

FUB



UNIVERSITAT
A MANRESA

Bases teòriques

Anàlisi necessitats bàsiques

Model de cures de V. Henderson

professora: Carme Valiente | **curs:** 2on. Grau d'Infermeria

alumnes: Pablo Mari, Josep Anton Romera, Idoia Jaka, M^a Carme Domènech i Carles Mayol

MENJAR I BEURE ADEQUADAMENT

Concepte de la necessitat

És la necessitat de tot organisme d'ingerir i absorbir aliments de qualitat i en la quantitat suficient per assegurar el creixement, el manteniment dels teixits i l'energia necessària per el seu bon funcionament





UNIVERSITAT
A MANRESA

MENJAR I BEURE ADEQUADAMENT

**Reflexió sobre el significat personal i del grup
que té la necessitat en concret?**

És una necessitat fisiològica indispensable
pel funcionament correcte del cos humà.

Els coneixements per portar una alimentació adient (sana, variada,
equilibrada i suficient), les característiques i els aspectes culturals
de la persona i les possibilitats de cadascú, influeixen en la manera
de satisfer aquesta necessitat.

Amb un desequilibri d'aquesta necessitat es pot veure afectada alguna
de les altres necessitats bàsiques segons el model de la V. Henderson.

En estats d'estrès, per exemple, una persona pot augmentar o disminuir
aquesta necessitat de menjar i beure, veient-se aquesta afectada.

Que fem per satisfer la necessitat?

Nosaltres, com individus i segons la cultura en la qual ens desenvolupem, procurem alimentar-nos d'acord amb els nostres coneixements i les nostres possibilitats. Per satisfer aquesta necessitat, ens hem d'alimentar correctament seguint una dieta on tinguem els nutrients bàsics (glúcids, lípids, proteïnes, vitamines i sals minerals). Segons una dieta suficient, hem de fer 5 o 6 àpats al dia i beure, al menys, dos litres d'aigua.



MENJAR I BEURE ADEQUADAMENT

Com influeix l'edat i l'etapa de desenvolupament en la satisfacció de la necessitat.

Segons l'edat tenim unes necessitats o unes altres.

NADONS (No autònoms) :

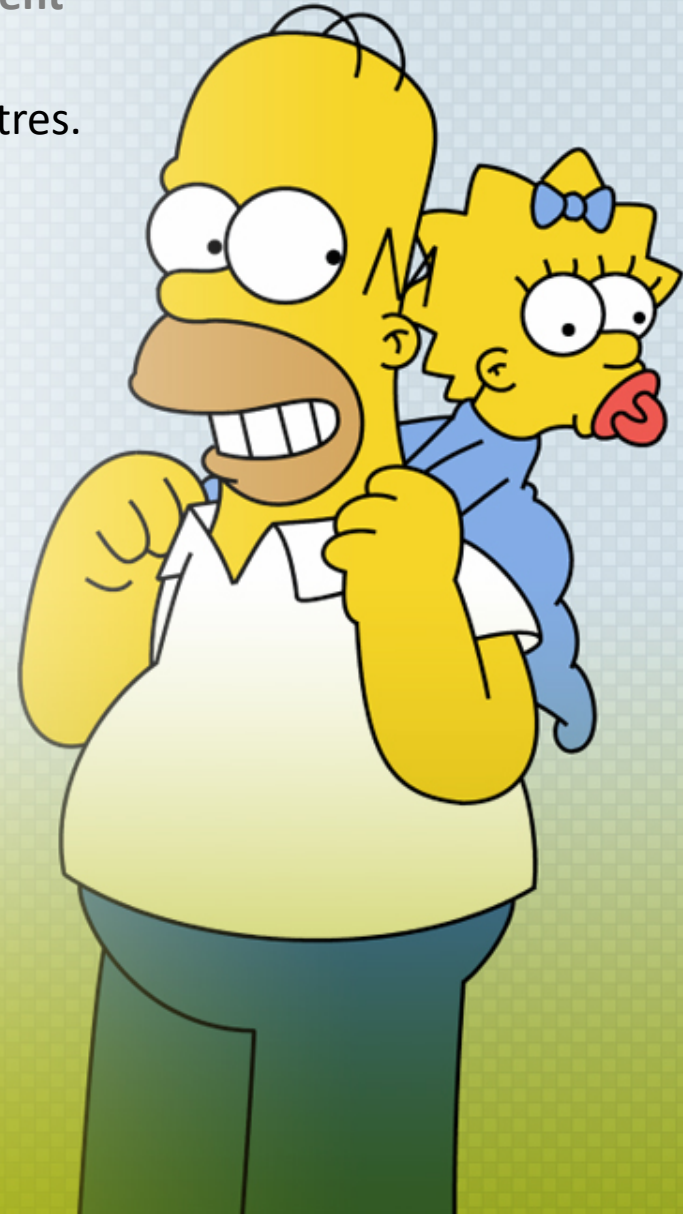
Els coneixements dels pares són essencials.
Per satisfer aquesta necessitat.

