



**PRESENTA EL ALUMNO:**

Carla Yazmin Hernández Espinoza

**GRUPO, CUATRIMESTRE Y MODALIDAD:**

6to. CUATRIMESTRE "A" LA LICENCIATURA EN ENFERMERIA ESCOLARIZADO

**DOCENTE:**

Beatriz Gordillo López

**MATERIA:**

Enfermería Del Adulto

**TRABAJO:**

Cuadro sinóptico

**FECHA DE ENTREGA:**

2 de julio de 2020



# ESGUINCES

## ¿QUE ES UN ESGUINCE?

Un esguince es una rotura incompleta de un ligamento o de un complejo de ligamentos.

## ¿CAUSAS DE UN ESGUINSE?

Generalmente, los esguinces se producen cuando una articulación se mueve a una posición antinatural

- Caída,
- Torcedura
- Golpe.

## CUANDO CONSULTAR AL MEDICO

Los esguinces leves se pueden tratar en casa. Sin embargo, las lesiones que causan esguinces también pueden producir lesiones graves, ir al médico cuando:

- No te puedes mover ni soportar peso sobre la articulación afectada
- Experimentas dolor directamente sobre los huesos de una articulación lesionada.
- Experimentas adormecimiento en cualquier parte de la zona lesionada

## SINTOMAS

Los signos y los síntomas variarán, dependiendo de la gravedad de la lesión

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas
- Capacidad limitada para mover la articulación afectada
- Calor en la zona lesionada

## FACTORES DE RIESGO

- Condiciones ambientales
- Fatiga
- Equipo inadecuado

- Las superficies resbaladizas o desniveladas pueden hacerte más propenso a las lesiones.
- Los músculos cansados tienen menos probabilidades de proporcionar un buen soporte para las articulaciones
- El calzado u otro equipo deportivo que no calza bien o que está mal mantenido pueden contribuir al riesgo de sufrir un esguince.

## DIAGNOSTICO

- Durante el examen físico, el médico revisará la inflamación y los puntos de sensibilidad en la extremidad afectada
- Las radiografías pueden ayudar a descartar una fractura u otra lesión ósea como la fuente del problema.
- Las imágenes por resonancia magnética también se pueden usar para ayudar a diagnosticar la extensión de la lesión.

## TRATMIENTO

- Reposo
- Hielo.
- Compresión
- Elevación