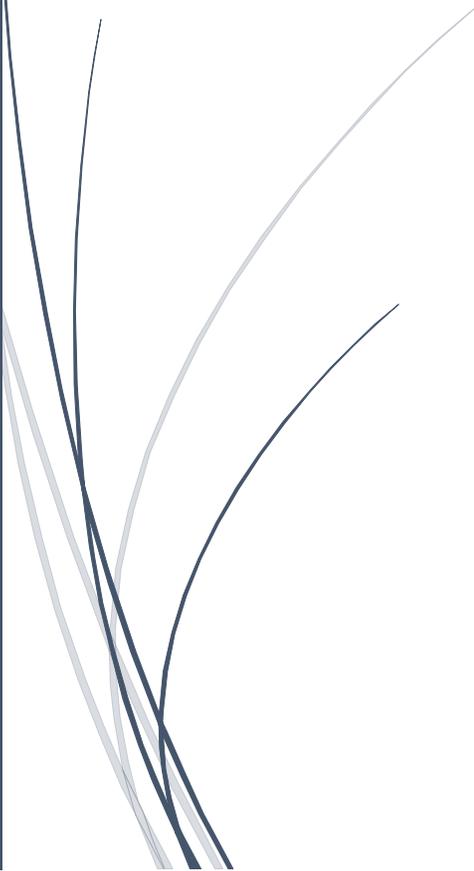


A dark blue vertical bar on the left side of the page. A blue arrow-shaped graphic points to the right from the bar, containing the date.

25-05-2020

Definiciones en enfermería

Lic. en Enf. Edgar Geovanny Liévano
Montoya

A series of thin, curved lines in shades of blue and grey that originate from the bottom left and curve upwards and to the right.

Jacqueline Hernández Aguilar

UNIVERSIDAD DEL SURESTE UDS
LICENCIATURA EN ENFERMERÍA GENERAL

Calambres

¿Qué es?

Los calambres musculares se presentan cuando un músculo se tensa (contrae) sin intención de tensarlo y no se relaja. Los calambres pueden comprometer todo o parte de uno o más músculos.

Los grupos musculares más comúnmente involucrados son los siguientes:

- Parte posterior de la pierna/pantorrilla
- Parte posterior del muslo (corva)
- Parte frontal del muslo (cuádriceps)

Los calambres en los pies, las manos, los brazos, el abdomen, y a lo largo de la caja torácica también son muy comunes.

Los calambres musculares son comunes y se pueden detener estirando el músculo. El músculo afectado por el calambre se puede sentir duro o abultado.



Causas



Los calambres musculares son comunes y con frecuencia se presentan cuando un músculo se sobrecarga o se lesiona. Entrenar cuando usted no ha tomado los líquidos suficientes (está deshidratado) o cuando usted tiene niveles bajos de minerales, como potasio o calcio, también puede hacerlo más propenso a tener un espasmo muscular.

Hipotermia



¿Qué es?

La hipotermia es una afección que sucede cuando la temperatura corporal normal de 37C baja a menos de 35C. Generalmente, es consecuencia de estar en un ambiente frío mucho tiempo. Con frecuencia, la hipotermia la desencadena la exposición prolongada a la lluvia, viento, nieve o estar metido en aguas frías.

Si está expuesto al frío durante un periodo de tiempo prolongado, el sistema de defensas del organismo tratará de impedir más pérdidas de calor. Empezará a temblar para mantener la temperatura normal de los órganos principales. El flujo sanguíneo de la piel se verá restringido y se liberarán hormonas para generar calor.

Si se agota la energía corporal, la hipotermia puede ser mortal. Las personas mayores y los enfermos que no pueden moverse fácilmente son especialmente vulnerables ante la hipotermia.

Los bebés también son más propensos a la hipotermia porque su capacidad para regular la temperatura no está totalmente desarrollada. Pierden calor rápidamente si se quedan demasiado tiempo en una habitación fría.

