. Moderadamente
4. Levemente
5. No comprometido

**Intervenciones (NIC)**

**1660 - Cuidados de los pies.** Limpieza e inspección de los pies con el objeto de conseguir relajación, limpieza y salud en la piel.

*Enfermería profesión independiente*

**Actividades**

- 166003 - Comentar con el paciente la rutina habitual de cuidado de los pies.
- 166004 - Comprobar el nivel de hidratación de los pies.
- 166008 - Enseñar al paciente a vigilar la temperatura de los pies con el dorso de la mano.
- 166009 - Inspeccionar los zapatos del paciente para ver si calzan correctamente.
- 166010 - Inspeccionar si hay irritación, grietas, lesiones, callosidades, deformidades o edemas en los pies.
- 166011 - Instruir al paciente / familia en la importancia del cuidado de los pies.
- 166012 - Instruir al paciente acerca de la importancia de la inspección, especialmente cuando disminuya la sensibilidad.
- 166014 - Observar el paso del paciente y la distribución de peso sobre los pies.
- 166016 - Observar si hay insuficiencia arterial en la parte inferior de las piernas.
- 166019 - Remitir al podólogo para el corte de las uñas gruesas, si procede.

**3590 - Vigilancia de la piel.** Recogida y análisis de datos del paciente con el propósito de mantener la integridad de la piel y de las membranas mucosas.

**Actividades**

- 359004 - Instruir al miembro de la familia / cuidador acerca de los signos de pérdida de integridad de la piel, si procede.
- 359005 - Observar si hay enrojecimiento y pérdida de integridad de la piel.
- 359006 - Observar si hay enrojecimiento, calor extremo o drenaje en la piel y membranas mucosas.
- 359007 - Observar si hay erupciones y abrasiones en la piel.
- 359008 - Observar si hay fuentes de presión y fricción.
- 359009 - Observar si hay infecciones, especialmente en las zonas edematosas.
- 359010 - Observar si hay zonas de decoloración y magulladuras en la piel y las membranas mucosas.
- 359011 - Observar si la ropa queda ajustada.
- 359012 - Observar su color, calor, pulsos, textura y si hay inflamación, edema y ulceraciones en las extremidades.

## **DISCUSIÓN**

En base a los objetivos propuestos, los hallazgos de esta investigación permiten conocer los problemas de salud con mayor prevalencia en el territorio nacional, que afectan a las personas que se encuentran dentro del rango etario entre 65 años y más; los problemas de salud prevalentes que afectan a la población de nuestro interés (adultos mayores) son Diabetes, Hipertensión y Obesidad.

Se realiza una búsqueda bibliográfica de revisión avanzada; donde se obtienen artículos científicos que aportan información fiable, ya que se utilizan palabras claves a modo de “filtros” para hacer la búsqueda más específica y disminuir sesgos a través de tesauros. El resultado de esta búsqueda lo conforma la muestra de 57 artículos científicos.

El aporte de estos artículos nos guía hacia el objetivo principal de este trabajo, crear el producto que es la confección de las “Canastas de Cuidados”.

A partir de la creación de las Canastas de Cuidado, utilizando la taxonomía NANDA, el profesional de Enfermería tiene la posibilidad de visualizarse como un grupo profesional capaz de dimensionar el cuidado desde varias ópticas; así como de continuar esta investigación, enriqueciéndola y posibilitando así la aplicación de las mismas para otro grupo de población, dándole validez externa al estudio.

El cuidado en Enfermería debe estar documentado para ser brindado bajo estándares estrictos, aspecto que conlleva a la generalización y a la implementación de medidas, de forma independiente por parte del personal. De esta manera se logra disminuir los riesgos en la atención.

De esta manera se logra cumplir los objetivos planteados inicialmente.

## **CONCLUSIONES**

1. En lo referente a Canastas de Cuidados, se concluyó que el uso de diagnósticos avalados internacionalmente, como ser los de NANDA, son un punto de partida inicial, para que Uruguay adopte primeramente los mismos, y posteriormente pueda elaborar las propias Canastas de Cuidados en base a ellos.
2. El hecho de contar con un cuerpo estandarizado de Canastas de Cuidados, permitirá al profesional de enfermería poder ejercer con un grado mayor de independencia su profesión, teniendo como respaldo las mismas, las cuales actuarán como Normas de Salud para Enfermería en Uruguay.
3. Esto posibilitará que los centros de salud en Uruguay, cuenten con planes asistenciales estandarizados, mejorando así la calidad de la atención al paciente por parte del profesional de enfermería, ofreciendo mayores oportunidades y disminuyendo la brecha entre las necesidades del usuario, intereses institucionales, y bajando los costes de salud más especializados al aumentar la promoción de salud como causa – efecto.
4. Por lo anteriormente dicho, el profesional de enfermería contará con una herramienta única, globalizada, centralizada y de fácil acceso, permitiéndole aplicar de forma independiente, los planes asistenciales, en distintos centros de salud del territorio nacional, respaldado por las Canastas de Cuidados; y así disminuir los riesgos al momento de la toma de decisiones de los juicios clínicos realizados por enfermería efectivizando la atención y garantizando una mayor seguridad del paciente.
5. A partir de este trabajo, el profesional de Enfermería tiene la posibilidad de continuar esta investigación, enriqueciéndola y posibilitando así la creación de Canastas propias para el territorio uruguayo.
6. El concepto de Canastas de Cuidados, si bien fue aplicado a un sector de la población, fácilmente se puede aplicar a todos los sectores, de forma tal que el profesional de enfermería cuente con un cuerpo integral de Canastas de Cuidados estandarizados.
7. El Enfermero en base al modelo de adaptación de Callista Roy logra identificar los problemas de adaptación en relación con la persona o grupo que se tiene que adaptar a su nuevo estado de salud, constituyendo un área de interés para Enfermería. Dando independencia a la enfermera para actuar y aplicar los planes estandarizados (“*Canastas de Cuidados*”) de manera independiente.
8. Esto conlleva a la mejora continua en lo que respecta a la profesión de enfermería independiente.

## **RECOMENDACIONES FINALES**

1. Extender el concepto de Canastas de Cuidados a todos los sectores de la población uruguaya.
2. En base a los diagnósticos y acciones publicadas en NANDA, adoptar primeramente los mismos como parte del Sistema Nacional de Canastas de Cuidados, posibilitando de una forma rápida e inmediata, la incorporación de documentación profesional estandarizada, a la profesión de enfermería independiente.
3. Hacer uso de la difusión de dichas canastas, mediante el presente trabajo de investigación, haciendo hincapié en una fuerte campaña a través de MSP, ASSE, Universidad, y Centros Hospitalarios.
4. Hacer de uso obligatorio, la aplicación de planes asistenciales estandarizados en los centros de atención médica.
5. Promover la mejora continua en lo referente a Canastas de Cuidados en Uruguay, posibilitando el desarrollo de las mismas en base a los diagnósticos aportados por organismos internacionales como ser NANDA.
6. Implementar un Sistema de Gestión de Calidad al proceso de mejora continúa de las Canastas, a los efectos de facilitar la certificación a nivel nacional, esto permitirá que éstas sean validadas por organismos internacionales.

## **BIBLIOGRAFIA**

### • **Guías para escritura de trabajos científicos:**

- Organización Panamericana de la Salud, Robert A. Day, Cómo escribir trabajos científicos, Publicación Científica y Técnica No. 598, Washington, DC 20037, EUA, 2005
- Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Médicas, OPCA/ Biblioteca y Centro de Documentación, Dr. Julio de León Méndez, Guía para la preparación de referencias bibliográficas - Según estilo Vancouver, Guatemala, 2011
- UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL, “SIMÓN RODRÍGUEZ”, NÚCLEO CANOABO, METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN II, Normas y Estilos para la Redacción de Trabajos Científicos, Canoabo, 2008.
- Marriner A, Raile M. Modelos y teorías en enfermería. 6ª ed. Madrid: Elsevier; 2007.

### • **Organismos públicos e internacionales:**

- Organización Mundial de la Salud; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: [www.who.int/es/](http://www.who.int/es/)
- Organización Panamericana de la Salud Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: [www.paho.org/uru/](http://www.paho.org/uru/)
- Ministerio de Salud Pública; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: [www.msp.gub.uy](http://www.msp.gub.uy)
- Instituto Nacional de Estadística Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: [www.ine.gub.uy/](http://www.ine.gub.uy/)
- Presidencia República Oriental del Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: [www.presidencia.gub.uy](http://www.presidencia.gub.uy)

### • **Buscadores científicos:**

- Scientific Electronic Library Online Uruguay; [Último acceso 23 Mayo 2012]. Disponible en: <http://www.scielo.edu.uy>
- The Cochrane Library; [Último acceso 23 Mayo 2012]. Disponible en: <http://www.cochrane.org/>
- Biblioteca Virtual UDELAR; [Último acceso 23 Mayo 2012]. Disponible en: <http://www.biur.edu.uy/F>
- Portal Timbo; [Último acceso 23 Mayo 2012]. Disponible en: <http://www.timbo.org.uy>

- **Enfermedades no transmisibles**

- Ministerio de Salud Pública, Dirección General de la Salud, División Epidemiología; 1ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles; Montevideo, Marzo de 2009
- Paredes M, Ciarniello M, Brunet N; Indicadores sociodemográficos de envejecimiento y vejez en Uruguay: una perspectiva comparada en el contexto latinoamericano, Montevideo, 2010
- Organización Panamericana de la Salud - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://new.paho.org/uru>, Nota: “La muerte no llega mayormente por contagio”.
- Organización Panamericana de la Salud - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://new.paho.org/uru>, Nota: Las mujeres y los hombres enfrentan diferentes riesgos de enfermedades crónicas.
- Ministerio de salud pública; dirección general de la salud; división salud de la población; programa nacional del adulto mayor; Uruguay 2005
- Presidencia de la República - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: [www.presidencia.gub.uy](http://www.presidencia.gub.uy), Nota: ¿Cuál es la situación de salud en Uruguay?
- Organización Panamericana de la Salud - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://new.paho.org/uru>, Nota: Resumen del análisis de situación y tendencias de salud.

- **Patologías Cardiovasculares:**

- Dr. Daniel Flichtentrei, EPIDEMIOLOGIA DE LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR, Comunicación Personal: “Prevención cardiovascular en el siglo XXI: construyendo nuevos escenarios para la acción” editado en la Revista de la Federación Argentina de Cardiología, 32[4], 2003
- Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, Mortalidad por Enfermedades Cardiovasculares en el Uruguay, 2008 Montevideo: Área de Epidemiología y Estadística
- Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://www.cardiosalud.org/>

- **Diabetes**

- MINISTERIO DE SALUD. MINISTERIO DE SALUD. Guía Clínica SERIE GUÍAS CLÍNICAS MINSAL N°XX (Diabetes mellitus tipo 2), 1ª edición. Santiago; Chile: Minsal, 2006.
- Organización Panamericana de la Salud - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://new.paho.org/uru>, Nota: En tres décadas se duplicó la cantidad de diabéticos



*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

○ Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre Diabetes tipo 2. Guía de Práctica Clínica sobre Diabetes tipo 2. Madrid: Plan Nacional para el SNS del MSC. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País Vasco; 2008. Guías de Práctica Clínica en el SNS: OSTEBA N° 2006/08

○ ALAD; Guías ALAD 2006 de diagnóstico control y tratamiento de la Diabetes

Mellitus Tipo 2.

○ Asociación Diabéticos del Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en:

<http://www.adu.org.uy>

○ Riffo Luengo, S. Salazar Molina, A. Aplicación del Proceso de Enfermería según el Modelo de Roy en Pacientes con Diabetes Mellitus; Revista electrónica cuatrimestral, Enfermería Global N°14, ISSN 1695-8141, octubre 2008. Disponible en:

<http://www.um.es/eglobal>

• **Hipertensión**

○ Ministerio de Salud Pública, Dirección General de la Salud, División Epidemiología; 1ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles; Montevideo, Marzo de 2009

○ Machuca M., Parras M., Guía de Seguimiento Farmacoterapéutico sobre HIPERTENSIÓN, ISBN: 84-600-9858-3, Universidad de Granada, España.

○ 3er Consenso Uruguayo de Hipertensión Arterial. Guía para el público lo que todos debemos saber sobre hipertensión arterial, Octubre 2005. Montevideo: S.U.H.A.

○ Guía de Práctica Clínica sobre Hipertensión Arterial. Dirección de Asistencia Sanitaria de Osakidetza-Servicio Vasco de Salud. Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco. Vitoria-Gasteiz; 2002

○ Departamento de Fármaco-epidemiología, Caja Costarricense de Seguro Social, Criterios Técnicos y Recomendaciones Basadas en Evidencia para la Construcción de Guías de Práctica Clínica para el Primer y Segundo Nivel de Atención: “Tratamiento de Hipertensión en el Adulto Mayor en el Primer y Segundo Nivel de Atención.”, Costa Rica, 2005

○ González-Juanatey JR, Mazón Ramos P, Soria Arcos F, Barrios Alonso V, Rodríguez radial L, Bertomeu Martínez V. Actualización (2003) de las Guías de práctica clínica de la Sociedad Española de Cardiología en hipertensión arterial. Rev Esp Cardiol 2003; 56: 487-497

○ Revista Española de Cardiología; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en:

<http://www.revespcardiol.org>

• **Obesidad:**

○ Sociedad Uruguaya para el Estudio de la Obesidad, MANUAL PRÁCTICO DE OBESIDAD EN EL ADULTO – ATENCION PRIMARIA, Montevideo, 2009

• **N.A.N.D.A.**

- NANDA INTERNACIONAL, NANDA diagnósticos enfermeros 2009-2011 definiciones y clasificación. Ed. 2010, Nueva York: Elsevier; 2010.
- Interrelaciones NANDA, NOC Y NIC Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones. Ed. 2º, Elsevier.
- Página Web NANDA [Último acceso 31 Marzo 2012]. Disponible en: <http://www.nanda.es>

## ANEXOS

### ANEXO N° 1

Publicada D.O. 14 oct/011 - N° 28328

### Ley N° 18.815

## PROFESIÓN DE ENFERMERÍA

### REGLAMENTACIÓN

El Senado y la Cámara de Representantes de la República Oriental del Uruguay, reunidos en Asamblea General,

### DECRETAN:

Artículo 1°. (Objeto).- La presente ley tiene por objeto consagrar el marco jurídico que regulará por su orden el ejercicio de la profesión universitaria de enfermería y la actividad del personal que se desempeña como auxiliar de enfermería en la República Oriental del Uruguay.

Se declara que la enfermería es una disciplina científica, encaminada a fortalecer la capacidad reaccional del ser humano en su actividad de adaptación, desarrollada para mantener equilibrio con el medio, frente a alteraciones bio- psico-sociales; enfoca la atención a través de un proceso integral, humano, continuo, interpersonal, educativo y terapéutico en los diferentes niveles de atención: primaria, secundaria, terciaria y otros. A través de todas sus acciones la enfermería observa, garantiza y aboga por el respeto a la dignidad del ser humano, reconociendo el derecho de todo habitante a recibir servicios de enfermería de calidad y cantidad suficientes.

Artículo 2°. (De la profesión universitaria de enfermería).- Componen esta profesión todos los recursos humanos de salud egresados de las instituciones de formación universitaria públicas y privadas, habilitadas por la autoridad pública competente, que ejerzan funciones de enfermería en todo el territorio nacional luego de su inscripción y habilitación en el Ministerio de Salud Pública, según lo establecido por la normativa vigente en la materia.

Artículo 3°. (De los requisitos para ejercer como licenciado en enfermería).- Para el ejercicio de la profesión universitaria de enfermería en el territorio nacional se requerirá obligatoriamente título habilitante de licenciado en enfermería expedido o revalidado según lo preceptuado por la normativa vigente en la materia.

Para el acceso a niveles superiores de conducción de los servicios o de atención de salud

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

se requerirá el título de Especialista, de Maestría o de Doctor en Enfermería, expedido o reconocido por institución competente y habilitado según lo establece la ley.

La duración y contenido curricular de los cursos que dicten instituciones públicas y privadas facultadas para expedir el título de licenciado en enfermería, deberán cumplir con las exigencias normativas definidas por las autoridades estatales competentes en relación con las carreras universitarias de grado.

Artículo 4º. (De las funciones de los licenciados en enfermería).- Al profesional universitario en enfermería le competen, entre otras funciones, las siguientes:

- A) Integrar y participar en los equipos de salud, promoviendo la mejor relación interdisciplinaria, reconociendo y valorando las capacidades y competencias de sus integrantes.
- B) Aplicar en lo que corresponda el proceso de atención de enfermería en el primer, segundo y tercer nivel de atención.
- C) Participar con enfoque preventivo en el cuidado y educación en salud de familias y comunidades, así como directamente en el proceso de atención de salud de los individuos en todo su ciclo vital.
- D) Formular diagnósticos, efectuar tratamientos de enfermería, así como evaluar sus resultados.
- E) Realizar investigación enfocada en los problemas sanitarios que afectan a la población usuaria y al desarrollo de la disciplina en sus diferentes áreas de especialización.
- F) Participar en la administración de centros de atención a la salud y administrar centros docentes de formación y servicios asistenciales de enfermería en instituciones públicas y privadas.
- G) Ejercer la dirección de divisiones y departamentos de enfermería en instituciones públicas y privadas, de acuerdo con la normativa vigente en la materia.
- H) Integrar tribunales de evaluación de la capacidad profesional de enfermería en concursos, pruebas de ingreso, promoción y otros.
- I) Participar en la realización de auditorías y consultorías vinculadas a su especialidad.
- J) Integrar los comités de control de infecciones y de bioética, así como otros espacios de relevancia institucional.

Artículo 5º. (Acreditación).- Los licenciados en enfermería deberán acreditar periódicamente su actualización científica y su idoneidad profesional, lo cual será tenido en cuenta prioritariamente en su carrera profesional. Los certificados que se expidan sobre actualización científica e idoneidad profesional estarán sujetos a los requisitos establecidos por las instituciones referidas en el artículo 2º y 3º de la presente ley.

Artículo 6º. (De los auxiliares de enfermería. Habilitación y marco de actuación).- Para que los auxiliares de enfermería puedan desempeñar su actividad deberán contar con título o diploma expedido por institución competente reconocida por el Ministerio de Educación y Cultura y habilitación del Ministerio de Salud Pública, debiendo en todos los casos actuar bajo la supervisión de licenciados en enfermería.

Artículo 7º. (De las funciones de los auxiliares de enfermería).- Compete a los auxiliares de enfermería:

- A) Ejecutar bajo supervisión las actividades del proceso de atención de enfermería que le fueren delegadas.
- B) Colaborar con los equipos de enfermería en la ejecución de programas de educación y en proyectos de investigación.

Artículo 8º.- Sin perjuicio de la aplicación de las normas legales nacionales pertinentes, las condiciones laborales del personal de enfermería en lo relativo al ambiente laboral, remuneraciones, aspectos de la tarea y de la organización institucional, tendrán presente lo estipulado en el Convenio N° 149 (Recomendación N° 157) de la Organización Internacional del Trabajo, ratificado por la República Oriental del Uruguay por el Decreto-Ley N° 14.906, de 2 de julio de 1979.

Sala de Sesiones de la Cámara de Representantes, en Montevideo, a 14 de setiembre de 2011.

LUIS LACALLE POU, Presidente.  
José Pedro Montero, Secretario.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA MINISTERIO DE TRABAJO Y  
SEGURIDAD SOCIAL MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA

Montevideo, 30 de setiembre de 2011. Cúmplase, acúse recibo, comuníquese, publíquese e insértese en el Registro Nacional de Leyes y Decretos, la ley por la que se reglamenta la profesión de enfermería.

JOSÉ MUJICA. RICARDO EHRLICH. EDUARDO BRENTA. LEONEL BRIOZZO.

---

Montevideo, Uruguay. Poder Legislativo.

## ANEXO N° 2

### CANASTA DE CUIDADOS DE ENFERMERIA PARA PACIENTES CON HIPERTENSION ARTERIAL.

#### **INTRODUCCION**

En nuestro país las afecciones cardiovasculares ocupan la primera causa de muerte en los adultos mayores de 65 años, con una tasa de prevalencia de 2.139 X 100.000 habitantes.<sup>21</sup> La hipertensión arterial (HTA) es el factor de riesgo cardiovascular de primer orden. Se asocia de forma consistente con todas las posibles manifestaciones clínicas de enfermedad cardiovascular y se relaciona especialmente con la aparición de accidentes cerebro vascular. Esto es particularmente importante en la población de adultos mayores, quienes presentan una mayor prevalencia de hipertensión arterial y un mayor riesgo cardiovascular.

