



# Plan de Cuidados de Enfermería para Paciente Ambulatorio con COVID-19



**Fecha de elaboración:**

Abril 2020

**Coordinadores:**

1. Mtra. Fabiana Maribel Zepeda Arias	Jefe de la División de Programas de Enfermería	Unidad de Atención Médica
--	---	---------------------------

**Autores:**

1. Lic. Guadalupe Estrada Zarazúa	Líder de Proyecto	Coordinación Técnica de Excelencia Clínica
--------------------------------------	-------------------	---

**Validadores:**

1. Mtro. Luis Alberto Pérez Camargo	Coordinador de Programas de Enfermería	Coordinación Técnica de Excelencia Clínica
2. MAHySP Adriana Galeana Gudiño	Coordinadora de Programas de Enfermería	División de Programas de Enfermería
3. MCE Marisela Moreno Mendoza	Coordinadora de Programas de Enfermería	División de Programas de Enfermería
4. Enfermera María Esperanza Rodríguez Ordoñez	Enfermera Jefe de Piso	Hospital de Pediatría CMN SXXI

## INTRODUCCIÓN

La aplicación del método científico con el Proceso Atención en el quehacer de enfermería, es fundamental para implementar los cuidados profesionales en la práctica diaria; si bien existe una gran diversidad en el actuar de enfermería, es necesario ejecutar una metodología con criterios unificados y homogéneos, encaminados a mejorar la calidad de la atención y seguridad del paciente de acuerdo a sus respuestas humanas (Patrones Funcionales), mismos que son plasmados en los planes de cuidados para pacientes en el ámbito domiciliario.

El PLACE es un instrumento técnico que permite identificar, comunicar, documentar y la situación del paciente con enfoque holístico, coadyuva a la evaluación objetiva de los cuidados otorgados, da como resultado intervenciones de enfermería seguras, eficaces y oportunas, mismas que favorecen la prevención, resolución y reducción de alteraciones en el estado de salud de la persona. Bajo este panorama es necesario contar con planes de cuidado, que permita optimizar la atención al derechohabiente en la pandemia de COVID-19,

La información contenida favorecerá la atención proporcionada por el personal de enfermería al privilegiar la seguridad del personal, fomentar el autocuidado en quién lleve el proceso de enfermedad en su domicilio.

## JUSTIFICACIÓN

El presente documento describe planes de cuidados a realizar por parte del personal de Enfermería en el Instituto Mexicano del Seguro Social, en materia de promoción a la salud, prevención de riesgos y prevención de complicaciones con sospecha y/o confirmación de COVID-19.

Surge de la necesidad de contar con información homogénea y una estructura conocida y aceptada por el gremio institucional de enfermería, y ayudará a dar respuesta a la necesidad de implementar cuidados específicos en el marco del actual escenario de presencia y transmisión sostenida de casos asociados al coronavirus SARS CoV-2.

La atención al paciente requiere una serie de intervenciones del equipo multidisciplinario de salud, cada uno de sus integrantes desempeña un papel trascendental, sin la función correcta y oportuna de una parte, el resto verá mermada su eficacia, en este sentido y considerando la actual situación de crisis derivada de la pandemia de COVID 19, es necesario contar con material de apoyo que sirva al personal de Enfermería en los diversos ámbitos de atención como guía que oriente sus esfuerzos para la impartición de cuidados bajo un marco de seguridad y eficiencia, orientados a la prevención y limitación de riesgos y complicaciones asociadas a la evolución de la enfermedad.

La información contenida favorecerá la atención proporcionada por el personal de enfermería al privilegiar la seguridad del personal, se fomenta el autocuidado de la persona usuaria que llevará el proceso de enfermedad en su domicilio, así como de sus redes de apoyo externas e internas, de igual forma plantea cuidados al paciente que requiere intervenciones intrahospitalarias y del paciente que por su condición crítica necesita de cuidados especializados.

## OBJETIVOS

### OBJETIVO GENERAL

- Describir Planes de Cuidados que favorezcan la seguridad, eficiencia y documentación de la atención a personas con sospecha o diagnóstico confirmado de infección por coronavirus SARS CoV-2 ambulatorios.

### OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar los patrones funcionales alterados en pacientes con COVID-19.
- Señalar los principales diagnósticos de enfermería propuestos para pacientes con sospecha o diagnóstico confirmado de COVID-19.
- Proponer resultados esperados resultantes de las intervenciones de enfermería a pacientes con sospecha o diagnóstico confirmado de COVID-19.
- Describir intervenciones que coadyuven a la seguridad del personal de enfermería en la atención de la persona con sospecha o con diagnóstico confirmado de infección por COVID-19.
- Describir intervenciones de enfermería orientadas a la educación para la salud del paciente con sospecha o confirmación de infección por COVID-19 y que llevará el proceso de enfermedad fuera de la institución hospitalaria.





