



Alondra Gabriela García Ramírez

Beatriz gordillo

Enfermería del adulto

Esguinces

Es una rotura incompleta de un ligamento o de un complejo de ligamentos.

Una rotura incompleta o rotura parcial no crea inestabilidad en una articulación.

La rotura parcial es coloquialmente conocida como "torcedura".

Factores de riesgo

Práctica deportiva

Edad

Sobre peso

Sedentarismo

Síntomas

Dolor en la articulación y afecta a tejidos a su alrededor

Hay inflamación en todos los tipos de esguinces, limita la funcionalidad.

Grados

Primer grado

El ligamento se estira sin romperse, pero el dolor es soportable. También hay inflamación

Segundo grado

Los ligamentos no sólo se distienden en este caso, el dolor es más intenso que el primer grado y los movimientos se limitan bastante.

Tercer grado

Es la forma más grave del esguince, el ligamento se estira, se rompe y pierde contacto con alguno de los huesos donde se encontraba

Tratamiento

Reposos con la extremidad elevada

Aplicar frio inmediatamente

Inmovilizar la extremidad

Tomar anti inflamatorios

