



- 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