Plan de Cuidados de Enfermería en Paciente Ambulatorio con COVID-19				
Patrón funcional	Resultado Esperado de Enfermería			
Patrón 1 Manejo de la salud	Resultado	Indicadores	Escala de medición	
<b>Diagnóstico de Enfermería</b>				
<p>Dominio 1 Promoción a la Salud Clase 2 Gestión de la Salud</p> <p>Tendencia a adoptar conductas de riesgo para la salud; relacionada con percepción negativa de la estrategia de salud recomendada; manifestada por: fracaso de adoptar medidas que eviten problemas de salud, fracaso para alcanzar una sensación óptima de control, minimiza los cambios de su estado de salud, niega cambios en el estado de salud.</p>	<p>Dominio IV Conocimiento y Conducta de Salud</p> <p>Clase T Control del Riesgo y Seguridad</p> <p>Resultado: Control del riesgo: proceso infeccioso</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica factores de riesgo de infección.</li> <li>Reconoce los factores de riesgo personales de infección.</li> <li>Reconoce las consecuencias asociadas a la infección.</li> <li>Identifica el riesgo de infección en las actividades diarias.</li> <li>Identifica signos y síntomas de infección.</li> <li>Identifica estrategias para protegerse frente a otros con una infección.</li> <li>Controla conductas personales de factores asociados al riesgo de infección.</li> <li>Controla el entorno para identificar factores asociados al riesgo de infección.</li> <li>Controla el periodo de incubación de la enfermedad infecciosa.</li> <li>mantiene un entorno limpio.</li> <li>Utiliza estrategias para desinfectar suministros.</li> <li>Practica la higiene de manos.</li> <li>Controla cambios en el estado general de salud.</li> <li>Utiliza fuentes acreditadas de información.</li> <li>Utiliza los servicios sanitarios de acuerdo con sus necesidades.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Nunca demostrado</li> <li>Raramente demostrado</li> <li>A veces demostrado</li> <li>Frecuentemente demostrado</li> <li>Siempre demostrado</li> </ol>	<p>Cabe señalar que, en esta situación, la información proporcionada es de acuerdo con el único contacto que se tuvo con los pacientes para definir el diagnóstico.</p> <p>Las siguientes valoraciones serán de acuerdo con el seguimiento vía telefónica del personal de salud con el paciente y es totalmente subjetivo a las respuestas y comentarios emitidos por el paciente y/o familiar.</p>



### Intervenciones de Enfermería

#### Campo 3 Conductual

Clase S Educación de los pacientes

##### **Enseñanza: proceso de enfermedad**

- Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente relacionado con el proceso de la enfermedad. Revisar el conocimiento del paciente sobre su afección.
- Describir signos y síntomas característicos de la enfermedad.
- Comentar los cambios en el estilo de vida que puedan ser necesarios para evitar complicaciones y/o controlar el proceso de enfermedad.
- Explorar con el paciente lo que ya ha hecho para controlar los síntomas.
- Identificar datos clínicos que presenta la persona.
- Instruir al paciente sobre cuáles son los signos y síntomas que debe notificar al personal de salud de manera inmediata.
- Proporcionar el número telefónico al que llamar si surgen complicaciones 911, 56-58-1111 y 800-00-44-800.

#### Campo 7 Comunidad

Clase d Control de riesgos de la comunidad

##### **Identificación de riesgos**

- Sugerir a la persona llevar una bitácora de los episodios en que los síntomas se acentúan.
- Identificar las estrategias de afrontamiento típicas.
- Determinar el cumplimiento de los tratamientos médicos y de enfermería.
- Instruir sobre factores de riesgo y planificar la reducción del riesgo.
- Considerar los criterios útiles para priorizar las áreas de reducción de riesgos.
- Comentar y planificar las actividades de reducción del riesgo en colaboración con el paciente.
- Aplicar las actividades de reducción del riesgo.

#### Campo 4 Seguridad

Clase V Control de Riesgos

##### **Protección contra infecciones**

- Observar signo y síntomas de infección sistémica y localizada.



- Evaluar la vulnerabilidad del paciente a las infecciones.
- Limitar el número de visitas.
- Mantener la higiene del paciente y de contactos.
- Aplicar técnica de aislamiento.
- Fomentar la ingesta suficiente de nutrientes.
- Fomentar la ingesta adecuada de líquidos.
- Fomentar el descanso.
- Observar si hay cambios en el nivel de vitalidad o malestar.
- Instruir al paciente y familia acerca de las diferencias acerca entre infecciones virales y bacterianas.
- Instruir al paciente y familia acerca de los signos y síntomas de infección y cuando debe informar al profesional sanitario.
- Enseñar al paciente y familia a evitar infecciones.
- Proporcionar una habitación privada.
- Garantizar la seguridad del agua mediante cloración e hipercalentamiento.
- Notificar la sospecha de infecciones al personal de control de infecciones.
- Notificar los resultados de cultivos positivos al personal de control de infecciones.

