

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

BASES TEÒRIQUES DE LA INFERMERIA



professora: **Carme Valiente** | BASES TEÒRIQUES DE LA INFERMERIA
curs: **2on Grau d'Infermeria** | Manresa 2012-2013
alumne: **Carles Mayol Bonet**



UNIVERSITAT
A MANRESA

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: **Carme Valiente** | curs: **2on. Grau d'Infermeria** | alumne: **Carles Mayol Bonet**

ÍNDEX

- 1. Realitzar la valoració sobre la satisfacció de les necessitats bàsiques d'un adult d'edat entre 25-40 anys que es trobi en salut.**
..... Pàg 03

- 2. Analitzar la satisfacció de les necessitats: Quina o quines necessitats són més prioritàries per la persona a la que has fet la valoració? Quina interrelació hi ha entre la satisfacció de les necessitats, hi ha alguna-es que influencii de manera especial en la satisfacció de les altres?**
..... Pàg 09

- 3. Hi ha alguna necessitat en la que es pugui millorar la satisfacció? Quines intervencions proposaries? Justificar les respostes.**
..... Pàg 10

- 4. Bibliografia**
..... Pàg 12

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: **Carme Valiente** | curs: **2on. Grau d'Infermeria** | alumne: **Carles Mayol Bonet**

1. Realitzar la valoració sobre la satisfacció de les necessitats bàsiques d'un adult d'edat entre 25-40 anys que es trobi en salut.

DESCRIPCIÓ DE LA PERSONA: **dades generals + exploració física.**

Per realitzar aquest treball sobre la satisfacció de les necessitats bàsiques he demanat la col·laboració de la Martina Salvadó, ja que el seu perfil compleix les característiques necessàries demanades en el treball.

La Martina és una dona adulta de 33 anys d'edat que treballa com a professora d'anglès a una acadèmia de Sant Pere de Ribes, actualment té parella estable desde fa 14 anys i viu en parella en un pis a la mateixa població. Em comenta que ella és d'origen madrileny, ja que va néixer a Madrid, però que quan va tenir 7 anys la seva família es va traslladar a viure a Barcelona per motius laborals i aquí és on ha crescut i s'ha integrat plenament. Parla perfectament castellà, català i anglès, i m'explica que per a ella la llengua mai ha estat un obstacle a l'hora d'integrar-se, més aviat al contrari, ja que sempre ha mostrat una molt bona capacitat d'aprenentatge d'altres llengües i per això finalment es va decidir per estudiar Filologia Anglesa a la Universitat de Barcelona.

Li he realitzat un petit qüestionari de salut i els únics antecedents patològics que destaquen és que quan era petita la van tractar d'asma a l'hospital de Sant Joan de Déu, però que actualment en la seva etapa adulta no segueix cap tractament per aquesta patologia. En quant a intervencions, refereix que quan tenia 3 anys va patir una intervenció quirúrgica per un error diagnòstic, ja que inicialment el metges van creure que el petit bony que li va aparèixer a l'engonal dret es tractava d'un despreniment d'ovari o d'una hèrnia encarcerada. Finalment, tan sols es tractava d'un gangli inflammat que no hagués requerit cap mena d'intervenció. Més recentment, al complir els 25 anys va ser intervinguda amb làser als ulls per tal de corregir la seva miopia. La Martina és al·lèrgica a les llavors de rosella, als àcars de la pols i als pels dels animals, sobretot als dels gats.

Al preguntar-li sobre els possibles antecedents familiars d'interès destaquen els d'origen cardíac, com són l'infart agut de miocardi (IAM) que va patir el seu pare, la mort per IAM del seu avi patern, la intervenció de doble by-pass coronari que va patir el seu tiet o la arítmia cardíaca per fibril·lació auricular (ACxFA) que va patir fa poc la seva àvia materna. També destaca que la seva mare té antecedents de melanoma. Al preguntar-li sobre si pren algun tipus de medicació em comenta que

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: Carme Valiente | curs: 2on. Grau d'Infermeria | alumne: Carles Mayol Bonet

actualment pren una dosi diària d'àcid fòlic ja que està intentant quedar-se embarassada, fa un any que va deixar de prendre els anticonceptius orals (ACO) i en l'última visita al ginecòleg li van diagnosticar ovaris poliquístics. La Martina actualment pesa **59,3 Kg** i mesura uns **171 cm** d'alçada, per tant he calculat el seu **índex de massa corporal (IMC) que es situa en 20,3** una xifra dins dels límits de la normalitat d'acord amb la seva alçada i el seu pes.

