

The background features a light blue color with various medical icons scattered around. These include a blister pack of pills, a bandage, a heart rate monitor, a surgical mask, a stethoscope, a syringe, a first aid kit, a thermometer, and a pill bottle. Each icon is accompanied by a small green plus sign.

PLA DE CURES

1r APSD- Atenció sanitària

Introducció

- Quan hi ha un problema de salut real o potencial... Quines actuacions cal proporcionar?

El pla de cures és un document que recull, per a una **persona concreta**, els **problemes** que se li han detectat, i que proposa els **objectius** i les **intervencions** més convenientes per resoldre'ls



The background features several medical-related icons: a blister pack of pills, a red bandage, a thermometer, an ECG monitor, an IV drip with red liquid, and a clock. Each icon is surrounded by small green plus signs.

Fases del pla de cures

1

La valoració

Consisteix en recollir dades sobre la situació de salut de la persona mitjançant exploració física i una entrevista. S'acostumen a utilitzar fulls de valoració o escales.

2

El diagnòstic

A partir de les dades recollides en la valoració, és duu a terme els diagnòstics d'infermeria. Per a cada problema o risc, se n'identifiquen les causes i els signes i símptomes.

3

La planificació i execució

Per a cadascun dels problemes o riscos, es determinen les cures necessàries per resoldre'ls, controlar-los o evitar-ne l'aparició. S'estableixen prioritats, objectius i s'elabora el pla d'activitats.

4

L'avaluació

Es fa el seguiment del pla de cures, es comprova l'assoliment dels objectius mitjançant indicadors.

1. La valoració



Exploració física i entrevista

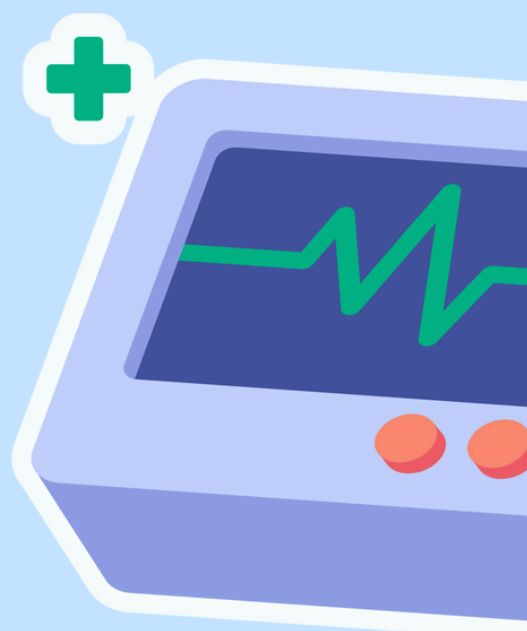
La valoració física pot constar d'una valoració de les **constants vitals**, valors **antropomètrics**, **exploració visual**, etc.



Fulls d'avaluació i escales

Els centres residencials tenen models de fulls de valoració

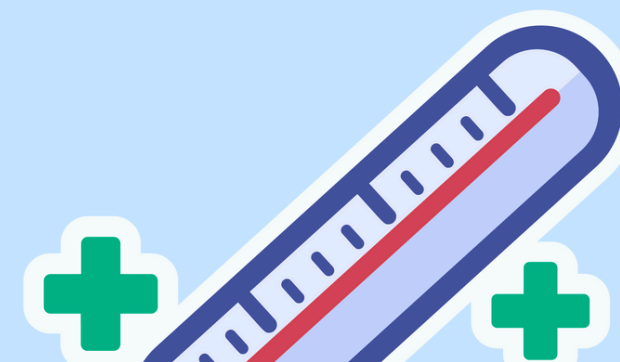
- Full de valoració infermeria.
- Índex de Katz.
- Depenent o independent



1. La valoració - índex de katz

Índex de Katz d'independència en les activitats de la vida diària (AVD)