Se ha comprobado que *el descenso de la presión arterial en pacientes hipertensos reduce en un 20 – 25% la aparición de infartos cardíacos; entre un 35 – 40% los ataques cerebrales; un 30% el desarrollo de enfermedades renales que requieren diálisis y más de un 50% el desarrollo de insuficiencia cardíaca.*<sup>22</sup>

**Dada la magnitud de este problema se hace necesario para el colectivo de enfermería unificar criterios que guíen esta atención dando respuesta al mismo, elaborando una canasta de cuidados que permitan al profesional de enfermería aplicarla en forma independiente.**

#### **PROPOSITO**

☞ Describir una canasta de cuidados que guíe al colectivo de enfermería en el abordaje de un paciente con hipertensión arterial.

☞ Brindar una herramienta que facilite y unifique el abordaje para esta afección.

---

<sup>21</sup> Organización Panamericana de la Salud - Uruguay; [Último acceso 14 Nov 2011]. Disponible en: <http://new.paho.org/uru>, Nota: Resumen del análisis de situación y tendencias de salud.

<sup>22</sup> 3er Consenso Uruguayo de Hipertensión Arterial. Guía para el público lo que todos debemos saber sobre hipertensión arterial, Octubre 2005. Montevideo: S.U.H.A.

## **MARCO TEORICO**

### ♪ Definición de Hipertensión Arterial.

La Hipertensión Arterial es una enfermedad crónica caracterizada por el aumento de las cifras de presión arterial por encima de 140 de máxima y/o 90 de mínima que lesiona las arterias y los órganos internos, en cuyo desarrollo influye la herencia y los hábitos de vida.<sup>23</sup>

### ♪ Fisiopatología.

La presencia de HTA se debe principalmente a una vasoconstricción que produce un aumento en las resistencias periféricas, por lo que comienza a participar el sistema renina- angiotensina-aldosterona, el cual forma angiotensina I y angiotensina II. Ambas son vasoconstrictoras, lo que provoca un incremento en las cifras de tensión arterial. Además, la angiotensina II estimula la secreción de aldosterona, produciendo un aumento de sodio y de volumen sanguíneo, al aumentar la reabsorción tubular de sodio y agua, por lo que la tensión arterial aumenta.

### ♪ Umbral de hipertensión.

Se ha propuesto definir la hipertensión arterial como el nivel de presión que sea capaz de producir lesión cardiovascular en un paciente determinado. Este umbral está por encima de 140/90 milímetros de mercurio (mmHg).

El JNC 7 (The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure) ha definido como prehipertensión a la presión arterial comprendida entre 120/80 mmHg y 139/89 mmHg.

La prehipertensión no es una enfermedad, sino una categoría que permite identificar personas con alto riesgo más de desarrollar hipertensión. Esta cifra puede variar de acuerdo al sexo y edad del paciente. La lectura de la tensión sistólica tiene predominio sobre la diastólica después de los 50 años. Antes de los 50 años de edad la presión arterial diastólica es el factor más potente de riesgo de cardiopatía.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> 3er Consenso Uruguayo de Hipertensión Arterial. Guía para el público lo que todos debemos saber sobre hipertensión arterial, Octubre 2005. Montevideo: S.U.H.A.

<sup>24</sup> Departamento de Fármaco-epidemiología, Caja Costarricense de Seguro Social, Criterios Técnicos y Recomendaciones Basadas en Evidencia para la Construcción de Guías de Práctica Clínica para el Primer y Segundo Nivel de Atención: “Tratamiento de Hipertensión en el Adulto Mayor en el Primer y Segundo Nivel de Atención.”, Costa Rica, 2005.

CLASIFICACIÓN POR ESTADIOS DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL		
<i>Estadíos hipertensivos</i>	<i>Presión arterial sistólica</i>	<i>Presión arterial diastólica</i>
Prehipertensión	120-139 mm Hg o	80-89 mm Hg
Hipertensión estadio 1	140-159 mm Hg o	90-99 mm Hg
Hipertensión estadio 2	> o = 160 mm Hg	> o = 100 mm Hg

Cuando la presión arterial y diastólica caen en diferentes categorías, la categoría mayor debe ser seleccionada y clasificar al paciente de acuerdo a la mayor categoría.<sup>25</sup>

## **DIAGNOSTICOS DE ENFERMERÍA ESTANDARIZADOS**

- 🌐 00126: Conocimientos Deficientes.
- 🌐 00079: Incumplimiento del Tratamiento.
- 🌐 00078: Gestión inefectiva del régimen terapéutico.

### **00126. CONOCIMIENTOS DEFICIENTES**

**Definición:** Carencia o deficiencia de información cognitiva relacionada con un tema específico.

**Características definitorias:**

Verbalización del problema; seguimiento inadecuado de las instrucciones; realización inadecuada de las pruebas; comportamientos inapropiados o exagerados (p. Ej. histeria, hostilidad, agitación, apatía).

**Factores relacionados:**

Mala interpretación de la información; limitación cognitiva; falta de interés en el aprendizaje; falta de exposición; falta de memoria; poca familiaridad con los recursos de información.

### **Resultado NOC**

**1802 - Conocimiento: dieta.** Grado de comprensión transmitido sobre la dieta recomendada.

<sup>25</sup> Departamento de Fármaco-epidemiología, Caja Costarricense de Seguro Social, Criterios Técnicos y Recomendaciones Basadas en Evidencia para la Construcción de Guías de Práctica Clínica para el Primer y Segundo Nivel de Atención: "Tratamiento de Hipertensión en el Adulto Mayor en el Primer y Segundo Nivel de Atención.", Costa Rica, 2005.



**Indicadores**

- 180201 - Descripción de la dieta recomendada.
- 180202 - Explicación del fundamento de la dieta recomendada.
- 180203 - Descripción de las ventajas de seguir la dieta recomendada.
- 180204 - Establecimiento de objetivos para la dieta.
- 180205 - Explicación de las relaciones entre dieta, ejercicio y peso corporal.
- 180206 - Descripción de las comidas permitidas por la dieta.
- 180207 - Descripción de las comidas que deben evitarse.
- 180208 - Interpretación de las etiquetas alimentarias.
- 180209 - Descripción de las directrices para la preparación de la comida.
- 180210 - Selección de comidas recomendadas por la dieta.
- 180211 - Planificación de menús utilizando las directrices de la dieta.
- 180212 - Desarrollo de estrategias para cambiar los hábitos alimentarios.
- 180213 - Desarrollo de planes dietéticos para situaciones sociales.
- 180215 - Descripción de las posibles interacciones de los medicamentos con la comida.
- 180217 - Descripción de actividades de automotivación.

**1803 - Conocimiento: proceso de la enfermedad.** Grado de comprensión transmitido sobre el proceso de una enfermedad concreta

**Indicadores**

- 180302 - Descripción del proceso de la enfermedad.
- 180306 - Descripción de los signos y síntomas.
- 180309 - Descripción de las complicaciones.

**1808 - Conocimiento: medicación.** Grado de la comprensión transmitida sobre el uso seguro de la medicación.

**Indicadores**

- 180804 - Descripción de las acciones de la medicación.
- 180805 - Descripción de los efectos indeseables de la medicación.
- 180810 - Descripción de la administración correcta de la medicación.

**1811 - Conocimiento: actividad prescrita.** Magnitud de la comprensión transmitida sobre la actividad y el ejercicio prescritos.

**Indicadores**

- 181101 - Descripción de la actividad prescrita.
- 181102 - Explicación del propósito de la actividad.
- 181108 - Descripción de cómo monitorizar la actividad.

**1813 - Conocimiento: régimen terapéutico.** Grado de comprensión transmitido sobre el régimen terapéutico específico.

### **Indicadores**

**181301** - Descripción de la justificación del régimen terapéutico.

**181302** - Descripción de las responsabilidades de los propios cuidados para el tratamiento actual.

**181303** - Descripción de las responsabilidades de los propios cuidados para las situaciones de emergencia.

**181304** - Descripción de los efectos esperados del tratamiento.

**181305** - Descripción de la dieta prescrita.

**181306** - Descripción de la medicación prescrita.

**181307** - Descripción de la actividad prescrita.

**181308** - Descripción del ejercicio prescrito.

**181309** - Descripción de los procedimientos prescritos.

**181310** - Descripción del proceso de la enfermedad.

**181315** - Descripción de las técnicas de automonitorización.

**181316** - Descripción de los beneficios del tratamiento de la enfermedad.

### **Escala de Lickert para los Indicadores:**

1. Ninguno
2. Escaso
3. Moderado
4. Sustancial
5. Extenso

### **Intervenciones (NIC)**

**5614 - Enseñanza: dieta prescrita.** Preparación de un paciente para seguir correctamente una dieta prescrita.

### **Actividades**

561401 - Ayudar al paciente a acomodar sus preferencias de comidas en la dieta prescrita.

561402 - Ayudar al paciente a sustituir ingredientes que se acomoden a sus recetas favoritas en la dieta prescrita.

561403 - Conocer los sentimientos / actitud del paciente / ser queridos acerca de la dieta prescrita y del grado de cumplimiento dietético esperado.

561404 - Enseñar al paciente a leer las etiquetas y seleccionar los alimentos adecuados.

561405 - Enseñar al paciente a llevar un diario de comidas, si resulta posible.

561406 - Enseñar al paciente a planificar las comidas adecuadas.

561407 - Enseñar al paciente el nombre correcto de la dieta prescrita.

561408 - Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente acerca de la dieta prescrita.

561409 - Explicar el propósito de la dieta.

561410 - Incluir a la familia / ser querido, según el caso.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 561411 - Informar al paciente de las posibles interacciones de fármacos / comidas, si procede.
- 561412 - Informar al paciente del tiempo durante el que debe seguirse la dieta.
- 561413 - Instruir al paciente sobre las comidas permitidas y prohibidas.
- 561414 - Observar la selección de alimentos adecuados a la dieta prescrita, por parte del paciente.
- 561415 - Proporcionar un plan escrito de comidas, si procede.
- 561416 - Recomendar un libro de cocina que incluya recetas coherentes con la dieta, si procede.
- 561417 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.
- 561418 - Remitir al paciente a un dietista / experto en nutrición, si es preciso.

**5602 - Enseñanza: proceso de enfermedad.** Ayudar al paciente a comprender la información relacionada con un proceso de enfermedad específico.

**Actividades**

- 560201 - Animar al paciente a explorar opciones / conseguir una segunda opinión, si procede o se indique.
- 560203 - Comentar los cambios en el estilo de vida que puedan ser necesarios para evitar futuras complicaciones y/o controlar el proceso de enfermedad.
- 560204 - Describir el funcionamiento de las recomendaciones del control / terapia /tratamiento.
- 560205 - Describir el proceso de la enfermedad.
- 560206 - Describir las posibles complicaciones crónicas, si procede.
- 560207 - Describir los signos y síntomas comunes de la enfermedad, si procede.
- 560208 - Discutir las opciones de terapia / tratamiento.
- 560209 - Enseñar al paciente medidas para controlar / minimizar síntomas, si procede.
- 560210 - Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente relacionados con el proceso de enfermedad específico.
- 560211 - Evitar las promesas tranquilizadoras vacías.
- 560212 - Explicar la fisiopatología de la enfermedad y su relación con la anatomía y la fisiología, según cada caso.
- 560213 - Explorar recursos / apoyo posibles, según cada caso.
- 560214 - Identificar las etiologías posibles, si procede.
- 560215 - Instruir al paciente sobre cuáles son los signos y síntomas de los que debe informarse al cuidador, si procede.
- 560216 - Instruir al paciente sobre las medidas para prevenir / minimizar los efectos secundarios de la enfermedad, si procede.
- 560217 - Proporcionar el número de teléfono al que llamar si surgen complicaciones.
- 560218 - Proporcionar información a la familia / ser querido acerca de los progresos del paciente, según proceda.
- 560219 - Proporcionar información acerca de las medidas de diagnóstico disponibles, según resulte adecuado.
- 560220 - Proporcionar información al paciente acerca de la enfermedad, si procede.
- 560221 - Reforzar la información suministrada por los otros miembros del equipo de

*Enfermería profesión independiente*

cuidados, si procede.

560222 - Remitir al paciente a los centros / grupos de apoyo comunitarios locales, si se considera oportuno.

**5612 - Enseñanza: actividad / ejercicio prescrito.** Preparar a un paciente para que consiga y/o mantenga el nivel de actividad prescrito.

**Actividades**

561201 - Advertir al paciente acerca de los peligros de sobrestimar sus posibilidades.

561202 - Advertir al paciente de los efectos del calor y frío extremos.

561203 - Ayudar al paciente a alternar correctamente los períodos de descanso y de actividad.

561204 - Ayudar al paciente a incorporar la actividad / ejercicio en la rutina / estilo de vida.

561205 - Enseñar al paciente a llevar un diario de ejercicios, si resulta posible.

561206 - Enseñar al paciente a realizar la actividad / ejercicio prescrito.

561207 - Enseñar al paciente a realizar un precalentamiento y enfriamiento antes y después de la actividad / ejercicio y la importancia de tal acción, si procede.

561208 - Enseñar al paciente a un diario de ejercicios, si resulta posible.

561209 - Enseñar al paciente como controlar la tolerancia a la actividad / ejercicio.

561210 - Enseñar al paciente el montaje, utilización y mantenimiento de los dispositivos de ayuda, si es el caso.

561211 - Enseñar al paciente los métodos de conservación de energía, si procede.

561212 - Enseñar al paciente una buena postura y la mecánica corporal, si procede.

561213 - Evaluar el nivel actual del paciente de ejercicio y conocimiento de la actividad / ejercicio prescrito del paciente.

561214 - Incluir a la familia / ser querido, si resulta apropiado.

561215 - Informar al paciente acerca de las actividades apropiadas en función del estado físico.

561216 - Informar al paciente del propósito y los beneficios de la actividad /ejercicio prescrito.

561217 - Instruir al paciente acerca de los ejercicios de estiramientos correctos antes y después de la actividad / ejercicio y el fundamento de tal acción, si procede.

561218 - Instruir al paciente para avanzar de forma segura en la actividad /ejercicio.

561220 - Proporcionar información acerca de los dispositivos de ayuda disponibles que puedan utilizarse para facilitar la práctica de la técnica requerida, si procede.

561221 - Proporcionar información acerca de los recursos / grupos de apoyo comunitarios para aumentar el cumplimiento del paciente con la actividad / ejercicio, si procede.

561222 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.

561223 - Remitir el paciente a un centro de rehabilitación, si se precisa.

561224 - Remitir el paciente al fisioterapeuta / terapeuta ocupacional / fisiólogo de ejercicios, si procede.

**5616 - Enseñanza: medicamentos prescritos.** Preparación de un paciente para que tome de forma segura los medicamentos prescritos y observar sus efectos.

### **Actividades**

- 561601 - Advertir al paciente contra la administración de medicamentos prescritos a otras personas.
- 561602 - Advertir al paciente de los riesgos asociados a la administración de medicamentos caducados.
- 561603 - Ayudar al paciente a desarrollar un horario de medicación escrito.
- 561604 - Determinar la capacidad del paciente para obtener los medicamentos requeridos.
- 561605 - Enseñar al paciente a aliviar / prevenir ciertos efectos secundarios, si es el caso.
- 561606 - Enseñar al paciente a almacenar correctamente los medicamentos.
- 561607 - Enseñar al paciente a realizar los procedimientos necesarios antes de tomar la medicación (p. Ej. comprobar el pulso), si es el caso.
- 561608 - Enseñar al paciente a reconocer las características distintivas del (de los) medicamento (s).
- 561610 - Evaluar la capacidad del paciente para administrarse los medicamentos él mismo.
- 561611 - Incluir a la familia / ser querido, si procede.
- 561612 - Informar al paciente acerca del propósito y acción de cada medicamento.
- 561613 - Informar al paciente sobre las consecuencias de no tomar o suspender bruscamente la medicación.
- 561614 - Informar al paciente sobre lo que tiene que hacer si se pasa por alto una dosis.
- 561615 - Informar al paciente sobre los posibles cambios de aspecto y/o dosis al tratarse de un fármaco genérico.
- 561616 - Informar al paciente sobre posibles interacciones de fármacos / comidas, si procede.
- 561617 - Informar al paciente tanto del nombre genérico como del comercial de cada medicamento.
- 561618 - Instruir al paciente acerca de la administración / aplicación de cada medicamento.
- 561619 - Instruir al paciente acerca de la dosis, vía de administración y duración de los efectos de cada medicamento.
- 561621 - Instruir al paciente acerca de los posibles efectos secundarios adversos de cada medicamento.
- 561622 - Instruir al paciente acerca del propósito y acción de cada medicamento.
- 561623 - Instruir al paciente sobre como conseguir las prescripciones, si procede.
- 561624 - Instruir al paciente sobre el cuidado adecuado de los dispositivos utilizados en la administración.
- 561625 - Instruir al paciente sobre las acciones correctas que debe tomar si se producen efectos secundarios.
- 561626 - Instruir al paciente sobre los criterios que han de utilizarse al decidir alterar la dosis / horario de la medicación, si procede.
- 561627 - Instruir al paciente sobre los signos y síntomas de sobredosis y sub. dosis.
- 561628 - Proporcionar información escrita al paciente acerca de la acción, propósito, efectos secundarios, de los medicamentos.
- 561629 - Proporcionar información sobre el reembolso de los medicamentos, si procede.
- 561630 - Proporcionar información sobre los dispositivos de alerta de medicamentos y sobre la forma de obtenerlos.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 561631 - Proporcionar información sobre programas / organizaciones de ahorro de costes para obtener medicamentos y dispositivos, si es el caso.
- 561632 - Recomendar al paciente llevar la documentación del régimen de medicación prescrita.
- 561633 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.

**2380 - Manejo de la medicación.** Facilitar la utilización segura y efectiva de los medicamentos prescritos y de libre dispensación.

**Actividades**

- 238001 - Proporcionar al paciente una lista de recursos con los que puede ponerse en contacto para obtener mayor información sobre el régimen de medicación.
- 238002 - Ayudar al paciente y a los miembros de la familia a realizar los ajustes necesarios en el estilo de vida asociados a ciertos medicamentos, si procede.
- 238003 - Comprobar la capacidad del paciente para automedicarse, si procede.
- 238004 - Conocer si el paciente está utilizando remedios caseros basados en su cultura y los posibles efectos que puedan tener sobre el uso de medicamentos de venta libre y medicamentos recetados.
- 238005 - Consultar con otros profesionales de cuidados para minimizar el número y la frecuencia de administración de los medicamentos para conseguir el efecto terapéutico.
- 238006 - Desarrollar estrategias con el paciente para potenciar el cumplimiento del régimen de medicación prescrito.
- 238007 - Determinar el impacto del uso de la medicación en el estilo de vida del paciente.
- 238008 - Determinar los factores que pueden impedir al paciente tomar los fármacos tal como se han prescrito.
- 238009 - Determinar los fármacos necesarios y administrar de acuerdo con la prescripción médica y/o el protocolo.
- 238010 - Enseñar al paciente cuándo debe conseguir atención médica.
- 238011 - Enseñar al paciente y/o la familia el método de administración de los fármacos, si procede.
- 238012 - Establecer un protocolo para el almacenamiento, adquisición y control de los medicamentos dejados al pie de la cama con propósitos de automedicación.
- 238013 - Explicar al paciente y/o la familia la acción y los efectos secundarios esperados de la medicación.
- 238014 - Facilitar los cambios de medicación con el médico, si procede.
- 238015 - Identificar los tipos y las cantidades de fármacos de venta libre utilizados.
- 238016 - Investigar los posibles recursos económicos para la adquisición de los fármacos prescritos, si procede.
- 238017 - Observar los efectos terapéuticos de la medicación en el paciente.
- 238018 - Observar si hay signos y síntomas de toxicidad de la medicación.
- 238019 - Observar si se producen efectos adversos derivados de los fármacos.
- 238020 - Observar si se producen interacciones no terapéuticas por la medicación.
- 238021 - Obtener la orden médica para la automedicación de paciente, si procede.
- 238023 - Proporcionar al paciente y/o a los miembros de la familia información escrita y visual para potenciar la autoadministración de los medicamentos, según sea necesario.
- 238024 - Proporcionar alternativas para la sincronización y modalidad de

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

autoadministración de medicamentos con el propósito de minimizar los efectos en el estilo de vida del paciente.

238025 - Proporcionar información acerca del uso de medicamentos de venta libre y la influencia que pueden tener en el estado existente.

238026 - Revisar periódicamente con el paciente y/o familia, los tipos y dosis de medicamentos tomados.

238027 - Vigilar la eficacia de la modalidad de administración de la medicación.

