



## Enfermería casera

1. Tener la especialidad de primeros auxilios.
2. ¿Cuáles son los alimentos que se incluyen en las siguientes dietas:
  - a. Líquido
  - b. Suave
  - c. Ligero
  - d. Completa
3. Conocer los síntomas de una fiebre. Conocer cómo tomar la temperatura de una persona. Conocer como bajar la temperatura.
4. Conocer la frecuencia normal del pulso, frecuencia respiratoria y temperatura. Practicar obteniendo la frecuencia del pulso, frecuencia respiratoria y la temperatura de un amigo o compañero.
5. ¿Qué es una enfermedad contagiosa? ¿Cómo se contagia? ¿Qué precauciones se deben seguir para protegerse contra las enfermedades contagiosas? Hacer una lista de las medidas de seguridad a ser observadas a la hora de cuidar a una persona con una enfermedad contagiosa en el hogar.
6. ¿Qué síntomas dicen que una persona esta físicamente enferma?
7. Conocer cómo ayudar a cuidar de un recién nacido y una persona anciana en su hogar.
8. Saber cuándo y cómo lavarse las manos cuando esta cuidando de una persona enferma.
9. Saber cómo hacer una cama confortable para el paciente en cama.
10. Mostrar cómo alimentar a un paciente desvalido en la cama.
11. Mostrar cómo dar medicamento líquido y tabletas, pastillas o cápsulas a los niños y adultos. Conocer cómo aplicar correctamente gotas para los ojos.
12. Demostrar el método de dar fomenteras y baño de pies. Explicar el valor de su uso y decir las condiciones en que dichos tratamientos se debe dar.
13. Demostrar la aplicación de una compresa caliente y el uso de calor y frío para el tratamiento de la inflamación y moretones.
14. Explicar cómo los siguientes remedios naturales ayudan a prevenir las enfermedades: Notar como la primer letra de cada uno deleta la palabra ADELANTE
  - a. Agua
  - b. Descanso
  - c. Ejercicio
  - d. Luz del sol
  - e. Aire
  - f. Nutrición
  - g. Temperancia
  - h. Esperanza/ confianza en Dios