Campo 6 Sistema Sanitario

Clase Y Medicación del Sistema Sanitario

**Orientación en el sistema sanitario**

- Explicar el sistema de cuidados sanitarios más próximos, su funcionamiento y lo que puede esperar el paciente/familia.
- Ayudar al paciente y familia a coordinar la asistencia sanitaria y la comunidad.
- Informar al paciente de cómo acceder a los servicios de urgencia por medio del teléfono.
- Determinar y facilitar la comunicación entre los profesionales sanitarios y el paciente/familia.

Campo 6 Sistema Sanitario

Clase Y Medicación del Sistema Sanitario

**Intercambio de información de cuidados de salud**

- Describir el estado de salud pertinente.
- Describir el plan de cuidados, incluyendo dieta, las medicaciones y ejercicio.
- Describir el papel de la familia en la continuación de los cuidados.





- Coordinar los cuidados con los profesionales sanitarios.
- Comentar los puntos fuertes y los recursos del paciente.
- Compartir las preocupaciones del paciente o de la familia con otros profesionales de la salud.

Campo 6 Sistema Sanitario  
Clase b Control de la Información  
**Seguimiento telefónico**

- Identificarse con nombre, credenciales, organización; hacer saber al oyente que se está grabando la conversación (si es el caso y se cuenta con los recursos).
- Informar al paciente del proceso de la llamada y obtener su consentimiento.
- Hacer y responder preguntas.
- Proporcionar información acerca del régimen del tratamiento y de las responsabilidades resultantes de los cuidados.
- Mantener la confidencialidad.
- Documentar cualquier valoración, consejo, instrucciones u otro tipo de información administrada al paciente de acuerdo con las normas específicas.

Campo 6 Sistema Sanitario  
Clase b Control de la Información  
**Vigilancia: electrónica por control remoto**

- Identificarse con nombre, credenciales, organización; hacer saber al oyente que se está grabando la conversación (si es el caso y se cuenta con los recursos).
- Informar al paciente acerca del proceso de interacción y obtener su consentimiento.
- Obtener información acerca de la conducta y de las rutinas habituales del paciente.
- Controlar las estrategias de afrontamiento y las acciones utilizadas por el paciente y familia.
- Priorizar las acciones según el estado del paciente.
- Mantener la confidencialidad, teniendo en cuenta las amenazas específicas a la confidencialidad implícitas en las modalidades electrónicas utilizadas.
- Documentare las valoraciones, consejos, instrucciones u otra información dada al paciente.

Plan de Cuidados de Enfermería en Paciente Ambulatorio con COVID-19				
Patrón funcional		Resultado Esperado		
Patrón 2 Nutrición-metabolismo	Resultado	Indicadores	Escala de medición	
<b>Diagnóstico de Enfermería</b>	Dominio IV Conocimiento y Conducta de la Salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sigue las precauciones recomendadas</li> <li>• Controla signos y síntomas de la enfermedad.</li> <li>• Sigue tratamiento recomendado</li> <li>• Utiliza estrategias para reducir la transmisión de la enfermedad a los demás.</li> <li>• Sigue régimen de medicación</li> <li>• Ajusta la dieta durante la enfermedad</li> <li>• Evita conductas que potencian la enfermedad.</li> <li>• Obtiene asesoramiento del profesional sanitario según sea necesario.</li> <li>• Utiliza los servicios sanitarios de acuerdo con sus necesidades.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca demostrado</li> <li>2. Raramente demostrado</li> <li>3. A veces demostrado</li> <li>4. Frecuentemente demostrado</li> <li>5. Siempre demostrado</li> </ol>	<p>Cabe señalar que, en esta situación, la información proporcionada es de acuerdo con el único contacto que se tuvo con los pacientes para definir el diagnóstico.</p> <p>Las siguientes valoraciones serán de acuerdo con el seguimiento vía telefónica del personal de salud con el paciente y es totalmente subjetivo a las respuestas y comentarios emitidos por el paciente y/o familiar.</p>
<p><b>Dominio 11 Seguridad/protección</b> <b>Clase 6 Termorregulación</b></p> <p>Hipertermia asociada a enfermedad manifestada por: piel caliente al tacto, rubor, taquicardia, taquipnea temperatura corporal mayor al límite normal.</p>	<p>Clase FF Gestión de la salud</p> <p>Resultado: Autocontrol: enfermedad aguda</p>			
<b>Intervenciones de Enfermería</b>				