INFÀNCIA › ADOLESCÈNCIA › EDAT ADULTA :

Un segueix els coneixements adquirits per alimentar-se adequadament.
En l'etapa de desenvolupament aquestes necessitats augmenten ja que l'organisme s'ha de desenvolupar i créixer.

TERCERA EDAT :

aquestes necessitats disminueixen ja que el metabolisme s'alenteix.





UNIVERSITAT
A MANRESA

MENJAR I BEURE ADEQUADAMENT

Com afecten els factors psicològics (estrès, intel.ligència, personalitat...) i els factors socioculturals (l'entorn, la família, d'estatus social, el rol...) en la satisfacció de la necessitat.

Els factors psicològics afecten a la necessitat de menjar i beure.

Ex: Amb + estrès, l'organisme pot reaccionar o bé alimentant-se en excés o bé disminuint la ingesta. Això afecta a l'individu.

Els coneixements propis són bàsics per tal de mantenir i conèixer els elements necessaris per dur a terme una bona alimentació.

La família en els factors socioculturals resulten fonamentals per assolir una educació alimentària que ens proporcioni un bon grau d'independència per satisfer aquesta necessitat.

L'entorn i l'estatus social també seran factors importants ja que permeten una millora qualitativa i quantitativa en la satisfacció d'aquesta necessitat.



UNIVERSITAT
A MANRESA

MENJAR I BEURE ADEQUADAMENT

Manifestacions d'independència / indicadors de conducta que cal valorar en la persona.

En la necessitat de menjar i beure hi ha unes manifestacions d'independència que cal destacar:

un bon aspecte físic és signe d'una bona independència de la necessitat de menjar i beure. Mantenir una boca sana i neta, fer una bona digestió dels aliments i un equilibri entre la ingesta i l'excreció. Seguir un horari dels àpats regular i poder escollir on i amb qui menges. El significat personal sobre el menjar també té un efecte: l'amor, el càstig, etc.

Que podem fer com infermers per ajudar a les persones a mantenir / millorar la satisfacció de la necessitat? Proposta d'intervencions.

Segons els gustos i necessitats podem guiar a la persona esbrinant els hàbits alimentaris de l'individu. Se'l pot guiar a fer una dieta sana i equilibrada, ajudant-lo a triar els aliments més convenients per la seva salut i necessitats, a més d'una educació alimentària perquè pugui portar a terme uns hàbits saludables. Segons factors com l'edat i l'estatura tindrem en compte l'alimentació que portarem a terme.

PARTICIPAR EN ACTIVITATS RECREATIVES

Concepte de la necessitat

Participar en activitats recreatives és una necessitat per l'ésser humà per tal d'alliberar-se de la rutina de l'estrès, i obtenir un descans físic i mental.





UNIVERSITAT
A MANRESA

PARTICIPAR EN ACTIVITATS RECREATIVES

Reflexió sobre el significat personal i del grup que té la necessitat en concret?

