

Annex – Taula amb possibles objectius i intervencions per necessitat

<u>Necessitats</u>	<u>Descripció</u>	<u>Exemple d'activitats</u>
De respirar	L'ésser humà no pot sobreviure sense oxigen més de 4 o cinc minuts sense patir danys cerebrals irreparables. L'oxigen es vital perquè totes les cèl·lules portin a terme les funcions que mantenen el cos en vida (producció d'energia).	<ul style="list-style-type: none"> - Oxigenoteràpia - Educació respiratòria - Valoració de les constants vitals - Fisioteràpia respiratòria
D'eliminació	Els residus de l'alimentació i els gasos han de ser eliminats del tracta digestiu. Els productes de desfet del metabolisme (que poden resultar tòxics en excés) , es destoxiquen al fetge o s'excreten a través dels ronyons. Així, els òrgans implicats són els ronyons, l'intestí gruixut, els pulmons i la pell.	<ul style="list-style-type: none"> - Col·locació d'orinal pla i/o d'ampolla - Fisioteràpia del sòl pelvià - Higiene perineal - Mesurar el volum de diüresis - Administració d'ènemes - Ensenyament autocores (cas colostomia) - Col·locació de bolquers
De menjar i beure	L'aigua és el segon component més important, després de l'oxigen, per a la vida. Les persones sanes obtenen l'aigua o bé bevent o alimentant-se. Per això, el deteriorament de qualsevol de les dues afecta greument a l'organisme. L'aigua és el dissolvent bàsic per totes les reaccions químiques que tenen lloc en el cos. La necessitat de menjar no ha de ser subestimada, una bona nutrició és essencial per un creixement i desenvolupament normal, que en cas de dèficit afectarà a la salut mental de l'individu.	<ul style="list-style-type: none"> - Ajuda en alimentació via oral - Alimentació per via enteral (sonda) - Alimentació per via parenteral - Registre diari del pes - Ensenyament autocores - Educació alimentària (Què i què no ha de menjar)
De moure's i mantenir una bona postura	Es fonamental per la conservació de l'energia , de la massa muscular i promoció de l'estat de salut. Es primordial moure's per evitar riscos , com els riscos a malalties vasculars i cardíques (evitat coàguls , lctus, etc), també evitar les UPP's (úlceres per pressió).	<ul style="list-style-type: none"> - Mobilitzacions (ajudes parcials o totals) - Ajuda en la deambulació - Canvis posturals - Ajuda en el trasllat (cadira-llit)
De mantenir la temperatura corporal	Des de que el calor es produït pel cos de forma continua per mitja del metabolisme, són necessaris mecanismes que l'eliminïn. La pell és l'òrgan responsable del manteniment de la temperatura en un nivell òptim mitjançant evaporació i transpiració. A més, la temperatura sol ser indicador de malaltia infecciosa, de complicacions per infecció o d'altres malalties com autoimmunitat.	<ul style="list-style-type: none"> - Presa de la temperatura corporal - Aplicació de calor o de fred segons situació - Administració d'antitèrmics
De descansar i dormir	Una persona que dorm poc es torna irritable i amb menys capacitat per afrontar l'estrès psicològic o altres càrregues mentals.	<ul style="list-style-type: none"> - Mesures de suport per dormir - Higiene del llit i la roba

	Dormir es necessari per restablir les funcions corporals, sobretot l'activitat mental.	<ul style="list-style-type: none"> - Higiene personal - Massatges relaxants, infusions, etc - Adaptació i maneig ambiental (reduir sorolls a la nit, apagar llums, etc)
De mantenir la pell neta i protegida	<p>Una pell íntegra i ben cuidada resisteix les alteracions habituals dels tractaments als centres assistencials.</p> <p>Una persona immobilitzada amb la pell sana i cuidada té menys probabilitat de patir úlceres per pressió que un altre amb la pell més feble.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Higienes parcials - Higiene total en el llit o ajudes en dutxa i bany - Massatges - Aplicar crema hidratant - Evitar humitats i arrugues en llenceria
D'evitar perills de l'entorn	<p>Es relaciona amb qualsevol amenaça a la seguretat i la protecció de la persona en un sentit ampli.</p> <p>Perills físics com ferides, caigudes, cremades, úlceres per pressió, infecció...</p> <p>Perills emocionals com estrès, ansietat, falta d'habilitats d'afrontament de la situació hospitalitzada...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prevenció de riscos - Evitar infeccions nosocomials - Evitar accidents en la mobilització, deambulació i trasllat - Oferir ajudes a la persona per augmentar seguretat - Riscos d'immobilitat: aparició de UPP's
D'aprendre	Permet obrir nous coneixements i habilitats nous i de desenvolupament com a persona. A més, segons malaltia, la persona té la necessitat d'aprendre com conviure i com complir el tractament (pacients diabètics, operats de càncer, amb dieta especial, etc).	<ul style="list-style-type: none"> - Ensenyament d'autocures i educació sanitària
De vestir robes adequades	El vestit permet mantenir la temperatura corporal estable, adaptant-se a les condicions climàtiques i a la vegada permet identificar-se com a grup, definir-se i augmentar autoestima, etc.	<ul style="list-style-type: none"> - Col·laboració en la selecció de les peces adequades - Ajuda a vestir-se i desvestir-se - Higiene de la roba
De viure segons creences i valors	Cadascú té una cultura , creences i valors específics, fruit d'una història vital concreta i/o d'elecció personal.	<ul style="list-style-type: none"> - Assistència psicològica davant la mort
Comunicar –se	A través de la comunicació verbal com la no verbal és com fem les relacions personals o socials en general.	<p>Observar les conductes i actituds del usuari per comprendre'l</p> <p>Adoptar una actitud afectuosa, de respecte i escolta per augmentar la comunicació.</p>
Activitats recreatives	Compren el temps i les activitats recreatives, lúdiques, d'oci, etc.	Activitats lúdiques i d'oci pels pacients