Campo 3 Conductual

Clase S Educación de los pacientes

**Enseñanza: proceso de enfermedad**

- Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente relacionado con el proceso de la enfermedad. Revisar el conocimiento del paciente sobre su afección.
- Describir signos y síntomas característicos de la enfermedad.
- Comentar los cambios en el estilo de vida que puedan ser necesarios para evitar complicaciones y/o controlar el proceso de enfermedad.
- Explorar con el paciente lo que ya ha hecho para controlar los síntomas.
- Identificar datos clínicos que presenta la persona.
- Instruir al paciente sobre cuáles son los signos y síntomas que debe notificar al personal de salud de manera inmediata.
- Proporcionar el número telefónico al que llamar si surgen complicaciones 911, 56-58-1111 y 800-00-44-800.

Campo 2 Fisiológico: Complejo

Clase M Termorregulación

**Regulación de la temperatura**

- Comprobar la temperatura al menos cada 2 horas.
- Observar el color y la temperatura de la piel.
- Favorecer la ingesta nutricional y de líquidos adecuada.
- Administrar medicamentos antipiréticos.

Campo 2 Fisiológico: Complejo

Clase H Control de Fármacos

**Enseñanza: medicamentos prescritos**

- Informar al paciente acerca del propósito y acción de cada medicamento.
- Orientar cómo los profesionales sanitarios eligen la medicación más adecuada.
- Instruir al paciente acerca de la posología, vía y duración de los efectos de cada medicamento.
- Instruir al paciente acerca de la administración/aplicación adecuada de cada medicamento.
- Instruir al paciente sobre los criterios que han de utilizarse al decidir alterar la dosis/horario de la medicación instruir al paciente acerca de los posibles efectos adversos del medicamento.
- Ayudar al paciente a desarrollar un horario de medicación escrito.



- Advertir al paciente contra la administración de medicamentos prescritos a otras personas.

Campo 6 Sistema Sanitario

Clase b Control de la Información

**Consulta por teléfono**

- Identificarse con nombre, credenciales, organización; hacer saber al oyente que se está grabando la conversación (si es el caso).
- Tener en cuenta las barreras culturales y socioeconómicas en la respuesta del paciente.
- Obtener información acerca del propósito de la llamada (diagnóstico médico, antecedentes y régimen del tratamiento).
- Identificar las inquietudes sobre el estado de salud.
- Determinar la capacidad del paciente para comprender las enseñanzas/instrucciones telefónicas.
- Determinar si las inquietudes requieren de evaluación complementaria.
- Dar instrucciones claras de cómo acceder al cuidado que se necesita, si las inquietudes son graves.

Plan de Cuidados de Enfermería en Paciente Ambulatorio con COVID-19				
Patrón funcional	Resultado Esperado de Enfermería			
Patrón 4 Actividad-ejercicio	Resultado	Indicadores	Escala de medición	
<b>Diagnóstico de Enfermería</b>	Dominio IV Conocimiento y Conducta de Salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modo de trasmisión.</li> <li>• Prácticas que reducen la trasmisión.</li> <li>• Signos y síntomas de infección.</li> <li>• Importancia de la higiene de las manos.</li> <li>• Tratamiento de la infección diagnosticada</li> <li>• Seguimiento de la infección diagnosticada</li> <li>• Signos y síntomas de exacerbación de la infección.</li> <li>• Importancia de la adherencia del tratamiento.</li> <li>• Cuando contactar con un profesional sanitario.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ningún conocimiento</li> <li>2. Conocimiento escaso</li> <li>3. Conocimiento moderado</li> <li>4. Conocimiento sustancias</li> <li>5. Conocimiento extenso</li> </ol>	<p>Cabe señalar que, en esta situación, la información proporcionada es de acuerdo con el único contacto que se tuvo con los pacientes para definir el diagnóstico.</p> <p>Las siguientes valoraciones serán de acuerdo con el seguimiento vía telefónica del personal de salud con el paciente y es totalmente subjetivo a las respuestas y comentarios emitidos por el paciente y/o familiar.</p>
<p><b>Dominio 11 Seguridad/protección</b> <b>Clase 2 Lesión Física</b></p> <p>Limpieza ineficaz de las vías aéreas asociada a infección, manifestada por alteración en el patrón respiratorio, alteración de la frecuencia respiratoria, disnea, ortopnea, tos inefectiva.</p>	<p>Clase S Conocimientos sobre Salud</p> <p>Resultado: Conocimiento: control de la infección</p>			