Síntomas

Los síntomas de la hipotermia pueden ser leves, moderados o graves, dependiendo del tiempo de exposición al frío. Los síntomas leves de la hipotermia son: temblores, pies y manos fríos, entumecimiento de las extremidades, pérdida de destreza y niveles de energía bajos. Los síntomas moderados son: temblor violento e incontrolado, articulación mala y lenta de las palabras, respiración y pulso lentos. Tendrá dificultades para prestar atención y saber qué pasa a su alrededor. Puede tener dificultades para controlar sus movimientos. Y también puede estar irracional o con miedo, tener pérdida de memoria o somnolencia. Si tiene síntomas graves de hipotermia, perderá el control de manos, pies y extremidades.



Epilepsia

¿Qué es?



La epilepsia es un trastorno cerebral en el cual una persona tiene convulsiones repetidas durante un tiempo. Las crisis convulsivas son episodios de actividad descontrolada y anormal de las neuronas que puede causar cambios en la atención o el comportamiento.

Causas

La epilepsia ocurre cuando los cambios en el tejido cerebral hacen que el cerebro esté demasiado excitable o irritable. Como resultado de esto, el cerebro envía señales anormales, lo cual ocasiona convulsiones repetitivas e impredecibles. (Una sola convulsión que no sucede de nuevo no es epilepsia).



La epilepsia puede deberse a un trastorno de salud o a una lesión que afecte el cerebro. O, la causa puede ser desconocida (idiopática).

Las causas comunes de epilepsia incluyen:

- Accidente cerebrovascular o accidente isquémico transitorio (AIT)
- Demencia, como el mal de Alzheimer
- Lesión cerebral traumática
- Infecciones, como absceso cerebral, meningitis, encefalitis y VIH/SIDA
- Problemas cerebrales presentes al nacer (anomalía cerebral congénita)
- Lesión cerebral que ocurre durante o cerca del momento del nacimiento
- Trastornos metabólicos presentes al nacer (como fenilcetonuria)
- Tumor cerebral

Fiebre

¿Qué es?

La fiebre es una temperatura del cuerpo más elevada de lo normal. Una temperatura normal puede variar de persona a persona, pero generalmente es alrededor 37°C. La fiebre no es una enfermedad. Por lo general, es una señal de que su cuerpo está tratando de combatir una enfermedad o infección.



Causas



Las infecciones causan la mayoría de las fiebres. Tiene fiebre porque su cuerpo está tratando de matar el virus o las bacterias que causaron la infección. La mayoría de estas bacterias y virus sobreviven bien cuando su cuerpo está a su temperatura normal. Pero si tiene fiebre, es más difícil para ellos sobrevivir. La fiebre también activa el sistema inmunitario de su cuerpo.

Otras causas de la fiebre incluyen:

- Medicinas, incluyendo antibióticos, medicinas para la presión arterial y medicinas anticonvulsivas
- Enfermedades por el calor
- Cánceres
- Enfermedades autoinmunes
- Algunas vacunas para niños

Golpe de calor

¿Qué es?

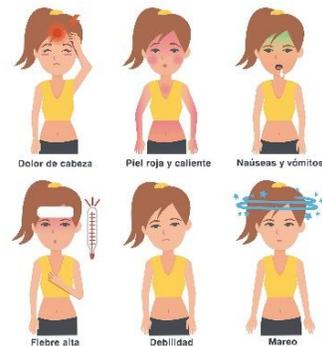


El golpe de calor es un trastorno ocasionado por el exceso de calor en el cuerpo, generalmente como consecuencia de la exposición prolongada a altas temperaturas o del esfuerzo físico en altas temperaturas. El golpe de calor es la forma más grave de lesión por calor y puede ocurrir si la temperatura del cuerpo alcanza los 40 °C o más. Esta afección es más frecuente en los meses de verano.

El golpe de calor requiere tratamiento de urgencia. El golpe de calor sin tratar puede dañar rápidamente el cerebro, el corazón, los riñones y los músculos. El daño empeora cuanto más se retrasa el tratamiento, lo que aumenta el riesgo de sufrir complicaciones graves o la muerte.