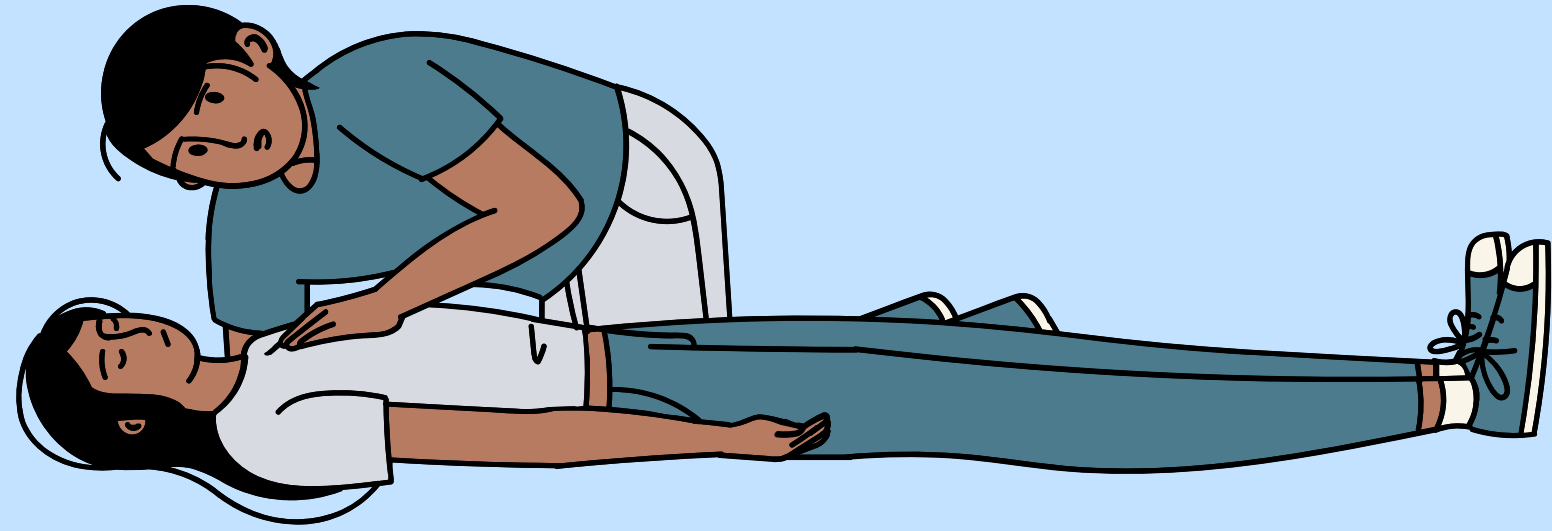
- A- Independent en totes les activitats.
- B- Independent en totes les activitats excepte una.
- C- Independent en totes les activitats excepte banyar-se i una altra activitat addicional.
- D- Independent en totes les activitat, excepte banyar-se, vestir-se i una altra activitat addicional.
- E- Independent en totes les activitats, excepte banyar-se, vestir-se, usar el vàter i una altra activitat addicional.
- F- Independent en totes les activitats, excepte banyar-se, vestir-se, usa el vàter, la mobilitat i una altra activitat addicional.
- G- Depenent en sis de les funcions.



1. La valoració - Què vol dir depenent o independent?

Necessitat	Independent	Dependent
Banyar-se	Necessita ajuda per rentar-se només una part del cos, o ho fa tot sola	Inclou la necessitat d'ajuda per entrar o sortir de la banyera, així com per rentar-se algunes parts del cos
Vestir-se	No necessita cap mena d'ajuda, excepte cordar-se les sabates	No es pot vestir sola
Usar el vàter	No necessita cap mena d'ajuda	Necessita orinal o orinal pla
Mobilitat	No requereix ajuda per seure o accedir al llit	Necessita ajuda per seure o accedir al llit
Continència	Control complet de la defecació i la micció	Inclou el control total o parcial mitjançant ènemes, sondes o l'ús de l'orinal o orinal pla
Alimentació	Es posa menjar a la boca i empassa sense ajuda	No menja sola o bé necessita alimentació a través de sonda o via parenteral

1.La valoració - Exploració física



2. Diagnòstic

Necessitat detectada

1

Posem nom a la **necessitat o necessitats** que hem detectat com a depenents, així com els **riscos**

Ex: dependent en alimentació (dèficit d'autocures en alimentació)

Ex: risc de caigudes

2

Etiologia (Causa).

És el que causa que hi hagi el dèficit d'autocures en les necessitats.

Ex: dèficit en alimentació a causa de pèrdua de peces dentals

Ex: Risc de caigudes degut a artrosi als genolls

3

Signes i símptomes

Signes i símptomes més comuns dels problemes identificats

Ex: Dificultat per mastegar i empassar els aliments.