### Intervenciones de Enfermería

#### Campo 3 Conductual

##### Clase S Educación de los pacientes

##### **Enseñanza: proceso de enfermedad**

- Evaluar el nivel actual de conocimientos del paciente relacionado con el proceso de la enfermedad. Revisar el conocimiento del paciente sobre su afección.
- Describir signos y síntomas característicos de la enfermedad.
- Comentar los cambios en el estilo de vida que puedan ser necesarios para evitar complicaciones y/o controlar el proceso de enfermedad.
- Explorar con el paciente lo que ya ha hecho para controlar los síntomas.
- Identificar datos clínicos que presenta la persona.
- Instruir al paciente sobre cuáles son los signos y síntomas que debe notificar al personal de salud de manera inmediata.
- Proporcionar el número telefónico al que llamar si surgen complicaciones 911, 56-58-1111 y 800-00-44-800.

#### Campo 7 Comunidad

##### Clase d Control de Riesgos de la Comunidad

##### **Control de enfermedades transmisibles**

- Proporcionar información acerca de la adecuada preparación y almacenamiento de alimentos.
- Proporcionar información acerca del control adecuado de vectores y de huéspedes reservorios animales.
- Informar sobre la enfermedad y las actividades asociadas con su control.
- Informar de las actividades a las instituciones adecuadas.

#### Campo 2 Fisiológico: Complejo

##### Clase K Control Respiratorio

##### **Mejorar la tos**

- Orientar al paciente a sentarse con la cabeza ligeramente flexionada, los hombros relajados y las rodillas flexionadas.
- Orientar a que el paciente realice varias respiraciones profundas.
- Orientar al paciente a que realice una respiración profunda, la mantenga durante 2 segundos y tosa dos o tres veces seguidas.
- Informar al paciente que inspire profundamente, se incline ligeramente hacia delante y realice tres o cuatro soplos.
- Enseñar al paciente a que inspire profundamente varias veces, espire lentamente y a que tosa al final de la espiración.



- Fomentar la hidratación a través de la administración de líquidos por vía oral.

Campo 6 Sistema Sanitario

Clase b Control de la Información

**Consulta por teléfono**

- Identificarse con nombre, credenciales, organización; hacer saber al oyente que se está grabando la conversación (si es el caso).
- Tener en cuenta las barreras culturales y socioeconómicas en la respuesta del paciente.
- Obtener información acerca del propósito de la llamada (diagnóstico médico, antecedentes y régimen del tratamiento).
- Identificar las inquietudes sobre el estado de salud.
- Determinar la capacidad del paciente para comprender las enseñanzas/instrucciones telefónicas.
- Determinar si las inquietudes requieren de evaluación complementaria.
- Dar instrucciones claras de cómo acceder al cuidado que se necesita, si las inquietudes son graves.

Plan de Cuidados de Enfermería en Paciente Ambulatorio con COVID-19				
Patrón funcional	Resultado Esperado de Enfermería			
Patrón 10 Tolerancia al estrés	Resultado	Indicadores	Escala de medición	
<b>Diagnóstico de Enfermería</b>	Dominio IV Conocimiento y Conducta de Salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sigue las precauciones recomendadas.</li> <li>• Controla signos y síntomas de la enfermedad.</li> <li>• Utiliza estrategias para reducir la transmisión de la enfermedad a los demás.</li> <li>• Ajusta la dieta durante la enfermedad.</li> <li>• Evita conductas que potencian la enfermedad.</li> <li>• Utiliza estrategias para mejorar el confort.</li> <li>• Utiliza estrategias para mantener el sueño adecuado.</li> <li>• Equilibra actividad y descanso.</li> <li>• Obtiene asesoramiento del profesional sanitario según sea necesario.</li> <li>• Utiliza los servicios sanitarios de acuerdo con sus necesidades.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca demostrado</li> <li>2. Raramente demostrado</li> <li>3. A veces demostrado</li> <li>4. Frecuentemente demostrado</li> <li>5. Siempre demostrado</li> </ol>	<p>Cabe señalar que, en esta situación, la información proporcionada es de acuerdo con el único contacto que se tuvo con los pacientes para definir el diagnóstico.</p> <p>Las siguientes valoraciones serán de acuerdo con el seguimiento vía telefónica del personal de salud con el paciente y es totalmente subjetivo a las respuestas y comentarios emitidos por el paciente y/o familia</p>
<p><b>Dominio 12 Confort</b> <b>Clase 3 Confort Social</b></p> <p>Disconfort asociado a régimen de tratamiento, manifestado por: alteraciones en el patrón de dormir, ansiedad, incapacidad para relajarse, insatisfacción con la situación, intranquilidad en la situación, irritabilidad, llanto, sensación de hambre, sensación de incomodidad, síntomas de distrés, temor.</p>	<p>Clase FF Gestión de la Salud</p> <p>Resultado: Autocontrol: enfermedad aguda</p>			