Realitzo una exploració física inicial a la Martina obtenint les següents dades: **freqüència cardíaca (FC)** regular de **71 x'**; **freqüència respiratòria (FR)** regular de **18 resp. x'**; normotensa amb una **tensió arterial (TA)** de **110 / 60** i una **T^a axil·lar** de **36,5 °C**. La Martina no ha estat mai fumadora i presenta una auscultació normal, tolera el decúbit i s'observa una respiració eupneica sense presència de tons ni de cap tipus d'expectoració. Es valora un pols radial ple i rítmic en contraposició al pols pedi, que es troba present, però amb un caràcter molt dèbil i acompanyat d'una T^a més freda a les extremitats inferiors (EEII). La Martina té color de pell rosat exceptuant a les parts més distals del les EESS i les EEII on el to de la pell passa a ser marcadament més pàl·lid. En general s'observa una pell amb signes de mala hidratació, varius a les EEII, presència generalitzada de pigues (manifesta que estan controlades per dermatòleg), una textura aspra, una distribució no uniforme de la temperatura (extremitats més fredes) i tan sols s'objectiva la presència d'una cicatriu que és la que correspon a la IQ que va patir quan tenia 3 anys. A nivell musculoesquelètic i neurològic la Martina presenta una marxa estable sense dificultats i sense problemes d'equilibri, es manté en tot moment conscient i orientada, amb una capacitat íntegra de respondre a ordres verbals i sense mostrar en cap moment dificultat a la parla.

Em comenta que ara ja fa temps que no fa cap mena d'esport i que ha deixat d'anar al gimnàs però té la intenció de tornar-hi en breu. En la valoració digestiva cal destacar el bon estat de la mucosa bucal i la llengua, s'observa una dentadura sana i neta però presenta un cert grau de retracció gingival i manifesta tenir-hi molèsties puntuals. Li exploro l'abdomen i presenta un abdomen tou i depressible, no refereix cap problema digestiu i tant la freqüència com l'aspecte de les deposicions i la micció semblen ser normals tot i que m'explica que fa un aproximadament un any va patir diversos episodis d'infecció d'orina. En aquesta exploració física inicial no s'objectiva cap altre aspecte destacable.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: Carme Valiente | curs: 2on. Grau d'Infermeria | alumne: Carles Mayol Bonet

VALORACIÓ DE LES NECESSITATS BÀSIQUES

1. Respirar normalment.

La Martina habitualment no presenta cap dificultat respiratòria, és una persona no fumadora i respira correctament per el nas. **Tan sols veu alterada aquesta necessitat quan pateix episodis d'al·lèrgia associats a la exposició de pels d'animals o als àcars de la pols**, això li provoca un increment agut de la mucositat que li dificulta realitzar una respiració normal. També manifesta que quan intenta realitzar un exercici físic de tipus aeròbic amb una certa duració (ex. sortir a córrer), a vegades té la sensació de que li manca l'aire i es cansa fàcilment realitzant aquests tipus d'activitats. Em comenta que li agradaria que això no passes i que a l'hora de fer esport també pogués optar a escollir aquests tipus d'activitats.