238028 - Vigilar los niveles de suero en sangre (electrolitos, protrombina, medicamentos), si procede.

## **00079. INCUMPLIMIENTO**

**Definición:** Conducta de una persona o un cuidador que no coincide con el plan terapéutico o de promoción de la salud acordado entre la persona (o la familia o comunidad) y un profesional de la salud. Ante un plan terapéutico o de promoción de la salud, acordado, la conducta de la persona o del cuidador lo incumple total o parcialmente y puede conducir a resultados clínicos parciales o totalmente ineficaces.

**Características definitorias:** Conducta indicativa de no seguimiento del tratamiento (por medición directa o por afirmaciones del cliente u otra persona, allegada) pruebas objetivas (mediciones fisiológicas, detección de marcadores); evidencia de desarrollo de complicaciones; evidencia de exacerbación de los síntomas; no asistencia a las visitas concertadas; falta de progresos. Pruebas objetivas (p. Ej. medidas fisiológicas, detección de marcadores fisiológicos).

### **Factores relacionados:**

*Sistema de salud:* Accesos a los cuidados. Relación del paciente y el proveedor de los cuidados. Habilidades de comunicación del proveedor de los cuidados. Conveniencia de los cuidados. Credibilidad del proveedor de los cuidados. Cobertura sanitaria individual. Continuidad del proveedor de los cuidados. Seguimiento regular del proveedor de los cuidados. Remuneración del proveedor de los cuidados. Satisfacción con los cuidados. Habilidades de enseñanza del proveedor de los cuidados.

*Plan de cuidados de la salud:* Complejidad. Costo. Duración. Flexibilidad económica del plan. Intensidad.

*Individuales:* Influencias culturales. Habilidades de desarrollo. Creencias sobre la salud. Sistemas de valores individuales. Conocimientos relevantes para la conducta prescrita. Fuerza motivacionales. Habilidades personales. Persona significativa. Habilidad relevante para la conducta prescrita. Valores espirituales. Percepción de las creencias de las personas significativas. Valoración social del plan.

*Red de soporte:* Implicación de los miembros de la familia en el plan de salud.

## **Criterios de Resultado (NOC)**

**1209 - Motivación.** Impulso interno que mueve o incita a un individuo acciones positivas.

### **Indicadores**

- 120901 - Planes para el futuro.
- 120902 - Desarrolla un plan de acción.
- 120903 - Obtiene los recursos necesarios.
- 120904 - Obtiene el apoyo necesario.
- 120905 - Autoinicia conductas dirigidas hacia objetivos.
- 120906 - Busca nuevas experiencias.
- 120907 - Mantiene una autoestima positiva.
- 120908 - Acoge las oportunidades para realizar contribuciones.
- 120909 - Demuestra flexibilidad.
- 120910 - Expresa la creencia en la capacidad para realizar la acción.
- 120911 - Expresa que la ejecución conducirá al resultado deseado.
- 120912 - Finaliza las tareas o actividades.
- 120913 - Acepta las responsabilidades de las acciones.
- 120914 - Anticipa recompensas intrínsecas y extrínsecas.
- 120915 - Expresa intención de actuar.

**1600 - Conducta de obediencia.** Acciones autoiniciadas para fomentar el bienestar, la recuperación y la rehabilitación.

### **Indicadores**

- 160001 - Preguntar cuestiones cuando es necesario.
- 160002 - Busca información relacionada con la salud a partir de diversas fuentes.
- 160003 - Utiliza información relacionada con la salud procedente de diversas fuentes para desarrollar estrategias sanitarias.
- 160004 - Contrapesa los riesgos y los beneficios de la conducta sanitaria.
- 160007 - Proporciona razones para adoptar una pauta.
- 160008 - Refiere el uso de estrategias para eliminar una conducta insalubre.
- 160009 - Refiere el uso de estrategias para aumentar al máximo la salud.
- 160010 - Utiliza los servicios sanitarios de forma congruente con las necesidades.
- 160011 - Realiza AVD compatibles con su energía y tolerancia.
- 160012 - Realiza autoselección.
- 160013 - Describe razones para desviarse del régimen recomendado.
- 160014 - Realiza automonitorización.

**1601 - Conducta de cumplimiento.** Acciones personales basadas en el asesoramiento profesional para promocionar el bienestar, la recuperación y la rehabilitación.



### **Indicadores**

- 160101 - Confianza en el profesional sanitario sobre la información recibida.
- 160102 - Solicita la pauta prescrita.
- 160103 - Comunica seguir la pauta prescrita.
- 160104 - Acepta el diagnóstico del profesional sanitario.
- 160105 - Conserva la cita con un profesional sanitario.
- 160106 - Modifica la pauta orientada por el profesional sanitario.
- 160107 - Realiza auto screening cuando se le informa.
- 160108 - Realiza las actividades de la vida diaria según prescripción.
- 160109 - Busca ayuda externa para ejecutar la conducta sanitaria.
- 160111 - Refiere los cambios de síntomas a un profesional sanitario.
- 160112 - Monitoriza la respuesta al tratamiento.
- 160113 - Monitoriza la respuesta a la medicación.

### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Nunca demostrado
2. Raramente
3. A veces
4. Frecuentemente
5. Siempre demostrado

### **Intervenciones (NIC)**

**4360 - Modificación de la conducta.** Promoción de un cambio de conducta.

### **Actividades**

- 436001 - Administrar los refuerzos inmediatamente después de que aparezca la conducta.
- 436002 - Administrar refuerzos positivos en las conductas que han de incrementarse.
- 436005 - Animar al paciente a que examine su propia conducta.
- 436006 - Ayudar al paciente a identificar los más pequeños éxitos producidos.
- 436007 - Ayudar al paciente a identificar su fortaleza y reforzarla.
- 436008 - Comunicar el plan de intervención y las modificaciones al equipo de tratamientos, regularmente.
- 436009 - Considerar los refuerzos dados por los cuidadores (atención, tiempo de conversación y lectura ofrecidas al paciente).
- 436011 - Desarrollar un acuerdo de tratamiento con el paciente.
- 436012 - Desarrollar un método (un gráfico o diagrama) para registrar la conducta y sus cambios.
- 436013 - Desarrollar un programa de cambio de conducta.
- 436014 - Desglosar la conducta que ha de cambiarse en unidades de conducta más pequeñas, mensurables.
- 436015 - Determinar la motivación al cambio del paciente.
- 436016 - Determinar si la conducta objetivo identificada deber ser aumentada, disminuida o aprendida.
- 436017 - Discutir el proceso de modificación de la conducta con el paciente / ser querido.
- 436018 - Elegir refuerzos que puedan se controlados (utilizados sólo cuando se produce

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

la conducta que ha de cambiarse).

436019 - Elegir refuerzos que tengan sentido para el paciente.

436020 - Establecer objetivos de conducta de forma escrita.

436021 - Establecer un suceso guía de la conducta antes de iniciar el cambio.

436022 - Evaluar los cambios de conducta mediante la comparación de los sucesos guías con sucesos de conducta posteriores a la intervención.

436023 - Evitar mostrar rechazo o quitar importancia a los esfuerzos del paciente por cambiar su conducta.

436025 - Facilitar el aprendizaje de conductas deseadas por medio de técnicas modernas.

436026 - Facilitar la implicación de otros cuidadores sanitarios en el proceso de modificación, si procede.

436028 - Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos deseables.

436029 - Identificar el problema del paciente en términos de conducta.

436030 - Identificar la conducta que ha de cambiarse (conducta objetivo) en términos específicos, concretos.

436031 - Identificar un programa de aporte de refuerzos: puede ser continuo o intermitente.

436032 - Mantener una conducta coherente por parte del personal.

436033 - Ofrecer un refuerzo positivo a las decisiones del paciente que han sido tomadas independientemente.

436034 - Presentar al paciente a personas (o grupos) que hayan superado con éxito la misma experiencia.

436035 - Realizar un seguimiento de refuerzo a largo plazo (contacto telefónico o personal).

436036 - Reforzar las decisiones constructivas respecto a las necesidades sanitarias.

436037 - Registrar el proceso de modificación, si es necesario.

436038 - Responder dando seguridad en términos de sentimientos cuando se observe que el paciente está libre de síntomas y parezca relajado.

436039 - Retirar los refuerzos positivos de conductas que han de ser disminuidas y fijar refuerzos en una conducta de reemplazo más deseable.

436040 - Tener en cuenta que resulta más sencillo aumentar una conducta que disminuirla.

436041 - Utilizar periodos de tiempo específicos al medir las unidades de conducta.

**4410 - Establecimiento de objetivos comunes.** Colaboración con el paciente para identificar y dar prioridad a los objetivos de cuidados y desarrollar luego un plan para alcanzar estos objetivos.

**Actividades**

441001 - Analizar la escala (tal como se ha desarrollado con el paciente) durante las fechas de revisión para valorar el progreso.

441002 - Animar al paciente a establecer los objetivos de manera clara, evitando el uso de alternativas.

441003 - Animar al paciente a identificar sus propias virtudes y habilidades.

441004 - Animar la aceptación de objetivos parciales con satisfacción.

441005 - Animar la identificación de valores vitales específicos.

441006 - Ayudar al paciente a centrarse en los resultados esperados más que en los

deseados.

441007 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan que cumpla con lo objetivos.

441008 - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños, manejables.

441010 - Ayudar al paciente a examinar las fuentes disponibles para cumplir los objetivos

441011 - Ayudar al paciente a fijar límites temporales realistas.

441012 - Ayudar al paciente a identificar objetivos realistas, que puedan alcanzarse.

441013 - Ayudar al paciente a identificar un indicador de medida específico (comportamiento o suceso social) para cada objetivo.

441014 - Ayudar al paciente a sopesar las actividades utilizadas en la consecución de los objetivos.

441015 - Ayudar al paciente a sopesar los objetivos identificados.

441017 - Ayudar al paciente y a su ser querido a desarrollar expectativas realistas de ellos mismos en el desempeño de sus papeles.

441019 - Construir y utilizar una escala de consecución de objetivos, según proceda.

441020 - Coordinar con el paciente fechas de revisión periódicas para valorar el progreso hacia los objetivos.

441021 - Desarrollar una escala de niveles inferiores y superiores relacionados con los resultados esperados de cada objetivo.

441022 - Establecer los objetivos en términos positivos.

441023 - Evitar imponer valores personales al paciente al determinar los objetivos.

441024 - Explicar al paciente que sólo se deben modificar los comportamientos de uno en uno.

441025 - Explorar con el paciente distintas formas para conseguir los mejores objetivos.

441026 - Explorar con el paciente los métodos de progreso de las mediciones hacia los objetivos.

441027 - Facilitar al paciente la identificación de resultados esperados individualizados para cada objetivo.

441028 - Identificar con el paciente los objetivos de los cuidados.

441029 - Identificar el reconocimiento por parte del paciente de su propio problema.

441030 - Identificar los niveles de la escala definidos por el comportamiento o sucesos sociales para cada objetivo.

441031 - Poner en claro, junto con el paciente, los papeles del cuidador y del paciente.

441032 - Preparar los resultados de comportamiento para ser utilizados en la escala de consecución de objetivos.

441033 - Reconocer el valor y el sistema de creencias del paciente al establecer los objetivos.

441034 - Valorar el nivel de funcionamiento actual del paciente con respecto a cada objetivo.

441035 - Volver a valorar los objetivos y el plan, si procede.

**4420 - Acuerdo con el paciente.** Negocio de un acuerdo con el paciente para reforzar un cambio de conducta específico.

### **Actividades**

442001 - Al ayudar al paciente a identificar las metas, evitar centrarse en el diagnóstico o proceso de enfermedad únicamente.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 442002 - Alentar al paciente a que escriba sus propios objetivos, si fuera posible.
- 442003 - Animar al paciente a que determine sus virtudes y habilidades.
- 442004 - Animar al paciente a que elija un refuerzo / recompensa que sea lo suficientemente importante como para mantener la conducta.
- 442005 - Animar al paciente a que identifique recompensas adecuadas, que tengan sentido.
- 442006 - Animar al paciente a que identifique sus propios objetivos, no los que cree que espera el cuidador.
- 442007 - Ayudar al paciente a desarrollar algún modelo de hoja de información que ayude en el seguimiento de los progresos hacia los objetivos.
- 442008 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan para cumplir con los objetivos.
- 442010 - Ayudar al paciente a dividir las metas complejas en pasos pequeños, manejables.
- 442011 - Ayudar al paciente a establecer las necesidades de tiempo y de frecuencia para la realización de las conductas / acciones.
- 442012 - Ayudar al paciente a establecer límites de tiempo realistas.
- 442013 - Ayudar al paciente a establecer los objetivos a corto y largo plazo.
- 442014 - Ayudar al paciente a establecer objetivos realistas, que puedan conseguirse.
- 442015 - Ayudar al paciente a examinar los recursos disponibles para cumplir con los objetivos.
- 442016 - Ayudar al paciente a identificar hasta los más pequeños éxitos.
- 442017 - Ayudar al paciente a identificar las circunstancias actuales del ambiente que puedan interferir en la consecución de los objetivos.
- 442018 - Ayudar al paciente a identificar las prácticas sobre la salud que desea cambiar.
- 442019 - Ayudar al paciente a identificar los métodos para superar las circunstancias ambientales que pueden interferir en la consecución de objetivos.
- 442020 - Clarificar con el paciente los papeles del cuidador y del paciente, respectivamente.
- 442021 - Coordinar con el paciente las oportunidades de revisión del acuerdo y de los objetivos.
- 442022 - Determinar con el paciente los objetivos de los cuidados.
- 442023 - Disponer la firma del acuerdo por todas las partes implicadas.
- 442024 - Disponer un ambiente abierto, de aceptación, para la creación del acuerdo.
- 442025 - Especificar con el paciente el tiempo de entrega de los refuerzos /recompensas.
- 442026 - Establecer objetivos como conductas fácilmente distinguibles.
- 442027 - Establecer objetivos en términos positivos.
- 442028 - Explorar con el paciente las mejores formas de conseguir los objetivos.
- 442029 - Explorar con el paciente las razones del éxito o falta de éste.
- 442030 - Explorar con el paciente métodos de evaluación de la consecución de los objetivos.
- 442031 - Facilitar la implicación de los seres queridos en el proceso del acuerdo, si así lo desea el paciente.
- 442032 - Facilitar la redacción de un documento por escrito que incluya todos los elementos acordados.
- 442033 - Facilitar la renegociación de los términos del acuerdo, si fuera necesario.
- 442034 - Identificar con el paciente las consecuencias o sanciones por el incumplimiento del acuerdo, si se desea.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 442035 - Identificar junto con el paciente una fecha objetivo para la conclusión del acuerdo.
- 442036 - Identificar las recompensas adicionales con el paciente, si se superan los objetivos originales, según deseos.
- 442037 - Identificar, junto con el paciente, una fecha objetivo para la conclusión del acuerdo.
- 442038 - Instruir al paciente en los diversos métodos de seguimiento y registro de las conductas.
- 442039 - Proporcionar al paciente una copia del acuerdo firmado y fechado.

**4470 - Ayuda en la modificación de sí mismo.** Reafirmación del cambio autodirigido puesto en marcha por el paciente para conseguir metas personales importantes.

**Actividades**

- 447001 - Animar al paciente a ajustar el plan de puesta a punto para fomentar el cambio de conducta, si fuera necesario (tamaño de los pasos o recompensas).
- 447002 - Animar al paciente a comenzar con recompensas extrínsecas y progresar hacia las recompensas intrínsecas.
- 447003 - Animar al paciente a continuar emparejando la conducta deseada con los estímulos existentes hasta que se convierta en algo habitual o automático.
- 447004 - Animar al paciente a desarrollar una medición visual de los cambios de conducta (un gráfico).
- 447005 - Animar al paciente a elegir una afirmación / recompensa que sea lo suficientemente significativa como para mantener la conducta.
- 447006 - Animar al paciente a emparejar una conducta deseada con un estímulo o señal existente (ejercicios después de trabajar cada día).
- 447007 - Animar al paciente a examinar los valores y creencias personales y la satisfacción con ellos.
- 447008 - Animar al paciente a identificar afirmaciones / recompensas adecuadas, que tengan sentido.
- 447009 - Animar al paciente a identificar las etapas que sean manejables en tamaño y que se puedan conseguir en un tiempo preestablecido.
- 447011 - Ayudar al paciente a desarrollar una hoja portátil, fácil de utilizar que ayude en el registro de conductas (puede ser un gráfico o una tabla).
- 447012 - Ayudar al paciente a evaluar el progreso mediante la comparación de registros de la conducta previa con la conducta actual.
- 447013 - Ayudar al paciente a formular un plan sistemático del cambio de conducta.
- 447015 - Ayudar al paciente a identificar incluso los éxitos más pequeños.
- 447016 - Ayudar al paciente a identificar la frecuencia con la que se producen las conductas específicas.
- 447017 - Ayudar al paciente a identificar las circunstancias o situaciones en las que se produce la conducta (señales / desencadenantes).
- 447019 - Ayudar al paciente a identificar las conductas objetivos que deban ser cambiadas para conseguir la meta deseada.
- 447020 - Ayudar al paciente a identificar los métodos de control de las señales conductuales.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 447021 - Ayudar al paciente a identificar una meta de cambio específica.
- 447022 - Ayudar al paciente a valorar los ambientes físico, social e interpersonal para la existencia de las señales / desencadenantes.
- 447023 - Ayudarlo a desarrollar una lista de recompensas de valor extrínseco e intrínseco.
- 447024 - Enseñar al paciente a registrar la incidencia de las conductas durante al menos tres días, hasta dos o tres semanas.
- 447025 - Explicar al paciente la función de las señales / desencadenantes de la aparición de la conducta.
- 447026 - Explicar al paciente la importancia de la automonitorización en el intento de cambiar la conducta.
- 447027 - Explicar al paciente que la lista de recompensas, incluye la manera en la que el cuidador, la familia o los amigos pueden ayudar al paciente en el cambio de conducta.
- 447028 - Explorar con el paciente el uso potencial de la meditación y la relajación progresiva para intentar cambiar la conducta.
- 447029 - Explorar con el paciente la posibilidad de utilizar juegos de roles para clarificar las conductas.
- 447030 - Explorar con el paciente las barreras potenciales al cambio de conducta.
- 447031 - Favorecer el dirigirse hacia la confianza primaria de la autoafirmación en lugar de la familia o el cuidador por la recompensa.
- 447032 - Favorecer la flexibilidad durante el plan de puesta a punto, promoviendo un dominio completo de un paso antes de avanzar al siguiente.
- 447033 - Identificar con el paciente las estrategias más efectivas para el cambio de conducta.
- 447036 - Instruir al paciente en la manera de pasar de un fortalecimiento continuo a un fortalecimiento intermitente.
- 447037 - Valorar el ambiente social y físico del paciente por el grado de apoyo de las conductas deseadas.
- 447038 - Valorar el nivel de conocimiento y habilidad actual del paciente en relación al cambio deseado.
- 447039 - Valorar las razones del paciente para desear cambiar.
- 447040 - Valorar nivel de conocimiento y habilidad actual del paciente en relación al cambio deseado.

**5230 - Aumentar el afrontamiento.** Ayudar al paciente a adaptarse a los factores estresantes, cambios o amenazas percibidas que interfieran en el cumplimiento de las exigencias y papeles de la vida cotidiana.