Síntomas

- Temperatura corporal elevada. Una temperatura corporal central de 40 °C o superior, es el signo principal del golpe de calor.
- Alteración del estado mental o del comportamiento. El golpe de calor puede provocar confusión, agitación, problemas de dicción, irritabilidad, delirio, convulsiones y coma.
- Alteración en la sudoración.
- Náuseas y vómitos.
- Piel enrojecida. Respiración acelerada. La respiración puede volverse rápida y poco profunda.
- Frecuencia cardíaca acelerada.
- Dolor de cabeza.



Intoxicación

¿Qué es?

La intoxicación alimentaria, también denominada “enfermedad transmitida por los alimentos”, es una enfermedad provocada por comer alimentos contaminados. Las causas más frecuentes de intoxicación alimentaria son los organismos infecciosos entre ellos, bacterias, virus y parásitos o sus toxinas.



Los organismos infecciosos o sus toxinas pueden contaminar los alimentos en cualquier momento del procesamiento o la producción. Si los alimentos se manipulan o cocinan de manera incorrecta, la contaminación también puede producirse en el hogar.

Síntomas

Los síntomas de intoxicación alimentaria varían según el origen de la contaminación. En la mayoría de los tipos de intoxicación alimentaria se presentan uno o más de los siguientes signos y síntomas:

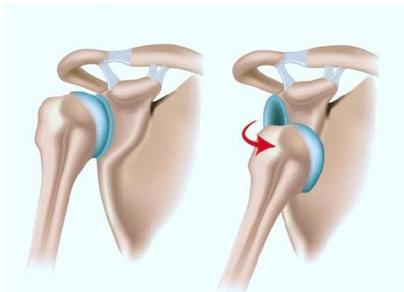
- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea líquida o con sangre
- Dolor y calambres abdominales
- Fiebre



Los signos y síntomas pueden comenzar horas después de ingerir el alimento contaminado, o bien pueden comenzar días o incluso semanas después.

Luxación

¿Qué es?



Es una separación de dos huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación. Las articulaciones son zonas donde dos huesos se juntan.

Una articulación luxada es una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal. La persona que sufra esta lesión sentirá un gran dolor, no podrá mover esa extremidad, además, notará una notable deformidad en forma de bulto. Cuando ocurre una luxación parcial o incompleta se denomina subluxación.

Las luxaciones son generalmente causadas por un impacto súbito en la articulación a causa de un golpe, una caída u otro traumatismo.

Síntomas

Los síntomas más comunes de una articulación luxada son el entumecimiento y hormigueo en la articulación o fuera de ésta, la sensación de dolor intenso, especialmente si el afectado trata de usar la articulación o poner peso en ella, la incapacidad de mover la articulación, hinchazón o amoratamiento, o si está visiblemente fuera de lugar o tiene un color diferente.



Quemaduras

¿Qué es?



Una quemadura es una lesión en los tejidos del cuerpo causada por el calor, sustancias químicas, electricidad, el sol o radiación. Las escaldaduras por líquidos calientes y vapor, los incendios en edificios y los líquidos y gases inflamables son las causas más comunes de las quemaduras. Otro tipo de quemadura es la causada por inhalación de humo o partículas tóxicas.

Típos



Existen tres tipos de quemaduras:

- Quemaduras de primer grado, que dañan solamente la capa externa de la piel
- Quemaduras de segundo grado, que dañan la capa externa y la que se encuentra por debajo de ella
- Quemaduras de tercer grado, que dañan o destruyen la capa más profunda de la piel y los tejidos que se encuentran debajo de ella

Las quemaduras pueden causar hinchazón, ampollas, cicatrices y, en los casos más severos, shock e incluso la muerte. También pueden conducir a infecciones porque dañan la barrera protectora de la piel. El tratamiento de las quemaduras depende de la causa, qué tan profunda es y qué grande es el área del cuerpo afectada. Las pomadas con antibióticos pueden prevenir o tratar las infecciones. Para quemaduras más graves, es posible que se necesite tratamiento para limpiar la herida, reemplazar la piel y asegurarse que el paciente recibe suficiente líquidos y nutrición.