



- Materia: patología del adulto.
- Carrera: Lic. enfermería
- Semestre/ cuatrimestre: 6“c”
- Maestro/a: mahonrry de Jesús Ruiz
- Alumno: Sánchez espinosa Iván Julián.

Esguince

Un esguince de tobillo es una lesión que se produce cuando te doblas, tuerces o giras el tobillo de una forma extraña.

Signos y síntomas

Los signos y síntomas de un esguince de tobillo varían según la gravedad de la lesión.

Algunos de ellos son:

- Dolor ligero al tocar el tobillo
- Hinchazón
- Hematomas

- Amplitud de movimiento limitada
- Inestabilidad en el tobillo.

Factores de riesgo

Algunos factores que aumentan el riesgo de un esguince de tobillo son:

- Práctica de deportes.
- Superficies irregulares.
- Lesiones de tobillo anteriores

- Estado físico deficiente.
- Calzado inadecuado.

Causas

Cuando fuerzas el tobillo fuera de su posición normal se produce un esguince.

Las causas de un esguince de tobillo pueden comprender:

- Una caída que hace que te tuerzas el tobillo
- Caer mal en un pie después de saltar o de girar.

- Caminar o hacer ejercicio sobre una superficie irregular.

Tratamiento

Reposo e inmovilización de la articulación mediante;

- Vendas.
- férulas o yeso.
- administración de analgésico y antiinflamatorio.

Elevación de la extremidad para reducir el edema, cirugía cuando hay diseminación o rotura de un ligamento importante

- Utiliza un dispositivo de inmovilización, o cinta en el tobillo debilitado o previamente lesionado.

Luxación

Una luxación se produce cuando se fuerza demasiado un ligamento, lo que hace que los extremos de dos huesos conectados se separen.

Síntomas

A continuación se enumeran los síntomas más comunes de una luxación.

Sin embargo, cada paciente puede experimentar los síntomas de manera diferente.

Algunos de los síntomas pueden incluir los siguientes:

- Dolor en la zona lesionada
- Inflamación en la zona lesionada
- Dificultad para usar o mover la zona lesionada de forma normal.

- Malformación de la zona luxada

Diagnóstico

Se basa en la historia clínica, la exploración física y los hallazgos radiológicos.

Los síndromes son dolor, deformidad y limitación al movimiento.

Los procedimientos de diagnóstico pueden incluir los siguientes:

- Radiografía.
- Imagen por resonancia magnética.

Los procedimientos de diagnóstico pueden ayudar a evaluar el problema.

Tratamiento

Administración de analgésico y antiinflamatorio y relajantes musculares

Reducción de la luxación manual (posiblemente bajo anestesia) o quirúrgica.

Inmovilización externa o interna (tracción con férula, yeso) y rehabilitación.

Se basa en la edad, el estado general de salud y la historia médica

Fracturas

Las fracturas por sobrecarga son pequeñas grietas en un hueso. Son causadas por la fuerza repetitiva, a menudo por el uso excesivo, como saltar repetidamente de un lado a otro o correr largas distancias.

Síntomas

Es posible que al principio apenas notes el dolor asociado con una fractura por sobrecarga, pero este tiende a empeorar con el tiempo.

La sensibilidad generalmente comienza en un punto específico y disminuye durante el reposo.

Es posible que tengas hinchazón alrededor del área dolorosa.

Factores de riesgo

Los factores que pueden aumentar el riesgo de sufrir fracturas por sobrecarga incluyen lo siguiente:

- Determinados deportes
- Aumento de la actividad Sexo
- Problemas en los pies.

- Huesos debilitados
- Fracturas por sobrecarga previas

Prevención

Unos pasos sencillos pueden ayudarte a prevenir las fracturas.

- Haz los cambios lentamente
- Usa calzado adecuado.

- Haz entrenamientos cruzados.
- Obtén una nutrición adecuada.

Bibliografía

- Nc. Ana Bertha Pérez Lizaur Manual de Dietas Normales y Terapéuticas, los alimentos en la salud y enfermedad. 2005 la prensa médica. Antología.
- Grossman Sheila, Mattson Porth Carol. 2019. Porth Fisiopatología, alteraciones de la salud, conceptos básicos, 10ª. Edición. Editorial LWW.
- Damjanov Ivan. (2010). Patología. Elsevier España