**Actividades**

- 523001 - Alentar a la familia a comunicar sus sentimientos por el miembro familiar enfermo.
- 523002 - Alentar al paciente a encontrar una descripción realista del cambio de papel.
- 523003 - Alentar el uso de fuentes espirituales, si resulta adecuado.
- 523004 - Alentar la aceptación de las limitaciones de los demás.
- 523005 - Alentar la manifestación de sentimientos, percepciones y miedos.
- 523006 - Alentar una actitud de esperanza realista como forma de manejar los sentimientos de impotencia.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 523007 - Animar al paciente a desarrollar relaciones.
- 523008 - Animar al paciente a evaluar su propio comportamiento.
- 523009 - Animar al paciente al identificar sus puntos fuertes y sus capacidades.
- 523010 - Animar la implicación familiar, si procede.
- 523011 - Apoyar el uso de mecanismos de defensa adecuados.
- 523012 - Ayudar al paciente a clarificar los conceptos equivocados.
- 523013 - Ayudar al paciente a desarrollar una valoración objetiva del acontecimiento.
- 523014 - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños, manejables.
- 523015 - Ayudar al paciente a examinar fuentes disponibles para cumplir con los objetivos.
- 523016 - Ayudar al paciente a identificar estrategias positivas para hacerse cargo de sus limitaciones, y a manejar su estilo de vida o su papel necesario en ella.
- 523017 - Ayudar al paciente a identificar la información que más le interese obtener.
- 523018 - Ayudar al paciente a identificar objetivos adecuados a corto y largo plazo.
- 523019 - Ayudar al paciente a identificar sistemas de apoyo disponibles.
- 523020 - Ayudar al paciente a que se queje y trabaje por las pérdidas de la enfermedad y/o discapacidad crónicas, si es el caso.
- 523021 - Ayudar al paciente a resolver los problemas de una manera constructiva.
- 523022 - Ayudara al paciente a identificar respuestas positivas de los demás.
- 523023 - Confrontar lo sentimientos ambivalentes del paciente (enfado o depresión).
- 523024 - Desalentar la toma de decisiones cuando el paciente se encuentre bajo un fuerte estrés.
- 523025 - Determinar el riesgo del paciente para hacerse daño.
- 523026 - Disminuir los estímulos del ambiente que podrían ser malinterpretados como amenazadores.
- 523027 - Disponer un ambiente de aceptación.
- 523028 - Disponer una preparación de habilidades sociales adecuadas.
- 523029 - Estudiar con el paciente métodos anteriores en el manejo de problemas vitales.
- 523030 - Evaluar la capacidad del paciente para tomar decisiones.
- 523031 - Explorar los éxitos anteriores del paciente.
- 523032 - Facilitar las salidas constructivas a la ira y la hostilidad.
- 523033 - Favorecer las relaciones con personas que tengan intereses y objetivos comunes.
- 523034 - Favorecer situaciones que fomenten la autonomía del paciente.
- 523035 - Fomentar la identificación de valores vitales específicos.
- 523036 - Fomentar las actividades sociales y comunitarias.
- 523037 - Fomentar un dominio gradual de la situación.
- 523038 - Indagar las razones del paciente para su autocrítica.
- 523039 - Instruir al paciente en técnicas de relajación, si resulta necesario.
- 523040 - Presentar al paciente personas (o grupos) que hayan pasado por la misma experiencia con éxito.
- 523041 - Proporcionar al paciente elecciones realistas sobre ciertos aspectos de los cuidados de enfermería.
- 523042 - Proporcionar información objetiva respecto del diagnóstico, tratamiento y pronóstico.
- 523043 - Reconocer la experiencia espiritual / cultural del paciente.
- 523044 - Tratar de comprender la perspectiva del paciente sobre una situación estresante.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 523045 - Tratar las consecuencias de comportarse con sentimientos de culpa y vergüenza.
- 523046 - Utilizar un enfoque sereno, de reafirmación.
- 523047 - Valorar el ajuste del paciente a los cambios de imagen corporal, si está indicado.
- 523048 - Valorar el impacto en la situación vital del paciente en los papeles y relaciones.
- 523049 - Valorar la comprensión del paciente del proceso de enfermedad.
- 523050 - Valorar las necesidades / deseos del paciente de apoyo social.
- 523051 - Valorar y discutir las respuestas alternativas a la situación.

**5240 - Asesoramiento.** Utilización de un proceso de ayuda interactiva centrado en las necesidades, problemas o sentimientos del paciente y sus seres queridos para fomentar o apoyar la capacidad de resolver problemas y las relaciones interpersonales.

**Actividades**

- 524001 - Ayudar al paciente a identificar el problema o la situación causante del trastorno.
- 524002 - Ayudar al paciente a que identifique sus puntos fuertes, y reforzarlos.
- 524003 - Ayudar al paciente a que realice una lista de prioridades de todas las alternativas posibles al problema.
- 524004 - Demostrar simpatía, calidez y autenticidad.
- 524005 - Desaconsejar la toma de decisiones cuando el paciente se encuentre bajo un estrés severo.
- 524006 - Determinar como afecta al paciente el comportamiento de la familia.
- 524007 - Disponer de intimidad par asegurar la confidencialidad.
- 524008 - Establecer la duración de las relaciones de asesoramiento.
- 524009 - Establecer metas
- 524010 - Establecer una relación terapéutica basada en la confianza y el respeto.
- 524011 - Expresar oralmente las discrepancias de los sentimientos y conducta del paciente.
- 524012 - Favorecer el desarrollo de nuevas habilidades, si procede.
- 524013 - Favorecer la expresión de sentimientos.
- 524014 - Fomentar la sustitución de hábitos indeseados por hábitos deseados.
- 524015 - Identificar cualquier diferencia entre el punto de vista del paciente y el punto de vista del equipo de cuidadores acerca de la situación.
- 524016 - Pedir al paciente / ser querido que identifique lo que puede / no puede hacer sobre los que le sucede.
- 524017 - Practicar técnicas de reflexión y clarificación para facilitar la expresión de preocupaciones.
- 524018 - Proporcionar información objetiva, según sea necesario y si procede.
- 524019 - Reforzar nuevas habilidades.
- 524020 - Revelar aspectos seleccionados de las experiencias propias o de la personalidad para dar autenticidad y confianza, si resulta oportuno.
- 524021 - Utilizar herramientas de valoración (papel y lápiz, cinta de audio, cinta de video o ejercicios interactivos con otras personas) para ayudar a que aumente la conciencia de sí mismo del paciente y el conocimiento de la situación por parte del asesor.



**5250 - Apoyo en toma de decisiones.** Proporcionar información y apoyo a un paciente que debe tomar una decisión sobre cuidados sanitarios.

**Actividades**

- 525001 - Ayudar a que el paciente pueda explicar la decisión a otras personas.
- 525002 - Ayudar al paciente a identificar las ventajas y desventajas de cada alternativa.
- 525004 - Determinar si hay diferencias entre el punto de vista del paciente y el punto de vista de los cuidadores sanitarios sobre la condición del paciente.
- 525005 - Establecer comunicación con el paciente al principio de su ingreso.
- 525006 - Facilitar al paciente la articulación de los objetivos de los cuidados.
- 525007 - Facilitar la toma de decisiones en colaboración.
- 525008 - Familiarizarse con la política y los procedimientos del centro.
- 525009 - Informar al paciente sobre la existencia de puntos de vista alternativos y las soluciones.
- 525010 - Obtener el consentimiento válido, cuando se requiera.
- 525011 - Proporcionar la información solicitada por el paciente.
- 525012 - Remitir a grupos de apoyo, si procede.
- 525013 - Respetar el derecho del paciente a recibir o no información.
- 525014 - Servir de enlace entre el paciente y la familia.
- 525015 - Servir de enlace entre el paciente y otros profesionales sanitarios.
- 525016 - Servir de enlaces entre el paciente y otros profesionales sanitarios.

**5440 - Aumentar los sistemas de apoyo.** Facilitar el apoyo del paciente por parte de la familia, los amigos y la comunidad.

- 544001 - Animar al paciente a participar en las actividades sociales y comunitarias.
- 544002 - Calcular la respuesta psicológica a la situación y la disponibilidad del sistema de apoyo.
- 544003 - Determinar el grado de apoyo económico de la familia.
- 544004 - Determinar el grado de apoyo familiar.
- 544005 - Determinar la conveniencia de las redes sociales existentes.
- 544006 - Determinar las barreras al uso de los sistemas de apoyo.
- 544007 - Determinar los sistemas de apoyo actualmente en uso.
- 544008 - Evaluar la conveniencia de los recursos comunitarios para identificar virtudes y defectos.
- 544009 - Explicar a los demás implicados la manera en que puedan ayudar.
- 544010 - Fomentar las relaciones con personas que tengan los mismos intereses y metas.
- 544011 - Implicar a la familia / seres queridos / amigos en los cuidados y la planificación.
- 544012 - Observar la situación familiar actual.
- 544013 - Proporcionar los servicios con una actitud de aprecio y de apoyo.
- 544014 - Remitir a un grupo de autoayuda, si se considera oportuno.
- 544015 - Remitir programas comunitarios de fomento / prevención /tratamiento /rehabilitación, si procede.

**5480 - Clarificación de valores.** Ayuda a una persona a clarificar sus valores con el objeto de facilitar la toma de decisiones efectivas.

### **Actividades**

548001 - Animar al paciente a hacer una lista de lo que es y no es importante en la vida y del tiempo que ocupa en cada aspecto.

548002 - Animar al paciente a hacer una lista de valores que guíen la conducta en distintos ambientes y tipos de situaciones.

548003 - Apoyar la decisión del paciente, si procede.

548004 - Ayudar al paciente a definir alternativas y sus ventajas y desventajas.

548005 - Ayudar al paciente a evaluar si los valores están de acuerdo o en conflicto con los miembros de la familia / seres queridos.

548006 - Crear una atmósfera de aceptación, sin juicios.

548007 - Evitar el uso de interrogatorios de corroboración.

548008 - Evitar el uso de la intervención con personas que tengan serios problemas emocionales.

548009 - Fomentar la consideración de las cuestiones y consecuencias de la conducta.

548010 - Plantear cuestiones reflexivas, clarificadoras, que den al paciente algo en qué pensar.

548011 - Tener en cuenta los aspectos éticos y legales de la libre elección, dada la situación particular, antes de comenzar la intervención.

548012 - Utilizar cuestiones adecuadas para ayudar al paciente a reflexionar sobre la situación y lo que es personalmente importante.

548013 - Utilizar sesiones múltiples, según lo indique la situación específica.

548014 - Utilizar una técnica escrita de clarificación de valores (situación y cuestión escritas), si procede.

**5510 - Educación sanitaria.** Desarrollar y proporcionar instrucción y experiencias de enseñanza que faciliten la adaptación voluntaria de la conducta para conseguir la salud en personas, familias, grupos o comunidades.

### **Actividades**

551001 - Ayudar a las personas, familia y comunidades para clarificar las creencias y valores sanitarios.

551002 - Centrarse en beneficios de salud positivos, inmediatos o a corto plazo para conductas de estilo de vida positivas, en lugar de beneficios a largo plazo o efectos negativos derivados de incumplimientos.

551003 - Considerar la accesibilidad, las preferencias del consumidor y los costes de planificación del programa.

551004 - Desarrollar materiales educativos escritos en un nivel de lectura adecuado a la audiencia objetivo.

551006 - Determinar e implementar estrategias para medir el programa y la efectividad en términos económicos de la educación, utilizando estos datos para mejorar la eficacia de los programas ulteriores.

551007 - Determinar e implementar estrategias para medir los resultados en los pacientes a intervalos regulares durante y después de terminar el programa.

551008 - Determinar el apoyo de la familia, semejantes y comunidad a conductas que induzcan la salud.

551009 - Determinar el conocimiento sanitario actual y las conductas del estilo de vida de

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

los individuos, familia o grupo objetivo.

551010 - Determinar el contexto personal e historial sociocultural de la conducta sanitaria personal, familiar o comunitaria.

551011 - Determinar grupos de riesgos y márgenes de edad que se beneficien más de la educación sanitaria.

551012 - Determinar las necesidades identificadas en Gente sana

2000: Objetivos nacionales de fomento de la salud y prevención de enfermedades u otras necesidades locales, autonómicas y nacionales.

551013 - Disponer lecciones para proporcionar el máximo de información, cuando corresponda.

551014 - Enseñar estrategias que puedan utilizarse para resistir conductas insalubres o que entrañen riesgos, en vez de dar consejos para evitar o cambiar la conducta.

551015 - Establecer prioridades de las necesidades identificadas del alumno en función de las preferencias del paciente, técnica del cuidador, recursos disponibles y probabilidades de éxito en la consecución de las metas.

551016 - Evitar el uso de técnicas que provoquen miedo como estrategia para motivar el cambio de conductas de salud o estilo de vida en la gente.

551017 - Facilitar el seguimiento a largo plazo para reforzar la adaptación de estilos de vida y conductas saludables.

551018 - Fomentar una política por la que las compañías de seguros tengan en consideración reducciones en las primas o beneficios por prácticas saludables en el estilo de vida.

551019 - Formular los objetivos del programa de educación sanitaria.

551020 - Identificar las características de la población objetivo que afectan la selección de las estrategias de enseñanza.

551021 - Identificar los factores internos y externos que puedan mejorar o disminuir la motivación en conductas sanitarias.

551022 - Identificar los recursos (p. Ej. personal, espacio, equipo y dinero) necesarios para llevar a cabo el programa.

551023 - Implicar a los individuos, familias y grupos en la planificación e implementación de los planes destinados a la modificación de conductas de estilo de vida o respecto de la salud.

551024 - Incorporar estrategias para potenciar la autoestima de la audiencia objetivo.

551025 - Influir en el desarrollo de una política que garantice la educación sanitaria como beneficio para el empleado.

551026 - Mantener una presentación centrada, corta y que comience y termine con el tema principal.

551027 - Planificar un seguimiento a largo plazo para reforzar la adaptación de estilos de vida y conductas saludables.

551028 - Realizar publicidad atractiva de forma estratégica para llamar la atención de la audiencia objetivo.

551029 - Utilizar debates de grupo y juego de roles para influir en las creencias, actitudes y valores que existen sobre la salud.

551030 - Utilizar demostraciones, participación de alumnos y manipulación de los materiales al enseñar las técnicas psicomotoras.

551031 - Utilizar estrategias y puntos de intervención variados en el programa educativo.

551032 - Utilizar instrucción apoyada por ordenador, televisión, vídeos interactivos y

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

demás tecnologías para proporcionar la información.

551033 - Utilizar líderes, profesores del mismo ambiente y grupos de apoyo en la implementación de programas dirigidos a grupos menos inclinados a escuchar a los profesionales de la salud o adultos.

551034 - Utilizar presentaciones de grupo para proporcionar apoyo y disminuir la amenaza a los alumnos que experimenten problemas o inquietudes similares, si procede.

551035 - Utilizar sistemas de apoyo social y familiar para potenciar la eficacia de la modificación de conductas de estilo de vida o de la salud.

551036 - Utilizar teleconferencias, telecomunicaciones y tecnologías informáticas para la enseñanza a distancia.

**7400 - Guías del sistema sanitario.** Facilitar al paciente la localización y la utilización adecuada de los servicios sanitarios.

**Actividades**

740001 - Aconsejar la disponibilidad de una segunda opinión.

740002 - Animar al paciente / familia a que haga preguntas sobre los servicios y costes.

740003 - Ayudar a los pacientes a rellenar los formularios de asistencia, tales como alojamiento y ayuda económica, si lo precisan.

740004 - Coordinar / programar el tiempo que necesita cada servicio para proporcionar los cuidados, si procede.

740008 - Determinar y facilitar la comunicación entre los cuidadores y el paciente, si es el caso.

740009 - Determinar y facultar las necesidades de transporte para obtener los servicios de asistencia sanitaria.

740010 - Disponer un sistema de seguimiento con el paciente, si procede.

740011 - Explicar el sistema de cuidados sanitarios inmediato, su funcionamiento y lo que puede esperar el paciente / familia.

740012 - Informar acerca de las implicaciones que supone firmar el formulario de consentimiento.

740013 - Informar al paciente cómo acceder a los servicios de urgencia por medio del teléfono o vehículo, si procede.

740014 - Informar al paciente de los costes, tiempo, alternativas y riesgos implicados en un examen o procedimiento específico.

740015 - Informar al paciente de los requisitos de acreditación y del departamento sanitario estatal para juzgar la calidad de una institución.

740016 - Informar al paciente sobre los distintos tipos de instalaciones de cuidados (p. Ej. hospital general, hospital de especialidades, hospital universitario, clínica de ingreso y clínica quirúrgica de día) según corresponda.

740017 - Informar sobre los recursos comunitarios adecuados y las personas de contacto.

740018 - Instruir al paciente sobre el tipo de servicio que puede esperar de cada clase de cuidador sanitario (p. Ej. especialistas de enfermería, dietista titulados, auxiliares de enfermería, médicos internistas y psicólogos).

740019 - Proporcionar al paciente una copia de los derechos del paciente.

740021 - Proporcionar instrucciones escritas sobre el propósito y el lugar de las actividades de cuidados, si procede.

740023 - Proporcionar instrucciones escritas sobre el propósito y lugar de las actividades

de cuidados, si procede.

## **00078. GESTIÓN INEFICAZ DE LA PROPIA SALUD**

**Definición:** Patrón de regulación e integración en la vida cotidiana, de un régimen terapéutico para el tratamiento de la enfermedad y sus secuelas, que es insatisfactorio para alcanzar los objetivos relacionados con la salud.

**Características definatorias:** Fracaso al incluir el régimen de tratamiento en la vida diaria, Fracaso al emprender acciones para reducir los factores de riesgo, en su vida diaria hace elecciones ineficaces para alcanzar objetivos de salud, verbaliza deseos de manejar la enfermedad, verbaliza dificultades con los tratamientos prescritos.

**Factores relacionados:** Complejidad del sistema de cuidados de salud. Complejidad del régimen terapéutico. Conflicto de decisiones. Dificultades económicas. Demandas excesivas (Ej. individuales, familiares). Conflicto familiar. Patrones familiares de cuidado de la salud. Inadecuación del número de claves para la acción. Déficit de conocimientos. Régimen. Percepción de barreras. Impotencia. Percepción de gravedad. Percepción de susceptibilidad. Percepción de beneficios. Déficit de soporte social.

### **Criterios de Resultado (NOC)**

**1601 - Conducta de cumplimiento.** Acciones personales basadas en el asesoramiento profesional para promocionar el bienestar, la recuperación y la rehabilitación.

#### **Indicadores**

**160101** - Confianza en el profesional sanitario sobre la información recibida.

**160102** - Solicita la pauta prescrita.

**160103** - Comunica seguir la pauta prescrita.

**160104** - Acepta el diagnóstico del profesional sanitario.

**160105** - Conserva la cita con un profesional sanitario.

**160106** - Modifica la pauta orientada por el profesional sanitario.

**160107** - Realiza auto screening cuando se le informa.

**160108** - Realiza las actividades de la vida diaria según prescripción.

**160109** - Busca ayuda externa para ejecutar la conducta sanitaria.

**160111** - Refiere los cambios de síntomas a un profesional sanitario.

**160112** - Monitoriza la respuesta al tratamiento.

**160113** - Monitoriza la respuesta a la medicación.

**1609 - Conducta terapéutica: enfermedad o lesión.** Acciones personales para paliar la lesión o eliminar patología.

#### **Indicadores**

**160901** - Cumple las precauciones recomendadas.

**160902** - Cumple el régimen terapéutico recomendado.

*Enfermería profesión independiente*

- 160903 - Cumple los tratamientos prescritos.
- 160904 - Cumple las actividades prescritas.
- 160905 - Cumple el régimen de medicación.
- 160906 - Evita conductas que potencian la patología.
- 160907 - Realiza cuidados personales compatibles con la habilidad.
- 160908 - Supervisa los efectos terapéuticos.
- 160909 - Supervisa los efectos secundarios del tratamiento.
- 160910 - Supervisa los efectos secundarios de la enfermedad.
- 160911 - Supervisa los cambios en el estado de enfermedad.
- 160912 - Utiliza dispositivos correctamente.
- 160913 - Altera las funciones del rol para cumplir los requerimientos terapéuticos.
- 160914 - Equilibrio entre tratamiento, ejercicio, trabajo, ocio, descanso y nutrición.
- 160915 - Busca consejo de un profesional sanitario cuando es necesario.
- 160916 - Solicita una visita con el profesional sanitario cuando es necesario.