### Intervenciones de Enfermería

#### Campo 3 Conductual

#### Clase T Fomento de la Comodidad Física

#### **Disminución de la ansiedad**

- Establecer claramente las expectativas del comportamiento del paciente.
- Tratar de comprender la perspectiva del paciente sobre la situación estresante.
- Proporcionar información objetiva respecto del diagnóstico tratamiento y pronóstico.
- Fomentar la realización de actividades dentro de su domicilio.
- Identificar los cambios en el nivel de ansiedad.
- Establecer actividades recreativas encaminadas a la reducción de tensiones.
- Ayudar al paciente a realizar una descripción realista del suceso que se avecina.
- Instruir al paciente sobre el uso de técnicas de relajación.

#### Campo 4 Seguridad

#### Clase V Control de Riesgos

#### **Manejo ambiental**

- Fomentar crear un ambiente seguro.
- Promover a eliminar los factores de peligro del ambiente.
- Proporcionar una habitación individual.
- Disminuir los estímulos ambientales.
- Fomentar la escucha de música de su preferencia.
- Controlar la iluminación para conseguir el beneficio.
- Limitar las visitas (en este caso sería mejor no permitir visitas).
- Educar al paciente y familiares cercanos acerca de los cambios y precauciones, de forma que no interrumpan inadvertidamente el ambiente planificado.



Campo 1 Fisiológico: Básico  
Clase E Fomento de la Comodidad Física

**Relajación muscular progresiva**

- Orientar al paciente a proporcionar un ambiente tranquilo y cómodo.
- Disminuir la iluminación.
- Tomar precauciones para evitar interrupciones.
- Dar posición cómoda al paciente.
- Enseñar al paciente a tener respiraciones profundas para la relajación.
- Enseñar al paciente, tensar y relajar los músculos.
- Llevar a cabo una conversación de relajación.

Campo 1 Fisiológico: Básico  
Clase F Facilitación del Autocuidado

**Mejorar el sueño**

- Determinar el patrón del sueño/vigilia del paciente.
- Determinar los efectos que tiene la medicación del paciente en el patrón de sueño.
- Observar/registrar el patrón de sueño del paciente y observar las circunstancias físicas (apnea del sueño, vías aéreas obstruidas, dolor/molestias y frecuencia urinaria) y/o psicológicas (miedo o ansiedad) que interrumpen el sueño.
- Controlar la participación en actividades que causan fatiga durante la vigilia para evitar cansancio en exceso.
- Ajustar el ambiente (luz, ruido, temperatura, colchón y cama) para favorecer el sueño.
- Controlar la ingesta de alimentos y bebidas a la hora de irse a la cama para determinar los productos que faciliten o entorpezcan el sueño.
- Enseñar al paciente a realizar una relajación autogénica u otras formas no farmacológicas de inducción del sueño.
- Disponer siestas durante el día, si está indicado, para cumplir con las necesidades de sueño.
- Ajustar el programa de administración de medicamentos para apoyar el ciclo de sueño/vigilia del paciente.
- Identificar los medicamentos que el paciente este tomando para dormir.
- Comentar con el paciente y familiar técnicas para favorecer el sueño.

Plan de Cuidados de Enfermería en Paciente Ambulatorio con COVID-19				
Patrón funcional		Resultado Esperado de Enfermería		
Patrón 10 Tolerancia el estrés	Resultado	Indicadores	Escala de medición	
<b>Diagnóstico de Enfermería</b>  <b>Dominio 9</b> Afrontamiento/tolerancia al estrés <b>Clase 1</b> Respuestas postraumáticas  Riesgo de síndrome postraumático relacionada con exposición a epidemias	Dominio III Salud Psicosocial	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distrés.</li> <li>• Tendencia de culpar a los demás.</li> <li>• Inquietud.</li> <li>• Irritabilidad.</li> <li>• Preocupación por sucesos vitales.</li> <li>• Preocupación por la fuente del miedo.</li> </ul>	1. Grave 2. Sustancial 3. Moderado 4. Leve 5. Ninguno	Cabe señalar que, en esta situación, la información proporcionada es de acuerdo con el único contacto que se tuvo con los pacientes para definir el diagnóstico.  Las siguientes valoraciones serán de acuerdo con el seguimiento vía telefónica del personal de salud con el paciente y es totalmente subjetivo a las respuestas y comentarios emitidos por el paciente y/o familiar.
	Clase M Bienestar Psicológico			
	Resultado: Nivel de miedo			