2. Menjar i beure adequadament.

Manifesta no presentar cap problema per satisfer aquesta necessitat, no té cap dificultat per mastegar i empassar els aliments correctament ni per beure líquids, i no requereix cap suport o ajuda per dur a terme la satisfacció d'aquesta necessitat. Em comenta que habitualment menja a casa acompanyada i que normalment realitza unes 4 ingestes al dia seguint una dieta essencialment mediterrània (amanida, llegum, arròs, carn blanca, peix...). La Martina li dona molta importància a realitzar una alimentació sana i equilibrada tot i que reconeix que no sempre és possible. Manifesta que tot i menjar adequadament, **realitza una ingesta diària de líquids (aigua, cafè, llet de soja...) molt per sota del que seria desitjable, ja que tan sols beu uns 375 cl. diaris** en front als 1500-2000 cl. que serien recomanables. Comenta que una vegada va presentar una reacció al·lèrgica a la ingesta de llavors de rosella i que els únics aliments que clarament no li agraden són les vísceres, la carn de caça i els cargols.

3. Eliminar per totes les vies corporals.

La Martina no manifesta cap dificultat per eliminar per via fecal i urinària, **però si que presenta un cert grau d'anhidrosi fins hi tot quan realitza exercici intens**. Explica que elimina per via urinària amb una freqüència de 8/9 cops al dia i que l'aspecte de l'orina és de caire normal (color transparent o ambre clar), pel que respecta a la eliminació fecal em comenta que normalment va de 1 a 2 cops al dia i que l'aspecte i la consistència de les seves deposicions són normals. Finalment, em comenta que té una menstruació una mica irregular però que li ve amb una quantitat moderada i no li causa un dolor excessiu.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: Carme Valiente | curs: 2on. Grau d'Infermeria | alumne: Carles Mayol Bonet

4. Moure's i mantenir bona postura.

La Martina veu complerta aquesta necessitat tot i que habitualment no realitza amb regularitat cap tipus d'activitat física o d'esport. Abans anava regularment al gimnàs però ara ja fa mesos que ho ha deixat. Manifesta no presentar cap dificultat per realitzar les tasques habituals de la seva vida diària tot i que em **comenta tenir certa dificultat per adoptar postures que afectin directament a les seves lumbars, ja que en el passat ha patit lumbàlgia en nombroses ocasions.**

5. Dormir i descansar.

La Martina em comenta que aproximadament dorm unes 8 hores diàries, mai realitza migdiada i **manifesta que en algunes ocasions li costa conciliar el son.** Habitualment pateix alguna interrupció en els seu període de descans ja sigui perquè s'aixeca per anar al lavabo o perquè la seva parella ronca. Comenta que això també li produeix cert nerviosisme que en ocasions li impedeix conciliar el son. La Martina ha detectat que els dies que es lleva molt d'hora, aquesta circumstància ha afavorit a la nit la conciliació del son amb més facilitat.

6. Vestir-se i desvestir-se.

No presenta cap dificultat per cobrir aquesta necessitat, la Martina no té cap dificultat de moviment i no està condicionada per el seu entorn laboral i personal a vestir-se d'una determinada manera, és una persona totalment autònoma e independent per realitzar aquestes tasques. Manifesta que normalment escull roba còmoda i sabata plana tot i que reconeix que li dona molta importància a l'aspecte en general i té molta cura de quins complements utilitza per tal de sentir-se bé amb el seu aspecte en general. Prefereix despullar-se i vestir-se amb total intimitat ja que sent vergonya i es troba incomoda fent-ho amb presència d'altres persones.

7. Mantenir la T^a corporal dins els límits normals.

La Martina es mostra molt sensible als canvis de temperatura, **manifesta tenir una millor tolerància a la calor que al fred.** Viu en un pis acondicionat amb calefacció amb gas natural que normalment a l'hivern manté les estàncies a una temperatura de 22°C i tot i així en nombroses ocasions utilitza diferents recursos per combatre el fred com són la utilització d'una bossa d'aigua calenta, la ingesta d'una sopa calenta o abrigar-se amb més roba. Quan té la sensació de tenir febre habitualment comprova la temperatura i es sol prendre un paracetamol 1gr.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: Carme Valiente | curs: 2on. Grau d'Infermeria | alumne: Carles Mayol Bonet