Escala de Lickert para los Indicadores:

1. Nunca demostrado
2. Raramente
3. A veces
4. Frecuentemente
5. Siempre demostrado

### **Intervenciones (NIC)**

**4360 - Modificación de la conducta.** Promoción de un cambio de conducta.

#### **Actividades**

- 436001 - Administrar los refuerzos inmediatamente después de que aparezca la conducta.
- 436002 - Administrar refuerzos positivos en las conductas que han de incrementarse.
- 436005 - Animar al paciente a que examine su propia conducta.
- 436006 - Ayudar al paciente a identificar los más pequeños éxitos producidos.
- 436007 - Ayudar al paciente a identificar su fortaleza y reforzarla.
- 436008 - Comunicar el plan de intervención y las modificaciones al equipo de tratamientos, regularmente.
- 436009 - Considerar los refuerzos dados por los cuidadores (atención, tiempo de conversación y lectura ofrecidas al paciente).
- 436011 - Desarrollar un acuerdo de tratamiento con el paciente.
- 436012 - Desarrollar un método (un gráfico o diagrama) para registrar la conducta y sus cambios.
- 436013 - Desarrollar un programa de cambio de conducta.
- 436014 - Desglosar la conducta que ha de cambiarse en unidades de conducta más pequeñas, mensurables.
- 436015 - Determinar la motivación al cambio del paciente.
- 436016 - Determinar si la conducta objetivo identificada deber ser aumentada, disminuida o aprendida.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 436017 - Discutir el proceso de modificación de la conducta con el paciente / ser querido.
- 436018 - Elegir refuerzos que puedan ser controlados (utilizados sólo cuando se produce la conducta que ha de cambiarse).
- 436019 - Elegir refuerzos que tengan sentido para el paciente.
- 436020 - Establecer objetivos de conducta de forma escrita.
- 436021 - Establecer un suceso guía de la conducta antes de iniciar el cambio.
- 436022 - Evaluar los cambios de conducta mediante la comparación de los sucesos guías con sucesos de conducta posteriores a la intervención.
- 436023 - Evitar mostrar rechazo o quitar importancia a los esfuerzos del paciente por cambiar su conducta.
- 436025 - Facilitar el aprendizaje de conductas deseadas por medio de técnicas modernas.
- 436026 - Facilitar la implicación de otros cuidadores sanitarios en el proceso de modificación, si procede.
- 436028 - Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos deseables.
- 436029 - Identificar el problema del paciente en términos de conducta.
- 436030 - Identificar la conducta que ha de cambiarse (conducta objetivo) en términos específicos, concretos.
- 436031 - Identificar un programa de aporte de refuerzos: puede ser continuo o intermitente.
- 436032 - Mantener una conducta coherente por parte del personal.
- 436033 - Ofrecer un refuerzo positivo a las decisiones del paciente que han sido tomadas independientemente.
- 436034 - Presentar al paciente a personas (o grupos) que hayan superado con éxito la misma experiencia.
- 436035 - Realizar un seguimiento de refuerzo a largo plazo (contacto telefónico o personal).
- 436036 - Reforzar las decisiones constructivas respecto a las necesidades sanitarias.
- 436037 - Registrar el proceso de modificación, si es necesario.
- 436038 - Responder dando seguridad en términos de sentimientos cuando se observe que el paciente está libre de síntomas y parezca relajado.
- 436039 - Retirar los refuerzos positivos de conductas que han de ser disminuidas y fijar refuerzos en una conducta de reemplazo más deseable.
- 436040 - Tener en cuenta que resulta más sencillo aumentar una conducta que disminuirla.
- 436041 - Utilizar periodos de tiempo específicos al medir las unidades de conducta.

**4410 - Establecimiento de objetivos comunes.** Colaboración con el paciente para identificar y dar prioridad a los objetivos de cuidados y desarrollar luego un plan para alcanzar estos objetivos.

**Actividades**

- 441001 - Analizar la escala (tal como se ha desarrollado con el paciente) durante las fechas de revisión para valorar el progreso.
- 441002 - Animar al paciente a establecer los objetivos de manera clara, evitando el uso de alternativas.
- 441003 - Animar al paciente a identificar sus propias virtudes y habilidades.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 441004 - Animar la aceptación de objetivos parciales con satisfacción.
  - 441005 - Animar la identificación de valores vitales específicos.
  - 441006 - Ayudar al paciente a centrarse en los resultados esperados más que en los deseados.
  - 441007 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan que cumpla con lo objetivos.
  - 441008 - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños, manejables.
  - 441010 - Ayudar al paciente a examinar las fuentes disponibles para cumplir los objetivos
  - 441011 - Ayudar al paciente a fijar límites temporales realistas.
  - 441012 - Ayudar al paciente a identificar objetivos realistas, que puedan alcanzarse.
  - 441013 - Ayudar al paciente a identificar un indicador de medida específico (comportamiento o suceso social) para cada objetivo.
  - 441014 - Ayudar al paciente a sopesar las actividades utilizadas en la consecución de los objetivos.
  - 441015 - Ayudar al paciente a sopesar los objetivos identificados.
  - 441017 - Ayudar al paciente y a su ser querido a desarrollar expectativas realistas de ellos mismos en el desempeño de sus papeles.
  - 441019 - Construir y utilizar una escala de consecución de objetivos, según proceda.
  - 441020 - Coordinar con el paciente fechas de revisión periódicas para valorar el progreso hacia los objetivos.
  - 441021 - Desarrollar una escala de niveles inferiores y superiores relacionados con los resultados esperados de cada objetivo.
  - 441022 - Establecer los objetivos en términos positivos.
  - 441023 - Evitar imponer valores personales al paciente al determinar los objetivos.
  - 441024 - Explicar al paciente que sólo se deben modificar los comportamientos de uno en uno.
  - 441025 - Explorar con el paciente distintas formas para conseguir los mejores objetivos.
  - 441026 - Explorar con el paciente los métodos de progreso de las mediciones hacia los objetivos.
  - 441027 - Facilitar al paciente la identificación de resultados esperados individualizados para cada objetivo.
  - 441028 - Identificar con el paciente los objetivos de los cuidados.
  - 441029 - Identificar el reconocimiento por parte del paciente de su propio problema.
  - 441030 - Identificar los niveles de la escala definidos por el comportamiento o sucesos sociales para cada objetivo.
  - 441031 - Poner en claro, junto con el paciente, los papeles del cuidador y del paciente.
  - 441032 - Preparar los resultados de comportamiento para ser utilizados en la escala de consecución de objetivos.
  - 441033 - Reconocer el valor y el sistema de creencias del paciente al establecer los objetivos.
  - 441034 - Valorar el nivel de funcionamiento actual del paciente con respecto a cada objetivo.
  - 441035 - Volver a valorar los objetivos y el plan, si procede.
- 4420 - Acuerdo con el paciente.** Negocio de un acuerdo con el paciente para reforzar un cambio de conducta específico.



*Enfermería profesión independiente*

**Actividades**

- 442001 - Al ayudar al paciente a identificar las metas, evitar centrarse en el diagnóstico o proceso de enfermedad únicamente.
- 442002 - Alentar al paciente a que escriba sus propios objetivos, si fuera posible.
- 442003 - Animar al paciente a que determine sus virtudes y habilidades.
- 442004 - Animar al paciente a que elija un refuerzo / recompensa que sea lo suficientemente importante como para mantener la conducta.
- 442005 - Animar al paciente a que identifique recompensas adecuadas, que tengan sentido.
- 442006 - Animar al paciente a que identifique sus propios objetivos, no los que cree que espera el cuidador.
- 442007 - Ayudar al paciente a desarrollar algún modelo de hoja de información que ayude en el seguimiento de los progresos hacia los objetivos.
- 442008 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan para cumplir con los objetivos.
- 442010 - Ayudar al paciente a dividir las metas complejas en pasos pequeños, manejables.
- 442011 - Ayudar al paciente a establecer las necesidades de tiempo y de frecuencia para la realización de las conductas / acciones.
- 442012 - Ayudar al paciente a establecer límites de tiempo realistas.
- 442013 - Ayudar al paciente a establecer los objetivos a corto y largo plazo.
- 442014 - Ayudar al paciente a establecer objetivos realistas, que puedan conseguirse.
- 442015 - Ayudar al paciente a examinar los recursos disponibles para cumplir con los objetivos.
- 442016 - Ayudar al paciente a identificar hasta los más pequeños éxitos.
- 442017 - Ayudar al paciente a identificar las circunstancias actuales del ambiente que puedan interferir en la consecución de los objetivos.
- 442018 - Ayudar al paciente a identificar las prácticas sobre la salud que desea cambiar.
- 442019 - Ayudar al paciente a identificar los métodos para superar las circunstancias ambientales que pueden interferir en la consecución de objetivos.
- 442020 - Clarificar con el paciente los papeles del cuidador y del paciente, respectivamente.
- 442021 - Coordinar con el paciente las oportunidades de revisión del acuerdo y de los objetivos.
- 442022 - Determinar con el paciente los objetivos de los cuidados.
- 442023 - Disponer la firma del acuerdo por todas las partes implicadas.
- 442024 - Disponer un ambiente abierto, de aceptación, para la creación del acuerdo.
- 442025 - Especificar con el paciente el tiempo de entrega de los refuerzos /recompensas.
- 442026 - Establecer objetivos como conductas fácilmente distinguibles.
- 442027 - Establecer objetivos en términos positivos.
- 442028 - Explorar con el paciente las mejores formas de conseguir los objetivos.
- 442029 - Explorar con el paciente las razones del éxito o falta de éste.
- 442030 - Explorar con el paciente métodos de evaluación de la consecución de los objetivos.
- 442031 - Facilitar la implicación de los seres queridos en el proceso del acuerdo, si así lo desea el paciente.
- 442032 - Facilitar la redacción de un documento por escrito que incluya todos los elementos acordados.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 442033 - Facilitar la renegociación de los términos del acuerdo, si fuera necesario.
- 442034 - Identificar con el paciente las consecuencias o sanciones por el incumplimiento del acuerdo, si se desea.
- 442035 - Identificar junto con el paciente una fecha objetivo para la conclusión del acuerdo.
- 442036 - Identificar las recompensas adicionales con el paciente, si se superan los objetivos originales, según deseos.
- 442037 - Identificar, junto con el paciente, una fecha objetivo para la conclusión del acuerdo.
- 442038 - Instruir al paciente en los diversos métodos de seguimiento y registro de las conductas.
- 442039 - Proporcionar al paciente una copia del acuerdo firmado y fechado.

**4470 - Ayuda en la modificación de sí mismo.** Reafirmación del cambio autodirigido puesto en marcha por el paciente para conseguir metas personales importantes.

**Actividades**

- 447001 - Animar al paciente a ajustar el plan de puesta a punto para fomentar el cambio de conducta, si fuera necesario (tamaño de los pasos o recompensas).
- 447002 - Animar al paciente a comenzar con recompensas extrínsecas y progresar hacia las recompensas intrínsecas.
- 447003 - Animar al paciente a continuar emparejando la conducta deseada con los estímulos existentes hasta que se convierta en algo habitual o automático.
- 447004 - Animar al paciente a desarrollar una medición visual de los cambios de conducta (un gráfico).
- 447005 - Animar al paciente a elegir una afirmación / recompensa que sea lo suficientemente significativa como para mantener la conducta.
- 447006 - Animar al paciente a emparejar una conducta deseada con un estímulo o señal existente (ejercicios después de trabajar cada día).
- 447007 - Animar al paciente a examinar los valores y creencias personales y la satisfacción con ellos.
- 447008 - Animar al paciente a identificar afirmaciones / recompensas adecuadas, que tengan sentido.
- 447009 - Animar al paciente a identificar las etapas que sean manejables en tamaño y que se puedan conseguir en un tiempo preestablecido.
- 447011 - Ayudar al paciente a desarrollar una hoja portátil, fácil de utilizar que ayude en el registro de conductas (puede ser un gráfico o una tabla).
- 447012 - Ayudar al paciente a evaluar el progreso mediante la comparación de registros de la conducta previa con la conducta actual.
- 447013 - Ayudar al paciente a formular un plan sistemático del cambio de conducta.
- 447015 - Ayudar al paciente a identificar incluso los éxitos más pequeños.
- 447016 - Ayudar al paciente a identificar la frecuencia con la que se producen las conductas específicas.
- 447017 - Ayudar al paciente a identificar las circunstancias o situaciones en las que se produce la conducta (señales / desencadenantes).
- 447019 - Ayudar al paciente a identificar las conductas objetivos que deban ser cambiadas para conseguir la meta deseada.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 447020 - Ayudar al paciente a identificar los métodos de control de las señales conductuales.
- 447021 - Ayudar al paciente a identificar una meta de cambio específica.
- 447022 - Ayudar al paciente a valorar los ambientes físico, social e interpersonal para la existencia de las señales / desencadenantes.
- 447023 - Ayudarle a desarrollar una lista de recompensas de valor extrínseco e intrínseco.
- 447024 - Enseñar al paciente a registrar la incidencia de las conductas durante al menos tres días, hasta dos o tres semanas.
- 447025 - Explicar al paciente la función de las señales / desencadenantes de la aparición de la conducta.
- 447026 - Explicar al paciente la importancia de la automonitorización en el intento de cambiar la conducta.
- 447027 - Explicar al paciente que la lista de recompensas, incluye la manera en la que el cuidador, la familia o los amigos pueden ayudar al paciente en el cambio de conducta.
- 447028 - Explorar con el paciente el uso potencial de la meditación y la relajación progresiva para intentar cambiar la conducta.
- 447029 - Explorar con el paciente la posibilidad de utilizar juegos de roles para clarificar las conductas.
- 447030 - Explorar con el paciente las barreras potenciales al cambio de conducta.
- 447031 - Favorecer el dirigirse hacia la confianza primaria de la autoafirmación en lugar de la familia o el cuidador por la recompensa.
- 447032 - Favorecer la flexibilidad durante el plan de puesta a punto, promoviendo un dominio completo de un paso antes de avanzar al siguiente.
- 447033 - Identificar con el paciente las estrategias más efectivas para el cambio de conducta.
- 447036 - Instruir al paciente en la manera de pasar de un fortalecimiento continuo a un fortalecimiento intermitente.
- 447037 - Valorar el ambiente social y físico del paciente por el grado de apoyo de las conductas deseadas.
- 447038 - Valorar el nivel de conocimiento y habilidad actual del paciente en relación al cambio deseado.
- 447039 - Valorar las razones del paciente para desear cambiar.
- 447040 - Valorar nivel de conocimiento y habilidad actual del paciente en relación al cambio deseado.

**5270 - Apoyo emocional.** Proporcionar seguridad, aceptación y ánimo en momentos de tensión.

**Actividades**

- 527001 - Apoyar el uso de mecanismos de defensa adecuados.
- 527002 - Ayudar al paciente a que exprese los sentimientos de ansiedad, ira o tristeza.
- 527003 - Ayudar al paciente a reconocer sentimientos tales como la ansiedad, ira o tristeza.
- 527004 - Comentar la experiencia emocional con el paciente.
- 527005 - Comentar las consecuencias de profundizar en el sentimiento de culpa o vergüenza.

*Canastas de cuidados de enfermería en primer nivel de atención dirigida a la población adulta mayor.*

*Enfermería profesión independiente*

- 527006 - Escuchar las expresiones de sentimientos y creencias.
- 527007 - Facilitar la identificación por parte del paciente de esquemas de respuesta habituales a los miedos.
- 527008 - Favorecer la conversación o el llanto como medio de disminuir la respuesta emocional.
- 527009 - Identificar la función de la ira, la frustración y rabia que pueda ser de utilidad para el paciente.
- 527010 - No exigir demasiado el funcionamiento cognoscitivo cuando el paciente esté enfermo o fatigado.
- 527011 - Permanecer con el paciente y proporcionar sentimientos de seguridad durante los periodos de más ansiedad.
- 527012 - Proporcionar apoyo durante la negación, ira, negociación y aceptación de las fases del sentimiento de pena.
- 527013 - Proporcionar ayuda en la toma de decisiones.
- 527014 - Remitir a servicios de asesoramiento, si se precisa.

**5440 - Aumentar los sistemas de apoyo.** Facilitar el apoyo del paciente por parte de la familia, los amigos y la comunidad.

**Actividades**

- 544001 - Animar al paciente a participar en las actividades sociales y comunitarias.
- 544002 - Calcular la respuesta psicológica a la situación y la disponibilidad del sistema de apoyo.
- 544003 - Determinar el grado de apoyo económico de la familia.
- 544004 - Determinar el grado de apoyo familiar.
- 544005 - Determinar la conveniencia de las redes sociales existentes.
- 544006 - Determinar las barreras al uso de los sistemas de apoyo.
- 544007 - Determinar los sistemas de apoyo actualmente en uso.
- 544008 - Evaluar la conveniencia de los recursos comunitarios para identificar virtudes y defectos.
- 544009 - Explicar a los demás implicados la manera en que puedan ayudar.
- 544010 - Fomentar las relaciones con personas que tengan los mismos intereses y metas.
- 544011 - Implicar a la familia / seres queridos / amigos en los cuidados y la planificación.
- 544012 - Observar la situación familiar actual.
- 544013 - Proporcionar los servicios con una actitud de aprecio y de apoyo.
- 544014 - Remitir a un grupo de autoayuda, si se considera oportuno.
- 544015 - Remitir programas comunitarios de fomento / prevención /tratamiento /rehabilitación, si procede.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

## ANEXO N° 3

### CANASTA DE CUIDADOS DE ENFERMERIA PARA PACIENTES CON OBESIDAD

#### **INTRODUCCION**

La obesidad ha sido declarada por la OMS una epidemia mundial, constituyendo uno de los mayores problemas de salud pública, afectando a países desarrollados como en vías de desarrollo.

Constituye una condición fisiopatológica caracterizada por un exceso de grasa corporal, que puede determinar serios problemas en la salud y aumento de la mortalidad. Dados los cambios ambientales en los últimos 50 años: crecimiento exponencial de grandes urbes humanas y su estilo de vida; sedentarismo, estrés crónico, alimentación rica en alimentos con alta densidad calórica, la obesidad se ha convertido en una pandemia en continuo crecimiento.

**Dada la magnitud de este problema se hace necesario para el colectivo de enfermería unificar criterios que guíen esta atención dando respuesta al mismo, elaborando una canasta de cuidados que permitan al profesional de enfermería aplicarla en forma independiente.**

#### **PROPOSITO**

☞ Describir una canasta de cuidados que guíe al colectivo de enfermería en el abordaje de un paciente con Obesidad.

☞ Brindar una herramienta que facilite y unifique el abordaje para esta afección.

#### **MARCO TEORICO**<sup>26</sup>

##### **♪ Definición de Obesidad**

Conceptualmente la obesidad se define como una enfermedad, caracterizada por un exceso de grasa corporal.

---

<sup>26</sup> Sociedad Uruguaya para el Estudio de la Obesidad, MANUAL PRÁCTICO DE OBESIDAD EN EL ADULTO – ATENCION PRIMARIA, Montevideo, 2009

### ♫ CLASIFICACIÓN DE ACUERDO AL EXCESO DE PESO CORPORAL

Existen muchos métodos para medir la grasa corporal. De entre ellos el más usado es el Índice de Masa Corporal (IMC) obtenido por la relación entre el peso expresado en kilogramos y la altura en metros al cuadrado (fórmula de Quetelet). Cuanto mayor IMC tiene un individuo, mayor posibilidad de desarrollar morbilidades asociadas al exceso de grasa, como diabetes o enfermedad cardiovascular. De acuerdo al índice de masa corporal, la obesidad se clasifica de acuerdo con el siguiente cuadro de valores:

CLASIFICACION	IMC (kg/m <sup>2</sup> )	RIESGO DE MORTALIDAD Y ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR
Normal	18,5 - 24,9	Bajo
Sobrepeso	25 - 29,9	Riesgo leve
<b>Obesidad</b>		
Clase I	30 - 34,9	Moderado
Clase II	35 - 39,9	Alto riesgo
Clase III		
(clínicamente severa)	≥ 40	Riesgo muy alto

Más allá del IMC, la distribución de la grasa modifica el riesgo para la salud del individuo.

Debido a ello, el perímetro de la cintura, medido en el punto medio entre el reborde costal y la cresta ilíaca, se acepta como medida clínica indirecta de distribución central de la grasa y resulta un buen indicador de riesgo CV.

La OMS considera las siguientes medidas de la cintura como indicadoras de riesgo:

	Riesgo aumentado	Riesgo significativamente aumentado
Hombres	≥ 94 cm	≥ 102 cm
Mujeres	≥ 80 cm	≥ 88 cm

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

## **DIAGNOSTICOS DE ENFERMERÍA ESTANDARIZADOS**

- 🌐 00001: Desequilibrio Nutricional por Exceso
- 🌐 00168: Sedentarismo.
- 🌐 00118: Trastorno de la Imagen Corporal.
- 🌐 00120: Baja Autoestima Situacional
- 🌐 00163: Disposición para Mejorar la Nutrición

### **00001. DESEQUILIBRIO NUTRICIONAL: INGESTA SUPERIOR A LAS NECESIDADES**

**Definición:** Es el estado en que una persona experimenta un aporte de nutrientes que se excede de sus necesidades metabólicas.

**Características definatorias:** Peso superior en el 10 % al igual para su talla y constitución corporal; \*peso superior en un 20% al ideal para su talla y constitución corporal; pliegue cutáneo del tríceps superior a 15 mm en los hombres y a 25 mm en las mujeres; nivel de actividad sedentario.

*Información u observación de patrón alimentario disfuncional:* asociación de los alimentos con otras actividades; concentrar la toma de alimentos al final del día; comer en respuesta a claves externas como la hora del día, situación social; comer en respuesta a claves internas distintas al hambre, por ejemplo, la ansiedad.