### Intervenciones de Enfermería

Campo 3 Conductual

Clase T Fomento de la Comodidad Física

#### **Disminución de la ansiedad**

- Establecer claramente las expectativas del comportamiento del paciente.
- Tratar de comprender la perspectiva del paciente sobre la situación estresante.
- Proporcionar información objetiva respecto del diagnóstico tratamiento y pronóstico.
- Fomentar la realización de actividades dentro de su domicilio.
- Identificar los cambios en el nivel de ansiedad.
- Establecer actividades recreativas encaminadas a la reducción de tensiones.
- Ayudar al paciente a realizar una descripción realista del suceso que se avecina.
- Instruir al paciente sobre el uso de técnicas de relajación.

Campo 3 Conductual

Clase R Ayuda para el Afrontamiento

#### **Potenciación de la autoestima**

- Observar las frases del paciente sobre su propia valía.
- Determinar la confianza del paciente en sus propios juicios.
- Reafirmar las virtudes personales que identifique el paciente.
- Mostrar confianza en la capacidad del paciente para controlar una situación.
- Ayudar a establecer objetivos realistas para conseguir una autoestima más alta.
- Ayudar al paciente a identificar el impacto que tiene el grupo de similares sobre los sentimientos de su propia valía.
- Facilitar un ambiente y actividades que aumenten la autoestima.
- Realizar afirmaciones positivas sobre el paciente.

Campo 3 Conductual

Clase Q Potenciación de la Comunicación

#### **Escucha activa**



- Mostrar interés en el paciente.
- Hacer preguntas o utilizar frases que animen a expresar pensamientos, sentimientos y preocupaciones.
- Mostrar conciencia y sensibilidad a las emociones.
- Utilizar la comunicación no verbal para facilitar la comunicación.
- Determinar el significado de los mensajes reflexionando sobre las actitudes, experiencias pasadas y la situación actual.
- Evitar barreras a la escucha activa (minimizar sentimientos, ofrecer soluciones sencillas, interrumpir, hablar de uno mismo y terminar de manera prematura).
- Utilizar el silencio/escucha para animar a expresar sentimientos, pensamientos y preocupaciones.
- Identificar los temas predominantes.
- Estar atento al tono, tiempo, volumen, entonación e inflexión de la voz.

Campo 3 Conductual

Clase R Ayuda para el Afrontamiento

**Mejorar el afrontamiento**

- Valorar el impacto de la situación vital del paciente en los papeles y relaciones.
- Valorar y discutir las respuestas alternativas a la situación.
- Utilizar un enfoque sereno, de reafirmación.
- Ayudar al paciente a desarrollar una valoración objetiva del acontecimiento.
- Ayudar al paciente a identificar la información que más le interese obtener.
- Proporcionar información objetiva respecto del diagnóstico, tratamiento y pronóstico.
- Alentar una actitud de esperanza realista como forma de manejar los sentimientos de impotencia.
- Fomentar la identificación de valores vitales específicos.

Campo 3 Conductual

Clase R Ayuda para el Afrontamiento

**Potenciación de la seguridad**

- Disponer un ambiente no amenazador.
- Mostrar calma.
- Pasar tiempo con el paciente.
- Discutir los cambios que se avecinan antes del suceso.



- Evitar producir situaciones emocionales intensas.
- Escuchar los miedos del paciente/familia.
- Explicar al paciente/familia todas las pruebas y procedimientos.
- Responder a las preguntas sobre su salud de una manera sincera.
- Ofrecer a quedarse con el paciente durante las interacciones iniciales con otras personas.

### Campo 3 Conductual

#### Clase R Ayuda para el Afrontamiento

##### **Dar esperanza**

- Ayudar al paciente /familia a identificar las áreas de esperanza en la vida.
- Mostrar esperanza reconociendo la valía intrínseca del paciente y viendo la enfermedad del paciente solo como una faceta de la persona.
- Ampliar el repertorio de mecanismos de resolución de problemas del paciente.
- Enseñar a reconocer la realidad estudiando la situación y haciendo planes para casos de emergencia.
- Ayudar al paciente a diseñar y revisar las metas relacionadas con el objeto de esperanza.
- Ayudar al paciente a expandir su yo espiritual.
- Evitar disfrazar la verdad.
- Facilitar la admisión por parte del paciente de una pérdida personal en su imagen corporal.
- Explicar a la familia los aspectos positivos de la esperanza (desarrollar temas de conversación que tengan sentido y que reflejen el amor y la necesidad del paciente).