8 Mantenir la higiene i integritat de la pell.

La Martina dona molta importància a la higiene, actualment no requereix d'ajuda per mantenir aquesta necessitat coberta. Té un aspecte general net i manifesta dutxar-se i rentar-se el cabell amb una freqüència d'un cop al dia, preferiblement al matí. La seva higiene bucal és correcta i es renta les dents 3 cops al dia, normalment després de cada àpat. Habitualment es rasura amb cera 1 cop al mes. **La Martina explica que té una pell mal hidratada, amb clivelles a les mans i presència de varius a les EEII**, actualment intenta integrar en els seus hàbits d'higiene diaris el posar-se crema hidratant després de cada dutxa per millorar la hidratació de la seva pell i conservar al màxim la seva integritat. La Martina reconeix que per ella emocionalment és molt important sentir correctament coberta aquesta necessitat ja que per exemple això la pot influenciar en com vestir-se, escollir entre faldilla o pantaló, si creu que la integritat de la pell de la seves cames no és la correcta.

9. Evitar perills ambientals i lesionar a altres persones.

Cada any la Martina es vacuna de la grip estacional, té cura de la seva salut i no realitza cap activitat de risc que pugui suposar un perill per ella o per la gent que l'envolta. No pren cap tipus de medicació, alcohol o drogues per sentir-se millor, relaxar-se o millorar puntualment el seu rendiment. La Martina es defineix com una persona introvertida sobretot pel que fa als aspectes emocionals i li costa molt alliberar les tensions i afrontar els problemes d'una manera directa. Quan es troba en situació de malaltia, la Martina manifesta afrontar-la sense alterar-se excessivament i seguint les pautes prescrites per el seu metge.

10. Comunicar-se.

Tot i descriure's com una persona vergonyosa e introvertida la Martina es comunica satisfactòriament amb les persones del seu entorn. Tot i així, manifesta que **en algunes ocasions el seu baix tó de veu i la seva actitud discreta han impedit una comunicació efectiva amb la gent que l'envolta**. Es defineix com una persona introvertida a la qual li costa donar el primer pas, però em comenta que nota com ha millorat sensiblement amb aquest aspecte i actualment es mostra menys introvertida i amb una actitud molt més sociable. Fonamentalment les persones més significatives per ella són la família, la parella i els amics, persones amb les que manté una relació de qualitat i que veu entre 3 i 4 cops a la setmana, exceptuant a la seva parella amb la que conviu i per tant la veu diàriament. La Martina es sent plenament integrada en tots els àmbits del seu entorn social, a la

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: **Carme Valiente** | curs: **2on. Grau d'Infermeria** | alumne: **Carles Mayol Bonet**

seva llar, al poble on viu i en el seu entorn laboral. Reconeix que li costa molt demanar ajuda i que prefereix “no molestar” a no ser que no pugui solucionar qualsevol problema per si mateixa, llavors es veu evocada a demanar ajuda. En l'àmbit de les relacions sexuals, les considera satisfactòries e importants, i actualment no està utilitzant cap mètode anticonceptiu perquè està intentant quedar-se embarassada, ja que conjuntament amb la seva parella han decidit donar aquest pas e intentar ser pares.

11. Viure d'acord amb les seves creences i valors.

En aquest àmbit la Martina no expressa cap tipus de sentiment filosòfic o religiós tot i tenir una educació influenciada per la religió cristiana. Al mateix temps, manifesta ser absolutament respectuosa amb les idees i valors d'aquells que l'envolten tot i que no siguin similars als seus. Cal destacar que les seves creences no exerceixen cap mena d'influència en la seva alimentació, la manera de vestir-se o la cura que té de la seva pròpia salut.

12. Realitzar-se.

Actualment la Martina es troba en una situació laboral activa després d'un llarg període a l'atur, treballa com a professora d'anglès en una acadèmia d'idiomes a temps parcial amb un contracte per hores. Es troba satisfeta amb la seva situació ja que es considera afortunada de tenir feina però li agradaria trobar una feina més estable. Manifesta que tot i tenir ganes d'iniciar una nova etapa laboral no es sent amb una actitud suficientment emprenedora per tirar endavant ella un projecte professional de manera autònoma, prefereix tenir un rol d'assalariada i no prendre riscos.

