



**Prácticas Profesionales**

Mtra. Ma. Del Carmen  
López Silba

Resumen / PLACE

Lic. Enfermería

Carlos Eduardo Pérez  
Hernández

Noveno A



## • Dolor abdominal

El dolor de pecho se puede producir a causa de trastornos del aparato digestivo ¿Cómo cuáles?

• Dolor de estómago → Esta sensación de ardor torácica, detrás del esternón se produce cuando el ácido gástrico pasa del estómago al tubo que conecta la garganta.

• Trastornos para tragar → Pueden provocar dificultades para tragar e incluso pueden hacer que sea doloroso.

• Problemas en la vesícula biliar → Los cálculos biliares o la inflamación de la vesícula o del páncreas pueden provocar un dolor abdominal que se extiende al pecho.

## • Dolor muscular y óseo

Algunos tipos de dolor de pecho se asocian con lesiones y otros problemas que afectan las estructuras, por ejemplo:

COSTOCONDRIAS	En esta enfermedad el cartilago de la caja torácica, especialmente el cartilago que une las costillas al esternón
Dolores musculares	Los síndromes de dolor crónico, como la fibromialgia pueden provocar un dolor de pecho persistente
Lesión en las costillas	Una costilla rota o con hematomas puede ocasionar dolor de pecho

¿CUÁLES SON SUS SÍNTOMAS?

- ▷ DOLOR QUE SUELE EMPEORAR
- ▷ RIGIDEZ EN LOS MÚSCULOS O ESPASMOS
- ▷ CAPACIDAD DISMINUIDA PARA MOVER LA CABEZA
- ▷ DOLOR DE CABEZA
- ▷ TENSIONES MUSCULARES
- ▷ NEURALGIAS DESGASTADAS
- ▷ PINZAMIENTO DEL NERVIOS
- ▷ LESIONES

▷ PREVENCIÓN

○ MANTENER UNA BUENA POSTURA. CUANDO ESTES PARADO O SENTADO, ASEGÚRATE DE QUE LOS HOMBROS ESTÉN EN LÍNEA RECTA CON LAS CADERAS Y QUE LAS CADERAS ESTÉN DIRECTAMENTE SOBRE LOS HOMBROS

○ TOMA DESCANSOS FRECUENTES. SI UNAS DISTANCIAS LARGAS O TRABAJAS O TRABAJAS MUCHAS HORAS FRENTE A UN COMPUTADOR, LEVANTATE, CAMINA Y ESTIRA EL CUELLO Y LOS HOMBROS.

○ EVITA SOSTENER EL TELÉFONO ENTRE LA OREJA Y EL HOMBRO MUESTRAS HABITOS. EN CAMBIO USA ALTECOMUNICACIONES O UN TELÉFONO CON ALTAVOZ

○ EVITA LLEVAR BOLSAS PESADAS CON UNAS EN LOS HOMBROS, EL PESO PUEDE TENSIONAR EL CUELLO

○ DORMIR EN BUENA POSICIÓN

○ LA CABEZA Y EL CUELLO DEBEN ESTAR ALINEADOS CON EL CUERPO  
USA UNA ALMOHADA PEQUEÑA DEBAJO DEL CUELLO, LA TERCERA DEBE ESTAR DEBAJO CON LOS MÚSCULOS ELEVADOS SOBRE ALMOHADAS, LO QUE ALIVIA LOS MÚSCULOS DE LA COLUMNA CERVICAL



## ¿Prevenir para respirar?

Muchos trastornos de los pulmones pueden ocasionar dolor de pecho entre los que se encuentran los siguientes:

• **Empeña pulmonar** → se produce cuando un coágulo de sangre se atrapa en una arteria del pulmón (arteria pulmonar) y bloquea el flujo de sangre al tejido pulmonar.

• **Apelujado** → si la membrana que recubre los pulmones se inflama, puede provocar dolor de pecho que empeora cuando inhala o tose.

• **Compresión pulmonar** → Por lo general, el dolor se reduce lentamente con un CP cuando desaparece y puede durar horas y ser acompañado con falta de aire.

Un contuso pulmonar se produce cuando el aire se filtra en el espacio entre el pulmón y la pleura.

## Prevenición

La mayoría de los dolores de pecho se alivian con una mano pesada combinada con un desahuste relajado a la espalda o tomar aspirina a quitar el dolor de pecho, aunque la aspirina combinada sobre la columna vertebral.

• Mantener una buena postura, cuando estás parado, cuando estás parado o sentado asegúrate de que los hombros estén en línea recta con la cadera y que las caderas estén directamente sobre los hombros.

• Usar zapatos cómodos.

• Al estar en el escritorio, la silla y la computadora para que el monitor esté a la altura de los ojos. Las rodillas deberían estar ligeramente más bajas que las caderas. Usa los apoyabrazos de la silla.