3. Planificació i execució



Establiment de prioritats

De les necessitats observades com a alterades, s'estableix quina requerirà cures més urgents.



Definir objectius

Per a cada necessitat alterada, posem el que volem aconseguir i quan ho volem aconseguir

Ex: Pacient amb febre, volem que baixa la temperatura en dos dies



Pla d'activitats

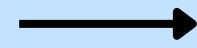
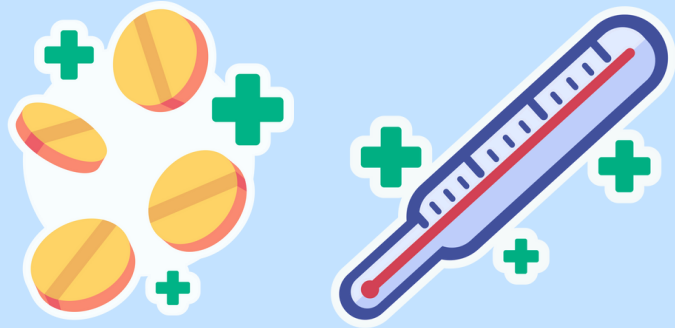
Es descriu ordenadament en un "planning" diari, les activitats que es faran per aconseguir els objectius.



5. L'avaluació - Comprovem que s'assoleixen els objectius



En tot moment es va fent un seguiment per veure si estem assolint els objectius



Si la persona tenia febre, anem mesurant la temperatura per comprovar si baixa el valor



Si la persona tenia taquicàrdies, anem mesurant el pols per saber si el valor ja és correcte.



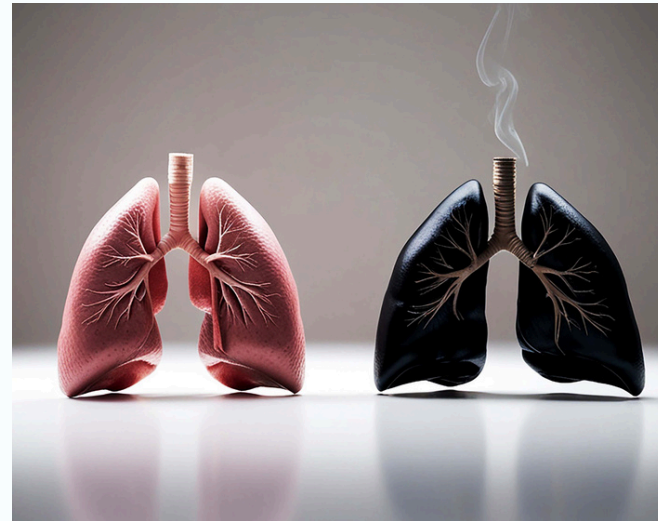
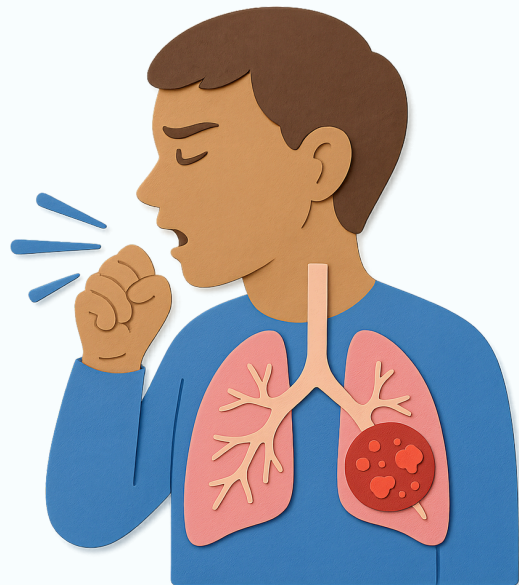
Si la persona li costava caminar amb només un bastó, li proporcionarem un caminador i observarem la qualitat i la quantitat de la deambulació



Si la persona li costava empassar l'aliment, observem si pot menjar millor al canviar la textura ("túrmix"). Podem mesurar la quantitat de menjar que ingereix.

Exemple!!!