13. Participar en activitats recreatives.

La Martina li dona molta importància al temps d'oci, tot i que ella es descriu com una persona inicialment introvertida, manifesta que actualment ha fet molts esforços per diversificar les seves activitats de lleure i al mateix temps ampliar el seu entorn social i d'amics. Actualment toca en una batucada i també li agrada la cuina creativa i la gastronomia, tot i que reconeix que en ocasions deixa de fer certes activitats per mandra o perquè els amics, la família o la parella no poden acompanyar-la.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: Carme Valiente | curs: 2on. Grau d'Infermeria | alumne: Carles Mayol Bonet

14. **Aprendre.**

La Martina no mostra cap mena de dificultat per cobrir aquesta necessitat, compta amb una llicenciatura en Filologia Anglesa i amb un doctorat en *Applied Linguistics* (DEA). Em comenta que la seva forma habitual d'adquirir coneixements sempre ha estat mitjançant les classes presencials, però que ara cada cop més contempla els avantatges de les activitats formatives a distància disponibles a través d'internet.

2. **Analitzar la satisfacció de les necessitats: Quina o quines necessitats són més prioritàries per la persona a la que has fet la valoració?**

Quina interrelació hi ha entre la satisfacció de les necessitats, hi ha alguna-es que influencii de manera especial en la satisfacció de les altres?

Per la Martina les necessitats més importants a tenir cobertes són: menjar i beure adequadament, dormir i descansar, mantenir la higiene i la integritat de la pell, realitzar-se i participar en activitats recreatives.

Cal destacar que tot i que la Martina és conscient de la importància que té el seguir una bona alimentació, cal dir-li que **la manca d'ingesta de líquids pot perjudicar directament l'aspecte i la integritat de la seva pell**. Cal recordar que al valorar la necessitat de menjar i beure adequadament he observat que la ingesta de líquids que feia la Martina estava molt per sota del que seria desitjable per una persona adulta de la seva edat i pes. Al mateix temps, també **cal que la Martina esculli correctament els aliments que pren al vespre ja que si realitza una ingesta molt calòrica es probable que això dificulti la seva capacitat per conciliar el son** i per tant, li sigui més difícil dormir i descansar de manera adient. Al mateix temps, també caldria destacar el paper que pot jugar la necessitat de moure's, ja que la Martina ha manifestat que ha deixat d'anar al gimnàs i manté una activitat física molt reduïda, arriba menys cansada a casa al vespre i per tant és probable això també dificulti parcialment la seva necessitat de dormir i descansar.

La Martina manté una molt bona higiene corporal però **es mostra preocupada per l'aspecte de la seva pell, sobretot per la presència de varius a les EEII**, això és probable que afecti directament a la necessitat de sentir-se realitzada en l'aspecte físic i que molts cops pugui acabar condicionant la seva manera de vestir-se o les activitats de lleure en les que li agradaria participar.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: Carme Valiente | curs: 2on. Grau d'Infermeria | alumne: Carles Mayol Bonet

Cal destacar que de totes les necessitats que són importants per la Martina, la necessitat de menjar i beure adequadament és la que pot tenir més influència sobre la resta i per tant la primera on es proposarà una intervenció específica per a la seva millora.

3. Hi ha alguna necessitat en la que es pugui millorar la satisfacció?

Quines intervencions proposaries? Justificar les respostes.

PROPOSTES D'INTERVENCIÓ

Hi han tot un seguit d'intervencions que es poden proposar per millorar la satisfacció de les necessitats de la Martina. **Aquestes intervencions són:**