Plan de Cuidados de Enfermería en Paciente Ambulatorio con COVID-19				
Patrón funcional	Resultado Esperado de Enfermería			
Patrón 7 Autoestima-Autoconcepto	Resultado	Indicadores	Escala de medición	
<b>Diagnóstico de Enfermería</b>	Dominio V Salud Percibida	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mantenimiento de la privacidad.</li> <li>Mantenimiento de la confidencialidad de la información del paciente /usuario.</li> </ul>		<p>Cabe señalar que, en esta situación, la información proporcionada es de acuerdo con el único contacto que se tuvo con los pacientes para definir el diagnóstico.</p> <p>Las siguientes valoraciones serán de acuerdo con el seguimiento vía telefónica del personal de salud con el paciente y es totalmente subjetivo a las respuestas y comentarios emitidos por el paciente y/o familiar.</p>
<b>Dominio 6 Autopercepción</b> <b>Clase 1 Autoconcepto</b>  Riesgo de compromiso de la dignidad humana relacionada a la estigmatización	Clase EE Satisfacción con los Cuidados  Satisfacción del paciente/usuario: protección de sus derechos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Información proporcionada sobre servicios disponibles de otras disciplinas.</li> <li>Información proporcionada sobre grupos de apoyo.</li> <li>Información proporcionada sobre derechos legales.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>No del todo satisfecho</li> <li>Algo satisfecho</li> <li>Moderadamente satisfecho</li> <li>Muy satisfecho</li> <li>Completamente satisfecho</li> </ol>	



### Intervenciones de Enfermería

Campo 6 Sistema Sanitario

Clase b Control de la Información

#### Intercambio de información de cuidados de salud

- Determinar la capacidad del paciente y familia en el desarrollo de los cuidados después del alta.
- Identificar otros centros que provean cuidados.
- Pedir información a profesionales de otros centros.
- Coordinar los cuidados con otros profesionales sanitarios.
- Comentar los puntos fuertes y recursos del paciente.
- Compartir la información de otros profesionales sanitarios con el paciente y familia.

Campo 6 Sistema Sanitario

Clase Y Mediación del Sistema Sanitario

#### Protección de los derechos del paciente

- Proporcionar al paciente la carta de derechos del paciente (en este caso puede ser por vía electrónica).
- Proteger la intimidad del paciente cumplir con las ordenes escritas de no reanimar (en caso de que así sea).
- Mantener la confidencialidad de información sanitaria del paciente.

Campo 4 Seguridad

Clase V Control de Riesgos

#### Apoyo en la protección contra abusos

- Identificar al adulto que tenga dificultad para confiar en los demás o que sienta que no es apreciado por los demás.
- Determinar si el individuo siente que la solicitud de ayuda constituye un indicio de incompetencia personal.
- Determinar el nivel de aislamiento social en la situación familiar.
- Determinar si la familia necesita ayuda periódica en sus responsabilidades de cuidado.
- Escuchar atentamente al adulto que comienza a hablar de sus propios problemas.
- Informa al paciente de las leyes y los servicios relacionados con el abuso.





## BIBLIOGRAFÍA

1. NANDA Internacional. Diagnósticos Enfermeros. Definiciones y clasificación 2018-2020. Editorial Elsevier. 2018.
2. Sue Moorhead, Marion Johnson, Merodean L. Maas y Elizabeth Swanson. Clasificación de Resultados de Enfermería (NOC) Medición de Resultados en Salud, Barcelona España. Editorial Elsevier. 2013
3. Gloria M. Bulechek, Howard K. Butcher, Joanne M. Dochterman y Cheryl M. Wagner. Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC). Barcelona, España. Editorial Elsevier. 2013
4. Plan Estratégico Institucional para la atención de la contingencia por COVID-19. Marzo de 2020
5. Lineamiento Estandarizado para la Vigilancia Epidemiológica por Laboratorio de COVID-19. Secretaría de Salud. México. 2020.
6. Centre for Disease Prevention and Control. Infection prevention and control for COVID-19 in healthcare settings. European Centre for Disease Prevention and Control. Estocolmo. Marzo 2020.
7. NORMA Oficial Mexicana NOM-087-ECOL-SSA1-2002, Protección ambiental - Salud ambiental - Residuos peligrosos biológico-infecciosos - Clasificación y especificaciones de manejo. DOF 20 de enero 2003.
8. NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica. DOF 19 de febrero 2013.
9. Lineamientos de la OPS y OMS
10. Linda D. Urden, Mary e. Lough y Karhleen M. Stancy. Cuidados Intensivos en Enfermería. Madrid España. 1998.
11. Barbara Boylan-Lewis, Victor G. Campbell, Donna L. Cramer, Roxanna C. Hammer y Cindy Heberlein. Normas de Cuidados del Paciente. España. Edit. Océano. 1998.