Persona dependent de 72 anys, presenta malaltia pulmonar obstructiva crònica (MPOC). En l'exploració hem vist que respira amb dificulta, es cansa molt ràpid caminant i té tos i sibilàncies recurrents.



1. Valoració

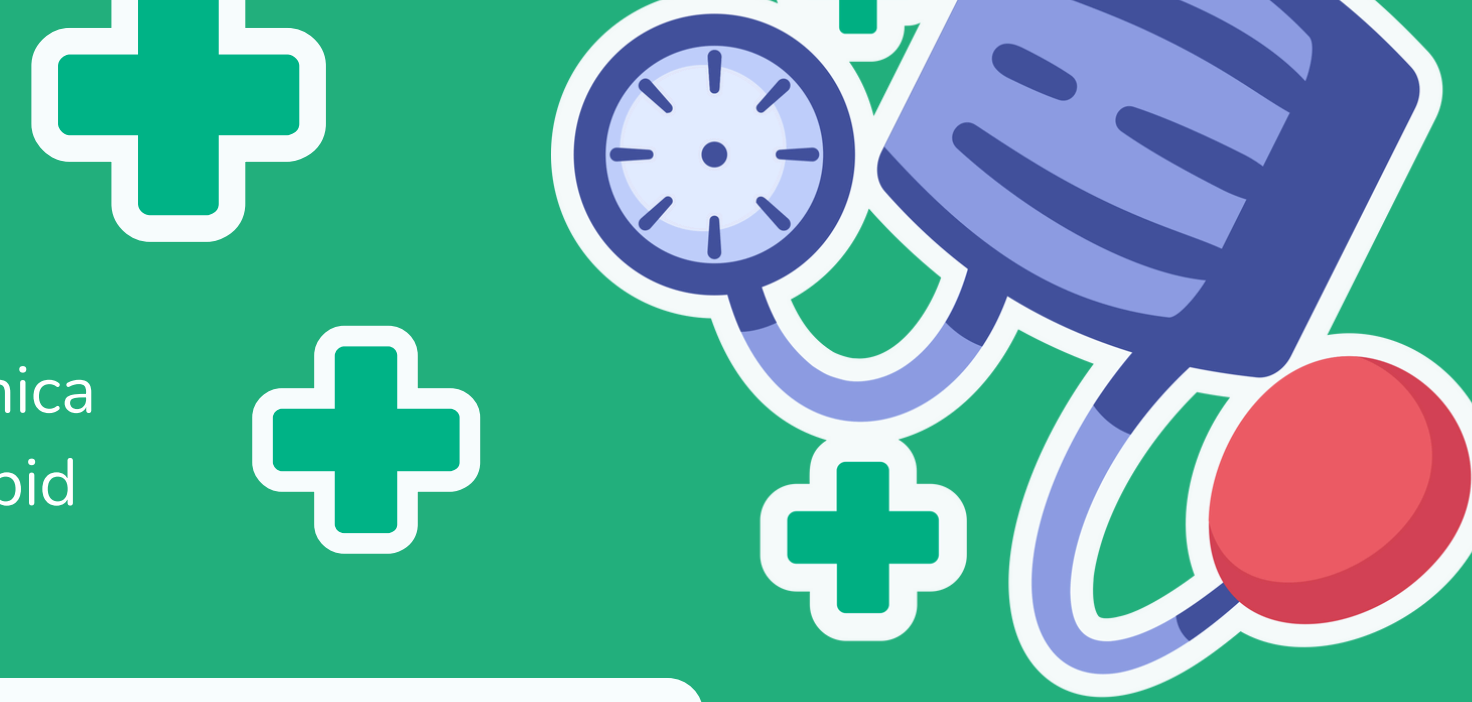
Persona exfumadora, amb malaltia pulmonar obstructiva crònica.

Necessitat alterada de respirar- Presenta dificultat respiratòria, fatiga i risc d'asfíxia i caigudes.



2. Diagnòstic

- Dificultat respiratòria a causa de malaltia pulmonar i manifestat per fatiga, dispnea, sibilàncies i tos.
- Risc de caigudes a causa de la fatiga i la manca d'alè.



A collection of colorful medical icons including a blister pack of pills, a bandage, a thermometer, a heart rate monitor, an IV drip, a clock, and a surgical mask, all set against a green background with small white plus signs.