- a) Pel que respecta a la necessitat de respirar normalment, la Martina comentava que en ocasions es trobava puntualment limitada quan havia que realitzar un exercici aeròbic de certa durada ja que es fatiga amb facilitat i li apareix una sensació de manca d'aire. La proposta d'intervenció en aquest punt es fonamenta en proposar-li a la Martina que concerti una visita amb el seu metge de capçalera que, si ho veu convenient, li realitzarà una espirometria per comprovar objectivament la seva capacitat pulmonar i si cal la derivarà al pneumòleg. Al mateix temps com a infermers, hem de recomanar-li que si no està capacitada per realitzar un tipus d'exercici aeròbic de llarga durada comenci amb exercicis de menys intensitat i que amb el pas del temps vagi progressivament augmentant la durada i la intensitat de l'exercici, així d'aquesta manera permetrà al cos adaptar-se a la intensitat requerida.
- b) Per tal de satisfer la necessitat de menjar i beure adequadament, hem d'aconsellar a la Martina una major ingesta de líquids, preferentment aigua, ja que habitualment no arriba el mínim que seria recomanable. Això també permetrà mantenir l'organisme millor hidratat i paral·lelament tindrà efectes positius sobre l'aspecte e integritat de la seva pell. Al mateix temps, s'ha de pensar que si s'hidrata millor es probable que desaparegui el cert grau d'anhidrosi que pateix i el seu cos podrà suar amb normalitat, al mateix temps eliminant toxines i millorant l'estat de la seva pell. En la intervenció plantejada sobre aquesta necessitat també caldrà fer un incís en quan a l'organització de les diferents ingestes i la varietat de les mateixes, això serà un factor fonamental per tal d'arribar al vespre amb una gana equilibrada i evitar un sopar excessiu que pugui acabar impedit satisfer la necessitat de dormir i descansar de manera adient.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: **Carme Valiente** | curs: **2on. Grau d'Infermeria** | alumne: **Carles Mayol Bonet**

- c) Pel que respecta a la necessitat de moure's i mantenir una bona postura, la Martina ha manifestat haver patit diversos episodis de lumbàlgia i a més ja fa mesos que ha deixat de fer cap tipus d'activitat física des de que va deixar d'anar al gimnàs. La intervenció proposada en aquest cas serà plantejar-li que ha de tornar a fer algun tipus d'activitat física, que l'ajudarà a enfortir i tonificar la seva musculatura i al mateix temps l'ajudarà a mantenir una millor circulació que evitarà que li apareguin més varius a les EEII.
- d) La proposta d'intervenció per veure satisfeta la necessitat de dormir i descansar adequadament es fonamenta en dos fronts: que tingui certa regularitat horària a l'hora de llevar-se i que si un dels problemes principals en el seu descans són els roncs de la seva parella que li proposi realitzar una visita al seu metge de capçalera per mirar de veure quina és la causa dels roncs, i si aquesta es pot solucionar. Inicialment, cal aconsellar-li que si la parella té sobrepès seria important realitzar una sèrie de mesures per intentar baixar de pes i veure si així no ronca tant.
- e) En la necessitat de mantenir la higiene i integritat de la pell, la proposta d'intervenció anirà dirigida a millorar la hidratació de la pell i la seva total integritat, ja que en els aspectes higiènics no s'observa cap mancança. En aquest sentit, se li proposa a la Martina que millori la ingesta de líquids, que segueixi aplicant-se crema hidratant després de cada dutxa i que comenci a realitzar més exercici físic. Si amb tot això no millora l'aspecte de la seva pell i la Martina no es sentís satisfeta amb el seu aspecte, llavors caldria recomanar-li realitzar una consulta amb un metge especialista per informar-se bé i saber si cap la possibilitat d'algun tipus de proposta més intervencionista.

Valoració de la satisfacció de les necessitats bàsiques

professora: **Carme Valiente** | curs: **2on. Grau d'Infermeria** | alumne: **Carles Mayol Bonet**

4. Bibliografia

1. Valiente C. Apunts Bases teòriques de l'infermeria. Curs 2012-2013 Manresa: Fundació Universitària del Bages (FUB); 2012.
2. Luis, M.T. Fernández, C. Navarro, M.V.: De la teoria a la pràctica. El pensamiento de Virginia Henderson en el siglo XXI. Masson. Barcelona 1998.
3. Campbell C. Tratado de enfermería diagnósticos y métodos. 2^a ed. Granollers.: Editorial Marín SA; 1994.