**Factores relacionados:** Aporte excesivo en relación con las necesidades metabólicas.

### **Criterios de Resultado (NOC)**

**1004 - Estado nutricional.** Capacidad por la que los nutrientes pueden cubrir las necesidades metabólicas.

#### **Indicadores**

- 100401** - Ingestión de nutrientes.
- 100402** - Ingestión alimentaria.
- 100403** - Energía.
- 100405** - Relación peso / talla.
- 100408** - Ingestión de líquidos.
- 100410** - Tono muscular.
- 100411** - Hidratación.

#### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Desviación grave del rango normal
2. Desviación sustancial del rango normal
3. Desviación moderada del rango normal
4. Desviación leve del rango normal
5. Sin desviación del rango normal

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

**1612 - Control de peso.** Acciones personales para conseguir y mantener un peso corporal óptimo.

### **Indicadores**

**161201** - Supervisa el peso corporal.

**161202** - Mantiene una ingesta calórica diaria óptima.

**161203** - Equilibrio entre ejercicio e ingesta calórica.

**161204** - Selecciona comidas y aperitivos nutritivos.

**161206** - Come en respuesta al hambre.

**161207** - Mantiene un patrón alimentario recomendado.

**161212** - Busca ayuda profesional cuando es necesario.

**161213** - Utiliza sistemas de apoyo personal para contribuir al cambio de patrón alimentario.

**161214** - Identifica situaciones sociales que afectan a la ingesta alimentaria.

**161215** - Identifica estados emocionales que afectan a la ingesta alimentaria.

**161217** - Controla la preocupación por la comida.

**161218** - Controla la preocupación por el peso.

**161220** - Demuestra progreso hacia el peso objetivo.

**161221** - Alcanza el peso óptimo.

**161222** - Mantiene el peso óptimo.

### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Nunca demostrado
2. Raramente
3. A veces
4. Frecuentemente
5. Siempre demostrado

### **Intervenciones (NIC)**

**1100 - Manejo de la nutrición.** Ayudar o proporcionar una dieta equilibrada de sólidos y líquidos.

### **Actividades**

110001 - Ajustar la dieta al estilo del paciente, según cada caso.

110002 - Animar al paciente a que utilice dentaduras de ajuste correcto y/o que obtenga cuidados dentales.

110003 - Asegurarse que la dieta incluye alimentos ricos en fibra para evitar estreñimiento.

110004 - Ayudar al paciente a recibir asistencia de los programas nutricionales comunitarios apropiados, si es preciso.

110005 - Comprobar la ingesta realizada para ver el contenido nutricional y calórico.

110006 - Dar comidas ligeras, en puré y blandas, si procede.

110007 - Determinar en colaboración con el dietista, si procede – el número de calorías y tipo de nutrientes necesarios para satisfacer las exigencias de alimentación.

110008 - Determinar la capacidad del paciente para satisfacer las necesidades



*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

nutricionales.

- 110009 - Determinar las preferencias de comidas del paciente.
- 110010 - Enseñar al paciente a llevar un diario de comidas, si es necesario.
- 110011 - Fomentar el aumento de ingesta de proteínas, hierro y vitamina C, si es el caso.
- 110012 - Fomentar la ingesta de alimentos ricos en hierro, si procede.
- 110013 - Fomentar la ingesta de calorías adecuadas al tipo corporal y estilo de vida.
- 110014 - Fomentar técnicas seguras de preparación y preservación de alimentos.
- 110015 - Ofrecer hierbas y especias como alternativa a la sal.
- 110016 - Ofrecer tentempiés (bebidas y fruta fresca / zumo de frutas), cuando sea preciso.
- 110017 - Pesar al paciente a intervalos adecuados.
- 110018 - Preguntar al paciente si tiene alergia a algún alimento.
- 110020 - Proporcionar información adecuada acerca de necesidades nutricionales y modo de satisfacerlas.
- 110021 - Proporcionar un sustituto del azúcar, cuando resulte oportuno.
- 110022 - Realizar una selección de comidas.

**1280 - Ayuda para disminuir el peso.** Facilitar la pérdida de peso corporal y/o grasa corporal.

**Actividades**

- 128001 - Ayudar a ajustar las dietas al estilo de vida y nivel de actividad.
- 128002 - Ayudar al paciente a identificar la motivación en el comer y las señales externas e internas asociadas con el comer.
- 128003 - Ayudar en la selección de actividades de acuerdo con la cantidad de gasto energético deseada.
- 128004 - Colocar indicaciones escritas y de ánimo para conseguir conductas que favorezcan la salud, en vez del comer.
- 128005 - Colocar la meta semanal escrita en un sitio estratégico.
- 128006 - Desarrollar un plan de comidas diarias con una dieta bien equilibrada, disminución de calorías y de grasas, si procede.
- 128007 - Determinar con el paciente la cantidad de pérdida de peso deseada.
- 128008 - Determinar el deseo y motivación del paciente para reducir el peso o grasa corporal.
- 128009 - Determinar los esquemas de alimentación actuales haciendo que el paciente lleve un diario de lo que come, cuándo y dónde.
- 128010 - Enseñar a calcular el porcentaje de grasa de los productos alimenticios.
- 128011 - Enseñar a leer etiquetas al comprar alimentos para controlar la cantidad de grasa y calorías de los alimentos obtenidos.
- 128012 - Enseñar a seleccionar las comidas, en restaurantes y reuniones sociales, que sean coherentes con la ingesta nutritiva y calórica planificada.
- 128013 - Establecer un plan realista con el paciente que incluya la disminución de la ingesta de alimentos y el aumento del gasto de energía.
- 128014 - Establecer una meta de pérdida de peso semanal.
- 128015 - Facilitar al paciente la participación en al menos una actividad de gasto energético tres veces a la semana.
- 128016 - Fomentar el uso de sistemas de recompensa internos cuando se alcanzan las

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

metas.

128017 - Fomentar el uso de sustitutos del azúcar, si procede.

128018 - Fomentar la asistencia a grupos de apoyo de pérdida de peso.

128019 - Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos favorables.

128020 - Pesar al paciente semanalmente.

128021 - Planificar un programa de ejercicios, teniendo en cuenta las limitaciones del paciente.

128022 - Proporcionar información acerca de la cantidad de energía gastada con las actividades físicas específicas.

128023 - Recomendar la adopción de dietas que conduzcan a la consecución de objetivos de largo alcance en la pérdida de peso.

128024 - Recompensar al paciente cuando consiga los objetivos.

128025 - Registrar el progreso para llegar a la meta final y colocarlo en un sitio estratégico.

128026 - Remitir a algún programa de control de peso comunitario, si procede.

128027 - Tratar con el paciente y la familia la influencia del consumo de alcohol sobre la ingestión de alimentos.

**0200 - Fomento del ejercicio.** Facilitar regularmente la realización de ejercicios físicos con el fin de mantener o mejorar el estado físico y el nivel de salud.

**Actividades**

020001 - Ayudar a identificar un modelo positivo para el mantenimiento del programa de ejercicios.

020002 - Ayudar al paciente a desarrollar un programa de ejercicios adecuado a sus necesidades.

020003 - Ayudar al paciente a establecer las metas a corto y largo plazo del programa de ejercicios.

020004 - Ayudar al paciente a integrar el programa de ejercicios en su rutina semanal.

020005 - Ayudar al paciente a preparar y registrar en un gráfico / hoja, los progresos para motivar la adhesión al programa de ejercicios.

020006 - Controlar la respuesta del paciente al programa de ejercicios.

020007 - Enseñar al paciente técnicas de respiración adecuadas para maximizar la absorción de oxígeno durante el ejercicio físico.

020008 - Fomentar la manifestación oral de sentimientos acerca de los ejercicios o la necesidad de los mismos.

020009 - Incluir a la familia / cuidadores del paciente en la planificación y mantenimiento del programa de ejercicios.

020010 - Informar al paciente acerca de los beneficios para la salud y los efectos psicológicos del ejercicio.

020011 - Instruir al paciente acerca de la frecuencia, duración e intensidad deseadas de los ejercicios del programa.

020012 - Instruir al paciente acerca de las condiciones que justifiquen el cese o alteración del programa de ejercicios.

020013 - Instruir al paciente acerca del tipo de ejercicio adecuado para su nivel de salud, en colaboración con el médico y/o fisioterapeuta.

020014 - Instruir al paciente en los ejercicios de precalentamiento y relajación

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

adecuados.

020015 - Preparar al paciente en técnicas para evitar lesiones durante el ejercicio.

020016 - Proporcionar una respuesta positiva a los esfuerzos del paciente.

020017 - Reforzar el programa para potenciar la motivación del paciente (pesajes semanales).

020018 - Valorar las ideas del paciente sobre el efecto del ejercicio físico en la salud.

**4360 - Modificación de la conducta.** Promoción de un cambio de conducta.

**Actividades**

436001 - Administrar los refuerzos inmediatamente después de que aparezca la conducta.

436002 - Administrar refuerzos positivos en las conductas que han de incrementarse.

436003 - Animar al paciente a participar en el registro de conductas.

436004 - Animar al paciente a participar en la selección de refuerzos.

436005 - Animar al paciente a que examine su propia conducta.

436006 - Ayudar al paciente a identificar los más pequeños éxitos producidos.

436007 - Ayudar al paciente a identificar su fortaleza y reforzarla.

436008 - Comunicar el plan de intervención y las modificaciones al equipo de tratamientos, regularmente.

436009 - Considerar los refuerzos dados por los cuidadores (atención, tiempo de conversación y lectura ofrecidas al paciente).

436012 - Desarrollar un método (un gráfico o diagrama) para registrar la conducta y sus cambios.

436013 - Desarrollar un programa de cambio de conducta.

436014 - Desglosar la conducta que ha de cambiarse en unidades de conducta más pequeñas, mensurables.

436015 - Determinar la motivación al cambio del paciente.

436016 - Determinar si la conducta objetivo identificada deber ser aumentada, disminuida o aprendida.

436017 - Discutir el proceso de modificación de la conducta con el paciente / ser querido.

436018 - Elegir refuerzos que puedan se controlados (utilizados sólo cuando se produce la conducta que ha de cambiarse).

436019 - Elegir refuerzos que tengan sentido para el paciente.

436020 - Establecer objetivos de conducta de forma escrita.

436021 - Establecer un suceso guía de la conducta antes de iniciar el cambio.

436022 - Evaluar los cambios de conducta mediante la comparación de los sucesos guías con sucesos de conducta posteriores a la intervención.

436023 - Evitar mostrar rechazo o quitar importancia a los esfuerzos del paciente por cambiar su conducta.

436025 - Facilitar el aprendizaje de conductas deseadas por medio de técnicas modernas.

436026 - Facilitar la implicación de otros cuidadores sanitarios en el proceso de modificación, si procede.

436027 - Favorecer la adquisición de habilidades reforzando sistemáticamente los componentes simples de la habilidad o dedicación.

436028 - Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos deseables.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 436029 - Identificar el problema del paciente en términos de conducta.
- 436030 - Identificar la conducta que ha de cambiarse (conducta objetivo) en términos específicos, concretos.
- 436031 - Identificar un programa de aporte de refuerzos: puede ser continuo o intermitente.
- 436032 - Mantener una conducta coherente por parte del personal.
- 436033 - Ofrecer un refuerzo positivo a las decisiones del paciente que han sido tomadas independientemente.
- 436034 - Presentar al paciente a personas (o grupos) que hayan superado con éxito la misma experiencia.
- 436035 - Realizar un seguimiento de refuerzo a largo plazo (contacto telefónico o personal).
- 436036 - Reforzar las decisiones constructivas respecto a las necesidades sanitarias.
- 436037 - Registrar el proceso de modificación, si es necesario.
- 436038 - Responder dando seguridad en términos de sentimientos cuando se observe que el paciente está libre de síntomas y parezca relajado.
- 436039 - Retirar los refuerzos positivos de conductas que han de ser disminuidas y fijar refuerzos en una conducta de reemplazo más deseable.
- 436040 - Tener en cuenta que resulta más sencillo aumentar una conducta que disminuirla.
- 436041 - Utilizar periodos de tiempo específicos al medir las unidades de conducta.

**4410 - Establecimiento de objetivos comunes.** Colaboración con el paciente para identificar y dar prioridad a los objetivos de cuidados y desarrollar luego un plan para alcanzar estos objetivos.

**Actividades**

- 441001 - Analizar la escala (tal como se ha desarrollado con el paciente) durante las fechas de revisión para valorar el progreso.
- 441002 - Animar al paciente a establecer los objetivos de manera clara, evitando el uso de alternativas.
- 441003 - Animar al paciente a identificar sus propias virtudes y habilidades.
- 441004 - Animar la aceptación de objetivos parciales con satisfacción.
- 441005 - Animar la identificación de valores vitales específicos.
- 441006 - Ayudar al paciente a centrarse en los resultados esperados más que en los deseados.
- 441007 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan que cumpla con lo objetivos.
- 441008 - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños, manejables.
- 441009 - Ayudar al paciente a determinar la hora en que se medirá cada indicado.
- 441010 - Ayudar al paciente a examinar las fuentes disponibles para cumplir los objetivos
- 441011 - Ayudar al paciente a fijar límites temporales realistas.
- 441012 - Ayudar al paciente a identificar objetivos realistas, que puedan alcanzarse.
- 441013 - Ayudar al paciente a identificar un indicador de medida específico (comportamiento o suceso social) para cada objetivo.
- 441014 - Ayudar al paciente a sopesar las actividades utilizadas en la consecución de los

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

objetivos.

441015 - Ayudar al paciente a sopesar los objetivos identificados.

441016 - Ayudar al paciente identificar un indicador de medida específico (p. Ej. comportamiento o suceso social) para cada objetivo.

441017 - Ayudar al paciente y a su ser querido a desarrollar expectativas realistas de ellos mismos en el desempeño de sus papeles.

441018 - Calcular la puntuación en la consecución de los objetivos.

441019 - Construir y utilizar una escala de consecución de objetivos, según proceda.

441020 - Coordinar con el paciente fechas de revisión periódicas para valorar el progreso hacia los objetivos.

441021 - Desarrollar una escala de niveles inferiores y superiores relacionados con los resultados esperados de cada objetivo.

441022 - Establecer los objetivos en términos positivos.

441023 - Evitar imponer valores personales al paciente al determinar los objetivos.

441024 - Explicar al paciente que sólo se deben modificar los comportamientos de uno en uno.

441025 - Explorar con el paciente distintas formas para conseguir los mejores objetivos.

441026 - Explorar con el paciente los métodos de progreso de las mediciones hacia los objetivos.

441027 - Facilitar al paciente la identificación de resultados esperados individualizados para cada objetivo.

441028 - Identificar con el paciente los objetivos de los cuidados.

441029 - Identificar el reconocimiento por parte del paciente de su propio problema.

441030 - Identificar los niveles de la escala definidos por el comportamiento o sucesos sociales para cada objetivo.

441031 - Poner en claro, junto con el paciente, los papeles del cuidador y del paciente.

441032 - Preparar los resultados de comportamiento para ser utilizados en la escala de consecución de objetivos.

441033 - Reconocer el valor y el sistema de creencias del paciente al establecer los objetivos.

441034 - Valorar el nivel de funcionamiento actual del paciente con respecto a cada objetivo.

441035 - Volver a valorar los objetivos y el plan, si procede.

**4420 - Acuerdo con el paciente.** Negocio de un acuerdo con el paciente para reforzar un cambio de conducta específico.

### **Actividades**

442001 - Al ayudar al paciente a identificar las metas, evitar centrarse en el diagnóstico o proceso de enfermedad únicamente.

442002 - Alentar al paciente a que escriba sus propios objetivos, si fuera posible.

442003 - Animar al paciente a que determine sus virtudes y habilidades.

442004 - Animar al paciente a que elija un refuerzo / recompensa que sea lo suficientemente importante como para mantener la conducta.

442005 - Animar al paciente a que identifique recompensas adecuadas, que tengan sentido.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 442006 - Animar al paciente a que identifique sus propios objetivos, no los que cree que espera el cuidador.
- 442007 - Ayudar al paciente a desarrollar algún modelo de hoja de información que ayude en el seguimiento de los progresos hacia los objetivos.
- 442008 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan para cumplir con los objetivos.
- 442009 - Ayudar al paciente a desarrollar un plan para cumplir los objetivos.
- 442010 - Ayudar al paciente a dividir las metas complejas en pasos pequeños, manejables.
- 442011 - Ayudar al paciente a establecer las necesidades de tiempo y de frecuencia para la realización de las conductas / acciones.
- 442012 - Ayudar al paciente a establecer límites de tiempo realistas.
- 442013 - Ayudar al paciente a establecer los objetivos a corto y largo plazo.
- 442014 - Ayudar al paciente a establecer objetivos realistas, que puedan conseguirse.
- 442015 - Ayudar al paciente a examinar los recursos disponibles para cumplir con los objetivos.
- 442016 - Ayudar al paciente a identificar hasta los más pequeños éxitos.
- 442017 - Ayudar al paciente a identificar las circunstancias actuales del ambiente que puedan interferir en la consecución de los objetivos.
- 442018 - Ayudar al paciente a identificar las prácticas sobre la salud que desea cambiar.
- 442019 - Ayudar al paciente a identificar los métodos para superar las circunstancias ambientales que pueden interferir en la consecución de objetivos.
- 442020 - Clarificar con el paciente los papeles del cuidador y del paciente, respectivamente.
- 442021 - Coordinar con el paciente las oportunidades de revisión del acuerdo y de los objetivos.
- 442022 - Determinar con el paciente los objetivos de los cuidados.
- 442023 - Disponer la firma del acuerdo por todas las partes implicadas.
- 442024 - Disponer un ambiente abierto, de aceptación, para la creación del acuerdo.
- 442025 - Especificar con el paciente el tiempo de entrega de los refuerzos /recompensas.
- 442026 - Establecer objetivos como conductas fácilmente distinguibles.
- 442027 - Establecer objetivos en términos positivos.
- 442028 - Explorar con el paciente las mejores formas de conseguir los objetivos.
- 442029 - Explorar con el paciente las razones del éxito o falta de éste.
- 442030 - Explorar con el paciente métodos de evaluación de la consecución de los objetivos.
- 442031 - Facilitar la implicación de los seres queridos en el proceso del acuerdo, si así lo desea el paciente.
- 442032 - Facilitar la redacción de un documento por escrito que incluya todos los elementos acordados.
- 442033 - Facilitar la renegociación de los términos del acuerdo, si fuera necesario.
- 442034 - Identificar con el paciente las consecuencias o sanciones por el incumplimiento del acuerdo, si se desea.
- 442035 - Identificar junto con el paciente una fecha objetivo para la conclusión del acuerdo.
- 442036 - Identificar las recompensas adicionales con el paciente, si se superan los objetivos originales, según deseos.
- 442037 - Identificar, junto con el paciente, una fecha objetivo para la conclusión del

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

acuerdo.

442038 - Instruir al paciente en los diversos métodos de seguimiento y registro de las conductas.

442039 - Proporcionar al paciente una copia del acuerdo firmado y fechado.

**5230 - Aumentar el afrontamiento.** Ayudar al paciente a adaptarse a los factores estresantes, cambios o amenazas percibidas que interfieran en el cumplimiento de las exigencias y papeles de la vida cotidiana.

**Actividades**

523001 - Alentar a la familia a comunicar sus sentimientos por el miembro familiar enfermo.

523002 - Alentar al paciente a encontrar una descripción realista del cambio de papel.

523003 - Alentar el uso de fuentes espirituales, si resulta adecuado.

523004 - Alentar la aceptación de las limitaciones de los demás.

523005 - Alentar la manifestación de sentimientos, percepciones y miedos.

523006 - Alentar una actitud de esperanza realista como forma de manejar los sentimientos de impotencia.

523007 - Animar al paciente a desarrollar relaciones.

523008 - Animar al paciente a evaluar su propio comportamiento.

523009 - Animar al paciente al identificar sus puntos fuertes y sus capacidades.

523010 - Animar la implicación familiar, si procede.

523011 - Apoyar el uso de mecanismos de defensa adecuados.

523012 - Ayudar al paciente a clarificar los conceptos equivocados.

523013 - Ayudar al paciente a desarrollar una valoración objetiva del acontecimiento.

523014 - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños, manejables.

523015 - Ayudar al paciente a examinar fuentes disponibles para cumplir con los objetivos.

523016 - Ayudar al paciente a identificar estrategias positivas para hacerse cargo de sus limitaciones, y a manejar su estilo de vida o su papel necesario en ella.

523017 - Ayudar al paciente a identificar la información que más le interese obtener.

523018 - Ayudar al paciente a identificar objetivos adecuados a corto y largo plazo.

523019 - Ayudar al paciente a identificar sistemas de apoyo disponibles.