3. Planificació i execució

1

Mantenir una correcta oxigenació per reduir la dispnea

2

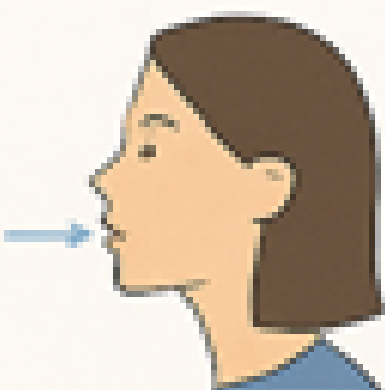



Afavorir l'eliminació de secrecions (mocs) i fer exercicis respiratoris per millorar la capacitat pulmonar

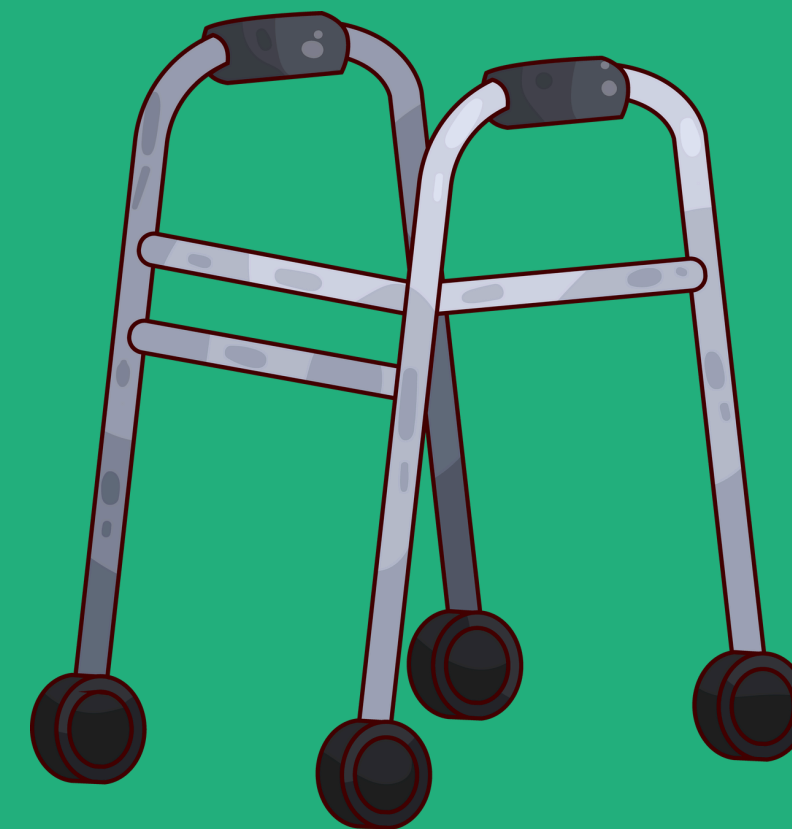
3

Proporcionar ajudes tècniques per reduir el risc de caigudes

Mostrar suport emocional i afavorir bons hàbits d'higiene pulmonar en tot moment

Hora	Intervenció
08:00	Valoració de constants vitals i saturació d'oxigen.
09:00	Administració de tractament broncodilatador/inhalador segons pauta mèdica.
11:00	Exercicis de respiració diafragmàtica i amb llavis frunzits.
13:00	Control de l'alimentació: dieta equilibrada, fraccionada i rica en proteïnes.
15:00	Pautes d'higiene bronquial: ensenyar tècniques d'expectoració.
17:00	Activitat física lleugera (passeig curt o exercicis suaus segons tolerància).
19:00	Revisió de saturació i estat respiratori. Aplicació d'oxigenoteràpia si prescrita.
21:00	Relaxació i preparació per al descans nocturn.
02:00	Si escau, control nocturn de saturació i confort respiratori.

HORARI	CURES
9:30 h	Administrar la medicació prescrita.
10:00 h	Realitzar exercicis de respiració pursada. 
12:00 h	Practicar tècniques d'higiene bronquial. 
15:00 h	Controlar la saturació d'oxigen.
17:00 h	Promoure exercicis amb espiròmetre incentiu 
20:00 h	Supervisar la correcta col·locació de les canules nasals 
ESPAIS PER AL REGISTRE DE CURES SETMANAL	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>



Proporcionar un caminador per a la deambulació