• Si tienes dolor de espalda, fumar puede generar un mayor riesgo de presentar dolor de pecho.

• Evitar beber alcohol con té o en el tiempo, el té puede tensionar el cuello.

## ⦿ ALERGIAS, ASMA ⦿

⦿ ¿Qué es RINITIS ALERGICA? Es el resultado de la inflamación de la mucosa por los alérgenos en la mucosa nasal.

La enfermedad afecta aproximadamente entre el 10% y 30% de la población. Los estudios indican que las tasas de prevalencia están aumentando en todo el mundo.

⦿ La clasificación propuesta por la Iniciativa para el Tratamiento de la Rinitis Alergica y su Impacto sobre el Asma (ISA) es útil para la atención de pacientes.

La RA tiene un impacto significativo en los pacientes en todo el grado de severidad de sus síntomas. Tiene efectos psicológicos.

Interfiere con las interacciones sociales, otras comorbilidades de la RA son:

▷ Sinusitis

▷ Rinosinusitis

▷ Conjuntivitis

▷ Otitis media con efusión

Infecciones respiratorias de vías aéreas superiores, respiración bucal y trastornos del sueño.

⦿ El tratamiento se basa en la evitación del alérgeno, medidas de control ambiental, farmacoterapia e inmunoterapia específica. Conjuntivitis alérgica. ¿Qué es?

Es una enfermedad alérgica cada vez más frecuente, con una alta severidad clínica que es asma alérgica y rinitis alérgica.

⦿ El término general incluye diferentes entidades clínicas desde la forma leve pero muy molesta debido a la sensibilización (obstrucción nasal, rinitis, conjuntivitis, asma).

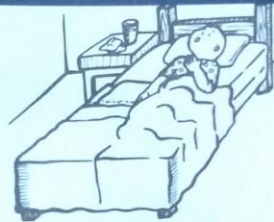


# Consultar al médico



Recordar que si no mejora en tres días o tiene algún signo de alarma, se debe llevar a consulta con el médico.

- Respiración rápida.
- Dificultad para respirar.
- Se le hunde el pecho.
- Está decaído.
- Se pone pálido, azul o morado.
- Le sube la temperatura.
- Su piel está fría.
- No es fácil despertarlo.
- Tiene dolor o supuración en los oídos.
- Tiene ardor de garganta con puntos blancos.



**Ante cualquier signo de alarma, llévalo de inmediato a la unidad de salud.**

## 5 Cuidados necesarios para evitar una neumonía en niños o niñas enfermos de tos o catarro:

1. Darle abundantes líquidos.
2. Mantener su alimentación habitual.
3. Mantener limpia su nariz.



5. Cambiar frecuentemente la posición del niño mientras esté acostado.



Bibliografía

ANTOLOGÍA UDS PRÁCTICAS PROFESIONALES UNIDAD III





<p align="center"><b>INTERVENCIONES (NIC):</b>  <b>INTERVENCIÓN NIC:</b> Manejo de las Nauseas</p>		<p align="center"><b>INTERVENCIONES (NIC):</b>  <b>INTERVENCIÓN NIC:</b> CLASE: Asesoramiento Nutricional</p>	
<p align="center"><b>ACTIVIDADES</b></p>		<p align="center"><b>ACTIVIDADES</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Realizar una valoración completa de las nauseas, incluyendo la frecuencia, la duración, la intensidad y los factores desencadenantes.</li> <li>-Observar si hay manifestaciones no verbales de incomodidad especialmente en niños.</li> <li>-Identificar factores que pueden causar o contribuir a las nauseas como la medicación, procedimientos, dolor, etc.</li> <li>-Identificar estrategias exitosas previas en el alivio de las nausea.</li> <li>-Demostrar la aceptación de la náusea y colaborar con el niño y familiar para controlar el síntoma.</li> <li>-Administrar alimentos fríos, líquidos transparentes sin olor y sin color</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la ingesta y los hábitos alimentarios del niño.</li> <li>- Utilizar normas nutricionales aceptadas para ayudar al niño a valorar la conveniencia de una ingesta agradable y nutritiva.</li> <li>- Controlar la capacidad de deglutir del niño.</li> <li>- Crear un ambiente agradable durante la hora de la comida. - Controlar el estado de hidratación del paciente.</li> <li>- Considerar factores, como: la edad, tipo de lesión a la salud, enfermedad y economía para la planificar las formas de cumplir con las necesidades nutricionales en el hogar.</li> <li>- Valorar los esfuerzos realizados para conseguir los objetivos.</li> </ul>	
<p align="center">Elaboro Carlos Eduardo Pérez Hernández / Noveno A</p>			