523020 - Ayudar al paciente a que se queje y trabaje por las pérdidas de la enfermedad y/o discapacidad crónicas, si es el caso.

523021 - Ayudar al paciente a resolver los problemas de una manera constructiva.

523022 - Ayudar al paciente a identificar respuestas positivas de los demás.

523023 - Confrontar los sentimientos ambivalentes del paciente (enfado o depresión).

523024 - Desalentar la toma de decisiones cuando el paciente se encuentre bajo un fuerte estrés.

523025 - Determinar el riesgo del paciente para hacerse daño.

523026 - Disminuir los estímulos del ambiente que podrían ser malinterpretados como amenazadores.

523027 - Disponer un ambiente de aceptación.

523028 - Disponer una preparación de habilidades sociales adecuadas.

523029 - Estudiar con el paciente métodos anteriores en el manejo de problemas vitales.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 523030 - Evaluar la capacidad del paciente para tomar decisiones.
- 523031 - Explorar los éxitos anteriores del paciente.
- 523032 - Facilitar las salidas constructivas a la ira y la hostilidad.
- 523033 - Favorecer las relaciones con personas que tengan intereses y objetivos comunes.
- 523034 - Favorecer situaciones que fomenten la autonomía del paciente.
- 523035 - Fomentar la identificación de valores vitales específicos.
- 523036 - Fomentar las actividades sociales y comunitarias.
- 523037 - Fomentar un dominio gradual de la situación.
- 523038 - Indagar las razones del paciente para su autocrítica.
- 523039 - Instruir al paciente en técnicas de relajación, si resulta necesario.
- 523040 - Presentar al paciente personas (o grupos) que hayan pasado por la misma experiencia con éxito.
- 523041 - Proporcionar al paciente elecciones realistas sobre ciertos aspectos de los cuidados de enfermería.
- 523042 - Proporcionar información objetiva respecto de l diagnóstico, tratamiento y pronóstico.
- 523043 - Reconocer la experiencia espiritual / cultural del paciente.
- 523044 - Tratar de comprender la perspectiva del paciente sobre una situación estresante.
- 523045 - Tratar las consecuencias de comportarse con sentimientos de culpa y vergüenza.
- 523046 - Utilizar un enfoque sereno, de reafirmación.
- 523047 - Valorar el ajuste del paciente a los cambios de imagen corporal, si está indicado.
- 523048 - Valorar el impacto en la situación vital del paciente en los papeles y relaciones.
- 523049 - Valorar la comprensión del paciente del proceso de enfermedad.
- 523050 - Valorar las necesidades / deseos del paciente de apoyo social.
- 523051 - Valorar y discutir las respuestas alternativas a la situación.

**5246 - Asesoramiento nutricional.** Utilización de un proceso de ayuda interactivo centrado en la necesidad de modificación de la dieta.

**Actividades**

- 524601 - Ayudar al paciente a considerar los factores de edad, estado de crecimiento y desarrollo, experiencias alimentarias pasadas, lesiones, enfermedades, cultura y economía en la planificación de las formas de cumplir con las necesidades nutricionales.
- 524602 - Ayudar al paciente a expresar sentimientos e inquietudes acerca de la consecución de las metas.
- 524603 - Ayudar al paciente a registrar lo que come normalmente en un periodo de 24 horas.
- 524604 - Colocar material atractivo de guía de comidas en la habitación del paciente (la pirámide de guía de los alimentos).
- 524605 - Comentar los gustos y aversiones alimentarias del paciente.
- 524606 - Determinar actitudes y creencias de los seres queridos acerca de la comida, el comer y el cambio nutricional necesario del paciente.
- 524607 - Determinar el conocimiento por parte del paciente de los cuatro grupos alimenticios básicos, así como la percepción de la necesaria modificación de la dieta.



*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 524608 - Determinar la ingesta y los hábitos alimentarios del paciente.
- 524609 - Discutir el significado de la comida para el paciente.
- 524610 - Discutir las necesidades nutricionales y la percepción del paciente de la dieta prescrita / recomendada.
- 524611 - Discutir los hábitos de compra de comidas y los límites de presupuesto..
- 524612 - Disponer una visita / consulta a otros miembros del equipo de cuidados, si procede.
- 524613 - Establecer la duración de relación de asesoramiento.
- 524614 - Establecer metas realistas a corto y largo plazo para el cambio del estado nutricional.
- 524615 - Establecer una relación terapéutica basada en la confianza y el respeto.
- 524616 - Facilitar la identificación de las conductas alimentarias que se desean cambiar.
- 524617 - Proporcionar información, si es necesario, acerca de la necesidad de modificación de la dieta por razones de salud: pérdida de peso, ganancia de peso, restricción de sodio, reducción del colesterol, r restricción de líquidos, etc.
- 524618 - Revisar con el paciente la medición de ingesta y eliminación de líquidos, valores de hemoglobina, lecturas de presión sanguínea o ganancias y pérdidas de peso, si procede.
- 524619 - Utilizar normas nutricionales aceptadas para ayudar al paciente a valorar la conveniencia de la ingesta dietética.
- 524620 - Valorar el progreso de las metas de modificación dietética a intervalos regulares.
- 524621 - Valorar los esfuerzos realizados para conseguir los objetivos.

**5820 - Disminución de la ansiedad.** Minimizar la aprensión, temor o presagios relacionados con una fuente no identificada de peligro por adelantado.

**Actividades**

- 582001 - Administrar masajes en la espalda / cuello, si procede.
- 582003 - Administrar medicamentos que reduzcan la ansiedad, si están prescritos.
- 582004 - Animar a los pacientes a permanecer con el niño, si es el caso.
- 582005 - Animar la manifestación de sentimientos, percepciones y miedos.
- 582006 - Apoyar el uso de mecanismos de defensa adecuados.
- 582007 - Ayudar al paciente a identificar las situaciones que precipitan la ansiedad.
- 582008 - Ayudar al paciente a realizar una descripción realista del suceso que se avecina.
- 582009 - Controlar los estímulos, si procede, de las necesidades del paciente.
- 582010 - Crear un ambiente que facilite la confianza.
- 582011 - Determinar la capacidad de toma de decisiones del paciente.
- 582012 - Escuchar con atención.
- 582013 - Establecer actividades recreativas encaminadas a la reducción de tensiones.
- 582014 - Establecer claramente las expectativas del comportamiento del paciente.
- 582015 - Explicar todos los procedimientos, incluyendo las posibles sensaciones que se han de experimentar durante el procedimiento.
- 582016 - Fomentar la realización de actividades no competitivas, si resulta adecuado.
- 582017 - Identificar los cambios en el nivel de ansiedad.
- 582018 - Instruir al paciente sobre el uso de técnicas de relajación.
- 582019 - Mantener el equipo de tratamiento fuera de la vista.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 582020 - Permanecer con el paciente para promover la seguridad y reducir el miedo.
- 582021 - Proporcionar información objetiva respecto del diagnóstico, tratamiento y pronóstico.
- 582022 - Proporcionar objetos que simbolicen seguridad.
- 582023 - Reforzar el comportamiento, si procede.
- 582024 - Tratar de comprender la perspectiva del paciente sobre una situación estresante.
- 582025 - Utilizar un enfoque sereno que dé seguridad.

## **00168. SEDENTARISMO**

**Definición:** Informes sobre hábitos de vida que se caracterizan por un bajo nivel de actividad física.

**Características definatorias:** Elige una rutina diaria con falta de ejercicio físico, demuestra falta de condición física, verbaliza preferencia por actividades con poca actividad física.

**Factores relacionados:** Conocimientos deficientes sobre los beneficios del ejercicio físico para la salud, falta de interés, falta de motivación, falta de recursos (Ej. tiempo, dinero, compañía, instalaciones), falta de entrenamiento para la realización de ejercicio físico.

### **Criterios de Resultado (NOC)**

**0001 - Resistencia.** Capacidad para mantener la actividad.

#### **Indicadores**

- 000101** - Realización de la rutina habitual.
- 000102** - Actividad.
- 000103** - Aspecto descansado.
- 000104** - Concentración.
- 000105** - Interés en el medio circundante.
- 000106** - Resistencia muscular.
- 000107** - Patrón alimentario.
- 000109** - Recuperación de la energía con el descanso.
- 000110** - Agotamiento.
- 000111** - Letargo.
- 000118** - Fatiga.

**0005 - Tolerancia de la actividad.** Respuesta fisiológica a los movimientos corporales que consumen energía implicados en las actividades diarias.

#### **Indicadores**

- 000502** - Frecuencia cardíaca en respuesta a la actividad.
- 000503** - Frecuencia respiratoria en respuesta a la actividad.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 000504** - Presión arterial sistólica en respuesta a la actividad.
- 000505** - Presión arterial diastólica en respuesta a la actividad.
- 000507** - Color de piel.
- 000509** - Paso al caminar.
- 000510** - Distancia de caminata.
- 000511** - Tolerancia a subir escaleras.
- 000514** - Habilidad para hablar durante el ejercicio.
- 000518** - Facilidad para realizar actividades de la vida diaria (AVD).

### **Intervenciones (NIC)**

0200 - **Fomento del ejercicio.** Facilitar regularmente la realización de ejercicios físicos con el fin de mantener o mejorar el estado físico y el nivel de salud.

#### **Actividades**

- 020001 - Ayudar a identificar un modelo positivo para el mantenimiento del programa de ejercicios.
- 020002 - Ayudar al paciente a desarrollar un programa de ejercicios adecuado a sus necesidades.
- 020003 - Ayudar al paciente a establecer las metas a corto y largo plazo del programa de ejercicios.
- 020004 - Ayudar al paciente a integrar el programa de ejercicios en su rutina semanal.
- 020005 - Ayudar al paciente a preparar y registrar en un gráfico / hoja, los progresos para motivar la adhesión al programa de ejercicios.
- 020006 - Controlar la respuesta del paciente al programa de ejercicios.
- 020007 - Enseñar al paciente técnicas de respiración adecuadas para maximizar la absorción de oxígeno durante el ejercicio físico.
- 020008 - Fomentar la manifestación oral de sentimientos acerca de los ejercicios o la necesidad de los mismos.
- 020009 - Incluir a la familia / cuidadores del paciente en la planificación y mantenimiento del programa de ejercicios.
- 020010 - Informar al paciente acerca de los beneficios para la salud y los efectos psicológicos del ejercicio.
- 020011 - Instruir al paciente acerca de la frecuencia, duración e intensidad deseadas de los ejercicios del programa.
- 020012 - Instruir al paciente acerca de las condiciones que justifiquen el cese o alteración del programa de ejercicios.
- 020013 - Instruir al paciente acerca del tipo de ejercicio adecuado para su nivel de salud, en colaboración con el médico y/o fisioterapeuta.
- 020014 - Instruir al paciente en los ejercicios de precalentamiento y relajación adecuados.
- 020015 - Preparar al paciente en técnicas para evitar lesiones durante el ejercicio.
- 020016 - Proporcionar una respuesta positiva a los esfuerzos del paciente.
- 020017 - Reforzar el programa para potenciar la motivación del paciente (pesajes semanales).
- 020018 - Valorar las ideas del paciente sobre el efecto del ejercicio físico en la salud.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

**4310 - Terapia de actividad.** Prescripción de y asistencia en actividades físicas, cognitivas, sociales y espirituales específicas para aumentar el margen, frecuencia o duración de la actividad de un individuo (o grupo).

**Actividades**

- 431001 - Ayudar a elegir actividades coherentes con sus posibilidades físicas, psicológicas y sociales.
- 431002 - Ayudar a explorar el significado personal de la actividad corriente (p. Ej. Trabajo) y/o actividades de pasatiempo favoritas.
- 431003 - Ayudar a identificar y obtener los recursos necesarios para la actividad deseada.
- 431004 - Ayudar a obtener el transporte para las actividades, si procede.
- 431005 - Ayudar al paciente / familia a monitorizar el propio progreso den la consecución de objetivos.
- 431006 - Ayudar al paciente a desarrollar la automotivación y la seguridad.
- 431007 - Ayudar al paciente a identificar las actividades significativas.
- 431008 - Ayudar al paciente a identificar sus preferencias en cuanto a actividades.
- 431009 - Ayudar al paciente y/o la familia a identificar déficit de nivel de actividad.
- 431010 - Ayudar en las actividades físicas regulares (p. Ej. deambulación, transferencias, giros y cuidado personal), si es necesario.
- 431011 - Ayudara al paciente y/o a la familia, a adaptar el entorno para acomodarlo a las actividades deseadas.
- 431012 - Ayudarle a centrarse en lo que el paciente puede hacer, más que en el déficit.
- 431013 - Ayudarle a programar periodos específicos de actividad de diversión en la rutina diaria.
- 431014 - Colaborar con terapeutas ocupacionales, físicos y/o recreacionales, en la planificación y control de un programa de actividades.
- 431015 - Determinar actividades que aumenten la atención en consulta con la terapia ocupacional.
- 431016 - Determinar el compromiso del paciente con el aumento de la frecuencia y/o gana de actividades.
- 431017 - Disponer actividades motoras amplias para los pacientes hiperactivos.
- 431018 - Disponer juegos de grupos no competitivos, estructurales y activos.
- 431019 - Disponer un ambiente seguro par el movimiento continuo de músculos grandes, si está indicado.
- 431020 - Disponer un refuerzo positivo en la participación de actividades.
- 431021 - Disponer una actividad motora que alivie la tensión muscular.
- 431022 - Enseñar al paciente y/o a la familia, a realizar l a actividad deseada o prescrita.
- 431023 - Explicar el papel de la actividad física, social, espiritual y cognitiva en el mantenimiento de la funcionalidad y la salud.
- 431024 - Facilitar la sustitución de actividades cuando el paciente tenga limitaciones de tiempo, energía o movimiento.
- 431025 - Fomentar el compromiso en actividades recreativas y de diversión que disminuyan la ansiedad: cantar en grupos, voleibol, tenis mesa, natación, tareas concretas y rutinarias, juegos simples, quehaceres domésticos, arreglo personal, puzzles y cartas.
- 431026 - Observa la respuesta emocional, física, social y espiritual a la actividad.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

431027 - Remitir a centros comunitarios o programas de actividad.

**5612 - Enseñanza: actividad / ejercicio prescrito.** Preparar a un paciente para que consiga y/o mantenga el nivel de actividad prescrito.

**Actividades**

561201 - Advertir al paciente acerca de los peligros de sobrestimar sus posibilidades.

561202 - Advertir al paciente de los efectos del calor y frío extremos.

561203 - Ayudar al paciente a alternar correctamente los períodos de descanso y de actividad.

561204 - Ayudar al paciente a incorporar la actividad / ejercicio en la rutina / estilo de vida.

561205 - Enseñar al paciente a llevar un diario de ejercicios, si resulta posible.

561206 - Enseñar al paciente a realizar la actividad / ejercicio prescrito.

561207 - Enseñar al paciente a realizar un precalentamiento y enfriamiento antes y después de la actividad / ejercicio y la importancia de tal acción, si procede.

561208 - Enseñar al paciente a un diario de ejercicios, si resulta posible.

561209 - Enseñar al paciente como controlar la tolerancia a la actividad / ejercicio.

561210 - Enseñar al paciente el montaje, utilización y mantenimiento de los dispositivos de ayuda, si es el caso.

561211 - Enseñar al paciente los métodos de conservación de energía, si procede.

561212 - Enseñar al paciente una buena postura y la mecánica corporal, si procede.

561213 - Evaluar el nivel actual del paciente de ejercicio y conocimiento de la actividad / ejercicio prescrito del paciente.

561214 - Incluir a la familia / ser querido, si resulta apropiado.

561215 - Informar al paciente acerca de las actividades apropiadas en función del estado físico.

561216 - Informar al paciente del propósito y los beneficios de la actividad /ejercicio prescrito.

561217 - Instruir al paciente acerca de los ejercicios de estiramientos correctos antes y después de la actividad / ejercicio y el fundamento de tal acción, si procede.

561218 - Instruir al paciente para avanzar de forma segura en la actividad /ejercicio.

561219 - Observar al paciente mientras realiza la actividad / ejercicio.

561220 - Proporcionar información acerca de los dispositivos de ayuda disponibles que puedan utilizarse para facilitar la práctica de la técnica requerida, si procede.

561221 - Proporcionar información acerca de los recursos / grupos de apoyo comunitarios para aumentar el cumplimiento del paciente con la actividad / ejercicio, si procede.

561222 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.

561223 - Remitir el paciente a un centro de rehabilitación, si se precisa.

561224 - Remitir el paciente al fisioterapeuta / terapeuta ocupacional / fisiólogo de ejercicios, si procede.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

## **00118. TRASTORNO DE LA IMAGEN CORPORAL**

**Definición:** Desajuste en la forma en que alguien percibe su imagen corporal (confusión en la imagen mental del yo físico).

**Características definitorias:** Deben estar presentes para justificar el diagnóstico del trastorno de la imagen corporal, las siguientes manifestaciones clínicas:.

*Objetivas:* cambio real en la estructura y/o funcionamiento; no mirar una parte corporal; no tocar una parte corporal; ocultamiento o sobreexposición (intencionados o no) de una parte corporal; cambio en la implicación social; cambio en la habilidad para estimar las relaciones especiales entre el cuerpo y el entorno.

*Subjetivas:* verbalización de: cambio en el estilo de vida; temor al rechazo o a la reacción de otros; centrará la atención en los recursos, función o aspecto anterior; sentimientos negativos sobre el cuerpo; sentimientos de desesperación; falta de esperanza o importancia; preocupación por el cambio o pérdida; énfasis en los recursos restantes, exagerando los logros; extensión de los límites corporales hasta incorporar objetos ambientales; despersonalización de una parte usando para ella pronombres impersonales.

**Factores relacionados:** Biofísicos; cognitivos, perceptuales; psicosociales; espirituales, culturales, efectos de la enfermedad, efectos del tratamiento.

### **Criterios de Resultado (NOC)**

**1200 - Imagen corporal.** Percepción de la propia apariencia y de las funciones corporales.

#### **Indicadores**

**120001** - Imagen interna de sí mismo.

**120002** - Congruencia entre realidad corporal, ideal corporal e imagen corporal.

**120005** - Satisfacción con el aspecto corporal.

**120007** - Adaptación a cambios en el aspecto físico.

**120009** - Adaptación a cambios en el estado de salud.

**120010** - Voluntad para utilizar estrategias que mejoren el aspecto.

**120012** - Voluntad para usar estrategias para mejorar la función.

**1305 - Adaptación psicosocial: cambio de vida.** Adaptación psicosocial de un individuo a un cambio de vida.

#### **Indicadores**

**130501** - Establecimiento de objetivos realistas.

**130502** - Mantenimiento de la autoestima.

**130503** - Expresiones de productividad.

**130504** - Expresiones de utilidad.

**130505** - Expresiones de optimismo sobre el presente.

**130506** - Expresiones de optimismo sobre el futuro.

**130507** - Expresiones de sentimientos permitidos.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

**130508** - Identificación de múltiples estrategias de superación.

**130509** - Uso de estrategias de superación efectivas.

**130510** - Control financiero eficaz.

**130511** - Expresiones de satisfacción con la reorganización de la vida.

**130512** - Expresiones de sentimientos socializados.

**130513** - Expresiones de apoyo social adecuado.

**130514** - Participación en aficiones recreativas.

#### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Nunca positiva
2. Raramente
3. En ocasiones
4. Con frecuencia
5. Siempre positiva

#### **Intervenciones (NIC)**

**5220 - Potenciación de la imagen corporal.** Mejora de las percepciones y actitudes conscientes e inconscientes del paciente hacia su cuerpo.

#### **Actividades**

522001 - Ayudar a determinar la influencia de los grupos a los que pertenece en la percepción del paciente de su imagen corporal actual.

522002 - Ayudar al paciente a determinar el alcance de los cambios reales producidos en el cuerpo o en su nivel de funcionamiento.

522003 - Ayudar al paciente a discutir los cambios causados por el envejecimiento, si procede.

522006 - Ayudar al paciente a discutir los factores estresantes que afectan a la imagen corporal.

522007 - Ayudar al paciente a identificar acciones que mejoren su aspecto.

522008 - Ayudar al paciente a identificar las partes del cuerpo que ofrecen percepciones positivas relacionadas con ellas.

522009 - Ayudar al paciente a separar el aspecto físico de los sentimientos de valía personal, si procede.

522012 - Ayudar al pariente a discutir los cambios causado por la enfermedad, si procede.

522015 - Determinar las percepciones del paciente y de la familia sobre la alteración de la imagen corporal frente a la realidad.

522017 - Determinar si se ha producido un cambio físico reciente en la imagen corporal del paciente.

