



Nombre de alumno: Steiner Giovanni López Vázquez

Nombre del profesor: Lic. Beatriz Gordillo López

Nombre del trabajo: mapa conceptual esguinces

Materia: enfermería del adulto

Grado: 6º cuatrimestre

Grupo: B

PASIÓN POR EDUCAR

Esguinces

¿Qué es?

es

El estiramiento o rasgadura de los ligamentos

y

Tejido fibroso que conecta los huesos y las articulaciones

causa

Por lo general es por movimientos anómalos o excesivos de la articulación

Los

Ligamentos se desgarran de manera incompleta

En

Casos graves si se pueden romper

sus

Factores de riesgo

son

- Condiciones ambientales
- Fatiga
- Equipo inadecuado

Se produce

Más a menudo en tobillo, rodillas, muñecas y pulgar

Signos y síntomas

son

- Dolor
- Tumefacción rápida
- Calor
- Discapacidad
- Cambios de coloración
- Limitación de la función
- Hematomas
- Escuchar un "pop" al momento de la lesión

Los

Esguinces leves se pueden tratar en casa

Pero

Recomendable ir al médico ya que puede producir fracturas

Prevención

puede

Fortalecer los músculos que rodean las articulaciones

Diagnóstico

puede

- Mediante la exploración física
- Radiografía
- Resonancia magnética

tratamiento

puede

Ser el enfoque RICE

Que sería

- Reposo
- Hielo
- Compresión
- Elevación

También

El uso de medicamentos para el dolor como:

- Ibuprofeno
- Acetaminofeno

La

Recuperación puede tardar días o meses dependiendo de la gravedad