

Promoviendo el **AUTOCUIDADO** de la salud

AUTOCUIDADO: Prácticas y decisiones que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud.

En el proceso de atención, es importante trabajar con los pacientes y su familia sobre el autocuidado y la responsabilidad sobre su salud para que participen en el proceso de atención.

Los pacientes que no están involucrados ni informados sobre aspectos relacionados con el autocuidado tienen mayor probabilidad de tener complicaciones en su enfermedad y sufrir eventos adversos si se encuentran hospitalizado



EDUCACION EN AUTOCUIDADO



La educación del paciente busca que él y su familia participen activamente en el cuidado de la salud, recibiendo información a cerca de la enfermedad, el manejo médico y de los servicios ofrecidos.

La clave es que el paciente entienda su enfermedad y su impacto, aprenda a reconocer signos de alarma y los comunique; entre más esté el paciente comprometido con su salud, más ayudara a prevenir que sucedan los eventos adversos por lo tanto la actividad educativa es fundamental.

Se debe **EDUCAR** al paciente en varios aspectos:

❖ CONOCER LA ENFERMEDAD

Informar al pacientes sobre la enfermedad que tiene, cual es su tratamiento, cual es la dieta que debe seguir, cuales son sus signos de alarma.



❖ PROCURAR LA CORRECTA IDENTIFICACION DEL PACIENTE

Informar sobre la importancia de la identificación y el llamado por su nombre para que el paciente y/o su acudiente verifiquen su identificación antes de la realización de procedimientos, exámenes, aplicación de medicamentos, entrega de dieta y traslado entre servicios.



❖ ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS

Educar sobre la importancia de informar sobre medicamentos que toma y alergias que haya tenido. No tomarlos por cuenta propia, sino decirle al personal de Enfermería para que este se los suministre; preguntar por los medicamentos ordenados, sus efectos y el horario en que deben administrarlos.



❖ PREVENCION DE INFECCIONES

Enseñar sobre la importancia del lavado de manos e involucrar al paciente y sus familiares en esta práctica. Si el paciente tiene heridas, sondas, catéteres o aparatos ortopédicos, educar para que no los toque por sí mismo ni permita que un visitante lo haga.



❖ EVITAR CAIDAS



Informar sobre la importancia de mantener elevadas las barandas de la cama y de solicitar ayuda para levantarse o para su desplazamiento. Indicar si se identifica algún riesgo (falta de luz, piso húmedo, elementos cortantes).

Enseñar el buen uso de ayudas para moverse (bastón, muletas, sillas de ruedas,) cuando estos se requieran.

AUTOCUIDADO EN EL HOGAR

Antes del egreso del paciente es necesario asegurarse de que el y su familia entendieron todas las instrucciones sobre la prescripción de los medicamentos. De igual manera si existe una herida, es importante explicar la forma de limpiarla y el procedimiento para el aseo diario. En los casos de pacientes con enfermedades crónicas (parapléjico, con trombosis o artritis reumatoidea) es indispensable enseñar a los familiares sobre los cambios de posición, la forma de bañar al paciente, alimentación y cuidados generales.



SISTEMA ÚNICO DE ACREDITACIÓN



ILUSTRAR AL PACIENTE EN EL AUTOCUIDADO DE SU SALUD

PLAN PADRINO
CARTILLA 27

ABRIL / 2018