522018 - Determinar si un cambio de imagen corporal ha contribuido a aumentar el aislamiento social.

522020 - Enseñar al paciente los cambios normales del cuerpo asociados a los diversos estados del envejecimiento, si procede.

522021 - Facilitar el contacto con personas que hayan sufrido cambios de imagen corporal similares.

522022 - Identificar grupos de apoyo disponibles para el paciente.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 522026 - Observar la frecuencia de las frases de autocrítica.
- 522027 - Observar si el paciente puede mirar la parte corporal que ha sufrido cambio.
- 522028 - Observar si hay frases que identifican las perspectivas de imagen corporal que tienen que ver con la forma y el peso corporal.
- 522029 - Señalar la importancia de la cultura, religión, raza, género y edad del paciente en la imagen corporal.

**5230 - Aumentar el afrontamiento.** Ayudar al paciente a adaptarse a los factores estresantes, cambios o amenazas percibidas que interfieran en el cumplimiento de las exigencias y papeles de la vida cotidiana.

**Actividades**

- 523001 - Alentar a la familia a comunicar sus sentimientos por el miembro familiar enfermo.
- 523002 - Alentar al paciente a encontrar una descripción realista del cambio de papel.
- 523003 - Alentar el uso de fuentes espirituales, si resulta adecuado.
- 523004 - Alentar la aceptación de las limitaciones de los demás.
- 523005 - Alentar la manifestación de sentimientos, percepciones y miedos.
- 523006 - Alentar una actitud de esperanza realista como forma de manejar los sentimientos de impotencia.
- 523007 - Animar al paciente a desarrollar relaciones.
- 523008 - Animar al paciente a evaluar su propio comportamiento.
- 523009 - Animar al paciente al identificar sus puntos fuertes y sus capacidades.
- 523010 - Animar la implicación familiar, si procede.
- 523011 - Apoyar el uso de mecanismos de defensa adecuados.
- 523012 - Ayudar al paciente a clarificar los conceptos equivocados.
- 523013 - Ayudar al paciente a desarrollar una valoración objetiva del acontecimiento.
- 523014 - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños, manejables.
- 523015 - Ayudar al paciente a examinar fuentes disponibles para cumplir con los objetivos.
- 523016 - Ayudar al paciente a identificar estrategias positivas para hacerse cargo de sus limitaciones, y a manejar su estilo de vida o su papel necesario en ella.
- 523017 - Ayudar al paciente a identificar la información que más le interese obtener.
- 523018 - Ayudar al paciente a identificar objetivos adecuados a corto y largo plazo.
- 523019 - Ayudar al paciente a identificar sistemas de apoyo disponibles.
- 523020 - Ayudar al paciente a que se queje y trabaje por las pérdidas de la enfermedad y/o discapacidad crónicas, si es el caso.
- 523021 - Ayudar al paciente a resolver los problemas de una manera constructiva.
- 523022 - Ayudar al paciente a identificar respuestas positivas de los demás.
- 523023 - Confrontar los sentimientos ambivalentes del paciente (enfado o depresión).
- 523024 - Desalentar la toma de decisiones cuando el paciente se encuentre bajo un fuerte estrés.
- 523027 - Disponer un ambiente de aceptación.
- 523028 - Disponer una preparación de habilidades sociales adecuadas.
- 523029 - Estudiar con el paciente métodos anteriores en el manejo de problemas vitales.
- 523030 - Evaluar la capacidad del paciente para tomar decisiones.



*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 523031 - Explorar los éxitos anteriores del paciente.
- 523032 - Facilitar las salidas constructivas a la ira y la hostilidad.
- 523033 - Favorecer las relaciones con personas que tengan intereses y objetivos comunes.
- 523034 - Favorecer situaciones que fomenten la autonomía del paciente.
- 523035 - Fomentar la identificación de valores vitales específicos.
- 523036 - Fomentar las actividades sociales y comunitarias.
- 523037 - Fomentar un dominio gradual de la situación.
- 523038 - Indagar las razones del paciente para su autocrítica.
- 523039 - Instruir al paciente en técnicas de relajación, si resulta necesario.
- 523040 - Presentar al paciente personas (o grupos) que hayan pasado por la misma experiencia con éxito.
- 523041 - Proporcionar al paciente elecciones realistas sobre ciertos aspectos de los cuidados de enfermería.
- 523042 - Proporcionar información objetiva respecto del diagnóstico, tratamiento y pronóstico.
- 523043 - Reconocer la experiencia espiritual / cultural del paciente.
- 523044 - Tratar de comprender la perspectiva del paciente sobre una situación estresante.
- 523045 - Tratar las consecuencias de comportarse con sentimientos de culpa y vergüenza.
- 523046 - Utilizar un enfoque sereno, de reafirmación.
- 523047 - Valorar el ajuste del paciente a los cambios de imagen corporal, si está indicado.
- 523048 - Valorar el impacto en la situación vital del paciente en los papeles y relaciones.
- 523049 - Valorar la comprensión del paciente del proceso de enfermedad.
- 523050 - Valorar las necesidades / deseos del paciente de apoyo social.
- 523051 - Valorar y discutir las respuestas alternativas a la situación.

## **00120. BAJA AUTOESTIMA SITUACIONAL**

**Definición:** Sentimientos/autoevaluación negativa que se desarrolla como respuesta a pérdida o cambio en una persona que ya tenía autoevaluación positiva.

### **Características definitorias:**

*Mayores:* aparición episódica de una autoevaluación negativa como respuesta a acontecimientos vitales en una persona con autoevaluación previa positiva; verbalización de sentimientos negativos sobre sí mismo (desesperanza, inutilidad).

*Menores:* expresiones verbales de autoinvalidación; expresiones de culpa; evaluación de sí mismo como incapaz de manejar las situaciones/acontecimientos; dificultad para la toma de decisiones.

**Factores relacionados:** Conducta inconsistente con los valores. Alteración de la imagen corporal. Fracasos. Deterioro funcional. Falta de reconocimiento. Rechazos. Cambios en el rol social.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

## **Criterios de Resultado (NOC)**

**1205 - Autoestima.** Juicio personal sobre la capacidad de uno mismo.

### **Indicadores**

- 120501 - Verbalización de autoaceptación.
- 120502 - Aceptación de las propias limitaciones.
- 120503 - Mantenimiento de una postura erecta.
- 120504 - Mantenimiento del contacto ocular.
- 120506 - Respeto por los demás.
- 120507 - Comunicación abierta.
- 120508 - Cumplimiento de los roles significativos personales.
- 120509 - Mantenimiento del cuidado / higiene personal.
- 120510 - Equilibrio entre participar y escuchar en grupos.
- 120511 - Nivel de confianza.
- 120512 - Aceptación de los cumplidos de los demás.
- 120513 - Respuesta esperada por los demás.
- 120514 - Aceptación de críticas constructivas.
- 120515 - Crisis de llanto.
- 120516 - Descripción de éxitos laborales o escolares.
- 120517 - Descripción de éxitos en grupos sociales.
- 120518 - Descripción de estar orgulloso.
- 120519 - Sentimientos sobre su propia persona.

### **Escala de Lickert para los Indicadores:**

1. Nunca positiva
2. Raramente
3. En ocasiones
4. Con frecuencia
5. Siempre positiva

## **Intervenciones (NIC)**

**5400 - Potenciación de la autoestima.** Ayudar a un paciente a que aumente el juicio personal de su propia valía.

### **Actividades**

- 540001 - Abstenerse de burlarse y/o realizar críticas negativas y quejarse.
- 540002 - Animar al paciente a evaluar su propia conducta.
- 540003 - Animar al paciente a identificar sus virtudes.
- 540004 - Animar al paciente a que acepte nuevos desafíos.
- 540005 - Ayudar a establecer objetivos realistas para conseguir una autoestima más alta.
- 540006 - Ayudar al paciente a aceptar la dependencia de otros, si procede.
- 540007 - Ayudar al paciente a identificar el impacto que tiene el grupo de similares sobre los sentimientos de su propia valía.
- 540008 - Ayudar al paciente a identificar la importancia de su cultura, religión, raza,

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

género y edad en la autoestima y los niveles de autoestima en el tiempo.

540009 - Ayudar al paciente a identificar las respuestas positivas de los demás.

540010 - Ayudar al paciente a reexaminar las percepciones negativas que tiene de sí mismo.

540011 - Comprobar la frecuencia de las manifestaciones negativas sobre sí mismos.

540012 - Determinar la confianza del paciente en sus propios juicios.

540013 - Determinar la posición de control del paciente.

540016 - Explorar las consecuencias con éxito anteriores.

540017 - Explorar las razones de la autocrítica o culpa.

540018 - Facilitar un ambiente y actividades que aumenten la autoestima.

540019 - Fomentar el aumento de responsabilidad de sí mismo, si procede.

540020 - Fomentar el contacto visual al comunicarse con otras personas.

540022 - Mostrar confianza en la capacidad del paciente para controlar una situación.

540023 - Observar la falta de seguimiento en la consecución de objetivos.

540024 - Observar las frases del paciente sobre su propia valía.

540025 - Observar los niveles de autoestima, si procede.

540026 - Proporcionar experiencias que aumenten la autonomía del paciente, si procede.

540027 - Reafirmar las virtudes personales que identifiquen al paciente.

540028 - Recompensar o alabar el progreso del paciente en la consecución de objetivos.

540029 - Reconocer la importancia de cultura, religión, raza, género y edad en la autoestima y niveles de autoestima en el tiempo.

### **00163. DISPOSICIÓN PARA MEJORAR LA NUTRICIÓN**

**Definición:** Patrón de aporte de nutrientes que resulta suficiente para satisfacer las necesidades metabólicas y que puede ser reforzado.

**Características definitorias:** La actitud hacia el acto de beber es congruente con los objetivos de salud. La actitud hacia el acto de comer es congruente con los objetivos de salud. Aporte adecuado de líquidos. Aporte adecuado de alimentos. Ingestas irregulares. Manifestación de conocimientos sobre elecciones saludables de líquidos. Manifestación de conocimientos sobre elecciones saludables de alimentos. Expresa deseos de mejorar la nutrición. Seguimiento de un estándar apropiado para los aportes (Ej. La pirámide alimentaria o las guías educativas. Seguridad en la preparación de los líquidos. Seguridad en la preparación de los alimentos. Seguridad en el almacenaje de los líquidos. Seguridad en el almacenaje de los alimentos.

### **Criterios de Resultado (NOC)**

**1004 - Estado nutricional.** Capacidad por la que los nutrientes pueden cubrir las necesidades metabólicas.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

### **Indicadores**

- 100401 - Ingestión de nutrientes.
- 100402 - Ingestión alimentaria.
- 100403 - Energía.
- 100405 - Relación peso / talla.
- 100408 - Ingestión de líquidos.
- 100409 - Hematocrito.
- 100410 - Tono muscular.
- 100411 - Hidratación.

### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Desviación grave del rango normal
2. Desviación sustancial del rango normal
3. Desviación moderada del rango normal
4. Desviación leve del rango normal
5. Sin desviación del rango normal

**1802 - Conocimiento: dieta.** Grado de comprensión transmitido sobre la dieta recomendada.

### **Indicadores**

- 180201 - Descripción de la dieta recomendada.
- 180202 - Explicación del fundamento de la dieta recomendada.
- 180203 - Descripción de las ventajas de seguir la dieta recomendada.
- 180204 - Establecimiento de objetivos para la dieta.
- 180205 - Explicación de las relaciones entre dieta, ejercicio y peso corporal.
- 180206 - Descripción de las comidas permitidas por la dieta.
- 180207 - Descripción de las comidas que deben evitarse.
- 180208 - Interpretación de las etiquetas alimentarias.
- 180209 - Descripción de las directrices para la preparación de la comida.
- 180210 - Selección de comidas recomendadas por la dieta.
- 180211 - Planificación de menú utilizando las directrices de la dieta.
- 180212 - Desarrollo de estrategias para cambiar los hábitos alimentarios.
- 180213 - Desarrollo de planes dietéticos para situaciones sociales.
- 180215 - Descripción de las posibles interacciones de los medicamentos con la comida.
- 180217 - Descripción de actividades de automotivación.

### **Escala de Likert para los Indicadores:**

1. Ninguno
2. Escaso
3. Moderado
4. Sustancial
5. Extenso

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

## **Intervenciones (NIC)**

**1100 - Manejo de la nutrición.** Ayudar o proporcionar una dieta equilibrada de sólidos y líquidos.

### **Actividades**

- 110001 - Ajustar la dieta al estilo del paciente, según cada caso.
- 110002 - Animar al paciente a que utilice dentaduras de ajuste correcto y/o que obtenga cuidados dentales.
- 110003 - Asegurarse que la dieta incluye alimentos ricos en fibra para evitar estreñimiento.
- 110004 - Ayudar al paciente a recibir asistencia de los programas nutricionales comunitarios apropiados, si es preciso.
- 110005 - Comprobar la ingesta realizada para ver el contenido nutricional y calórico.
- 110007 - Determinar en colaboración con el dietista, si procede – el número de calorías y tipo de nutrientes necesarios para satisfacer las exigencias de alimentación.
- 110008 - Determinar la capacidad del paciente para satisfacer las necesidades nutricionales.
- 110009 - Determinar las preferencias de comidas del paciente.
- 110010 - Enseñar al paciente a llevar un diario de comidas, si es necesario.
- 110011 - Fomentar el aumento de ingesta de proteínas, hierro y vitamina C, si es el caso.
- 110012 - Fomentar la ingesta de alimentos ricos en hierro, si procede.
- 110013 - Fomentar la ingesta de calorías adecuadas al tipo corporal y estilo de vida.
- 110014 - Fomentar técnicas seguras de preparación y preservación de alimentos.
- 110015 - Ofrecer hierbas y especias como alternativa a la sal.
- 110016 - Ofrecer tentempiés (bebidas y fruta fresca / zumo de fruta s), cuando sea preciso.
- 110017 - Pesar al paciente a intervalos adecuados.
- 110018 - Preguntar al paciente si tiene alergia a algún alimento.
- 110020 - Proporcionar información adecuada acerca de necesidades nutricionales y modo de satisfacerlas.
- 110021 - Proporcionar un sustituto del azúcar, cuando resulte oportuno.
- 110022 - Realizar una selección de comidas.

**5246 - Asesoramiento nutricional.** Utilización de un proceso de ayuda interactivo centrado en la necesidad de modificación de la dieta.

### **Actividades**

- 524602 - Ayudar al paciente a expresar sentimientos e inquietudes acerca de la consecución de las metas.
- 524603 - Ayudar al paciente a registrar lo que come normalmente en un periodo de 24 horas.
- 524605 - Comentar los gustos y aversiones alimentarias del paciente.
- 524606 - Determinar actitudes y creencias de los seres queridos acerca de la comida, el comer y el cambio nutricional necesario del paciente.
- 524607 - Determinar el conocimiento por parte del paciente de los cuatro grupos alimenticios básicos, así como la percepción de la necesaria modificación de la dieta.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 524608 - Determinar la ingesta y los hábitos alimentarios del paciente.
- 524609 - Discutir el significado de la comida para el paciente.
- 524610 - Discutir las necesidades nutricionales y la percepción del paciente de la dieta prescrita / recomendada.
- 524611 - Discutir los hábitos de compra de comidas y los límites de presupuesto.
- 524612 - Disponer una visita / consulta a otros miembros del equipo de cuidados, si procede.
- 524613 - Establecer la duración de relación de asesoramiento.
- 524614 - Establecer metas realistas a corto y largo plazo para el cambio del estado nutricional.
- 524615 - Establecer una relación terapéutica basada en la confianza y el respeto.
- 524616 - Facilitar la identificación de las conductas alimentarias que se desean cambiar.
- 524617 - Proporcionar información, si es necesario, acerca de la necesidad de modificación de la dieta por razones de salud: pérdida de peso, restricción de sodio, reducción del colesterol, restricción de líquidos.
- 524618 - Revisar con el paciente la medición de ingesta y eliminación de líquidos, ganancias y pérdidas de peso, si procede.
- 524619 - Utilizar normas nutricionales aceptadas para ayudar al paciente a valorar la conveniencia de la ingesta dietética.
- 524620 - Valorar el progreso de las metas de modificación dietética a intervalos regulares.
- 524621 - Valorar los esfuerzos realizados para conseguir los objetivos.

**5606 - Enseñanza: individual.** Planificación, puesta en práctica y evaluación de un programa de enseñanza diseñado para tratar las necesidades particulares del paciente.

**Actividades**

- 560601 - Ajustar el contenido de acuerdo con las capacidades /incapacidades cognitivas, psicomotoras y afectivas del paciente.
- 560602 - Ajustar la instrucción para facilitar el aprendizaje, según proceda.
- 560603 - Corregir las malas interpretaciones de la información, si procede.
- 560604 - Dar tiempo al paciente para que haga preguntas y discuta sus inquietudes.
- 560605 - Determinar la capacidad del paciente para asimilar información específica.
- 560606 - Determinar la motivación del paciente para asimilar información específica (p. Ej. creencias sobre la salud, incumplimientos pasados, malas experiencias con cuidados / aprendizaje de salud y metas conflictivas).
- 560607 - Determinar la secuencia de presentación de la información.
- 560608 - Determinar las necesidades de enseñanza del paciente.
- 560611 - Establecer la credibilidad del educador.
- 560612 - Establecer metas de aprendizaje mutuas y realistas con el paciente.
- 560613 - Evaluar la consecución de los objetivos establecidos por parte del paciente.
- 560614 - Identificar los objetivos de enseñanza necesarios para conseguir las metas.
- 560615 - Incluir a la familia / ser querido, si es posible.
- 560616 - Instruir al paciente, cuando corresponda.
- 560617 - Potenciar la disponibilidad del paciente para aprender, si procede.
- 560618 - Proporcionar un ambiente que conduzca al aprendizaje.
- 560619 - Reforzar la conducta, si se considera oportuno.

*¿Qué canastas de cuidados ofrece enfermería como profesión independiente, en el primer nivel de atención, a la población adulta mayor, con enfermedades no transmisibles prevalentes en Uruguay?*

- 560620 - Registrar el contenido presentado, los materiales escritos proporcionados y la comprensión del paciente de la información o las conductas del paciente que indiquen aprendizaje en el registro médico permanente.
- 560621 - Remitir al paciente a otros especialistas / centros para conseguir los objetivos de enseñanza, si es preciso.
- 560622 - Seleccionar los materiales educativos adecuados.
- 560623 - Seleccionar los métodos / estrategias de enseñanza del paciente.
- 560624 - Seleccionar nuevos métodos / estrategias de enseñanza, si los anteriores hubieran sido ineficaces.
- 560625 - Valorar el estilo de aprendizaje del paciente.
- 560626 - Valorar el nivel actual de conocimientos y comprensión de contenidos del paciente.
- 560627 - Valorar el nivel educativo del paciente.
- 560628 - Valorar las capacidades / incapacidades cognoscitivas, psicomotoras y afectivas.

**5614 - Enseñanza: dieta prescrita.** Preparación de un paciente para seguir correctamente una dieta prescrita.

**Actividades**

- 561401 - Ayudar al paciente a acomodar sus preferencias de comidas en la dieta prescrita.
- 561402 - Ayudar al paciente a sustituir ingredientes que se acomoden a sus recetas favoritas en la dieta prescrita.
- 561403 - Conocer los sentimientos / actitud del paciente / ser queridos acerca de la dieta prescrita y del grado de cumplimiento dietético esperado.
- 561404 - Enseñar al paciente a leer las etiquetas y seleccionar los alimentos adecuados.
- 561405 - Enseñar al paciente a llevar un diario de comidas, si resulta posible.
- 561406 - Enseñar al paciente a planificar las comidas adecuadas.
- 561407 - Enseñar al paciente el nombre correcto de la dieta prescrita.
- 561408 - Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente acerca de la dieta prescrita.
- 561409 - Explicar el propósito de la dieta.
- 561410 - Incluir a la familia / ser querido, según el caso.
- 561411 - Informar al paciente de las posibles interacciones de fármacos / comidas, si procede.
- 561412 - Informar al paciente del tiempo durante el que debe seguirse la dieta.
- 561413 - Instruir al paciente sobre las comidas permitidas y prohibidas.
- 561414 - Observar la selección de alimentos adecuados a la dieta prescrita, por parte del paciente.
- 561415 - Proporcionar un plan escrito de comidas, si procede.
- 561416 - Recomendar un libro de cocina que incluya recetas coherentes con la dieta, si procede.
- 561417 - Reforzar la información proporcionada por otros miembros del equipo de cuidados, según corresponda.
- 561418 - Remitir al paciente a un dietista / experto en nutrición, si es preciso.