La necessitat de recrear-se sempre ha estat present en l'ésser humà com un mecanisme d'evasió, útil per alliberar-se de tensions acumulades.

Per satisfer aquesta necessitat hem de tenir en compte que actualment existeixen tantes possibilitats recreatives com varietat d'individus amb diferents gustos personals i/o cultures.

Els avenços tecnològics han obert les portes a noves activitats lúdiques, al mateix temps un ús abusiu dels mateixos pot comportar la manca o alteració d'altres necessitats com la de “dormir i descansar” o, paradoxalment la necessitat de “comunicar-se amb altres expressant emocions, necessitats, opinions i temors”.

Existeixen individus que experimenten una gran satisfacció treballant i sembla que tinguin la necessitat de participar en activitats recreatives.

PARTICIPAR EN ACTIVITATS RECREATIVES

Què fem per satisfer la necessitat?

Adaptem cadascuna de les activitats recreatives depenent de l'edat, cultura i el rol social i econòmic que tenim. Aquestes activitats sempre van dirigides a obtenir un cert plaer o un moment de tranquil·litat que ens descarregui de l'estrès diari que patim.





UNIVERSITAT
A MANRESA

PARTICIPAR EN ACTIVITATS RECREATIVES

Com influeix l'edat i l'etapa de desenvolupament en la satisfacció de la necessitat.

L'edat i l'etapa de desenvolupament (factors biològics) determinen el temps que dediquem a cobrir aquesta necessitat i el tipus de benefici que n'obtenim.

A l'etapa de la infància aquest temps d'activitats recreatives és clau per el desenvolupament motor i cognitiu de l'infant i, per tant en aquesta etapa dediquem molt més temps a cobrir aquesta necessitat.

El temps que dediquem i la diversitat d'activitats que fem es modifica amb l'evolució de les etapes del nostre desenvolupament.

La condició física i l'edat ens poden limitar o determinar l'elecció del tipus d'activitats recreatives i el temps de dedicació.



UNIVERSITAT
A MANRESA

PARTICIPAR EN ACTIVITATS RECREATIVES

Com afecten els factors psicològics (estrès, intel·ligència, personalitat...) i els factors socioculturals (l'entorn, la família, d'estatus social, el rol....) en la satisfacció de la necessitat.

Factors psicològics

L'activitat recreativa permet **exterioritzar les emocions i alliberar-se de les tensions** per això, i amb aquesta finalitat, cadascú escull la diversió que li pot resultar més adequada. També, els recursos personals influeixen en la manera com sentim i gestionem aquestes emocions. Tots tenim la necessitat d'alliberar-nos i busquem els recursos adients per fer-ho.

Factors socioculturals

Aquest factors influeixen de manera determinant en l'elecció de les activitats recreatives. Ja que des de ben petits estem immersos en un procés de socialització. Aquest procés serà una influència clau en les nostres eleccions. Les tradicions ens encaminen a una manera específica de veure satisfeta la necessitat d'esbarjo, d'acord amb l'estatus social i el poder adquisitiu de cadascú.



UNIVERSITAT
A MANRESA

PARTICIPAR EN ACTIVITATS RECREATIVES

Manifestacions d'independència / indicadors de conducta que cal valorar en la persona adulta.

Les relacionades amb **el plaer**: riure, somriure, crits d'alegria, el plor...

Les relacionades amb **la tranquil·litat**: relaxació muscular, un ambient calmat i serè...

La persona adulta té accés a una **gran varietat d'activitats que li poden reportar plaer i tranquil·litat**, com ara: l'esport, lectura bricolatge, música...

Què podem fer com infermers per ajudar a les persones a mantenir / millorar la satisfacció de la necessitat? Proposta d'intervencions.

Fonamentalment com a infermers hem d'intentar esbrinar quins són els gustos i preferències de la persona. Si cal haurem d'ajudar-la a planificar activitats recreatives que puguin ser factibles d'acord amb la seva situació personal (organització del temps, tipus d'activitats adients i mesures de precaució per realitzar-les de forma segura).