

□ **NOMBRE DEL ALUMNO: Noé Paulino Hernández Abadía.**

□ **MATERIA: Prácticas profesionales.**

□ **CATEDRATICO: López Silva María del Carmen.**

□ **GRADO Y GRUPO: 9NO CUATRIMESTRE**

□ **GRUPO "B"**

PASIÓN POR EDUCAR

□ **TRABAJO: apuntes.**

□ **"UNIVERSIDAD DEL SURESTE"**

### Unidad 3.

Dolor abdominal y de espalda.

El dolor de pecho se puede producir a causa de trastorno del aparato digestivo.

- \* Ardor de estómago.
- \* Trastornos de tragar.
- \* Problemas de la vesícula biliar o el páncreas.

Dolores musculares y óseos:

Algunos tipos de dolor de pecho se asocian con lesiones y otros problemas que afectan a la estructura =

- Costocondritis.
- Dolores musculares
- Lesión de costilla.

Síntomas =

Estos son algunos de los signos y síntomas:

Dolor que se empeora si sostienes la cabeza en un lugar por periodos largos.

Rigidez de músculos o espasmos.

Capacidad disminuida para mover la cabeza.

Dolor de cabeza.

La sobrecarga.

Articulaciones desgastadas.

Lesiones.

Pinzamiento del nervio.

Prevención =

La mayoría de estos dolores se asocian con la mala postura y con un

desgaste relacionado a la edad

Para ayudar a evitar el dolor de cuello usual  
ten la cabeza centrada sobre la columna  
vertebral. Puede ayudar hacer algunos cambios  
simple en tu rutina diaria, puedes considerar:

- Mantener una buena postura.
- Tomar descansos con frecuencia.
- Ajustar el escritorio.
- Evitar el mal uso del telefono.
- Si fumas dejar de hacerlo.
- Evitar levantar cosas pesadas.
- Dormir en una buena posición.

3.1.9 Dificultad para respirar =

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

- Embolia pulmonar.
- Pleuritis.
- Hipertensión pulmonar.

Prevención =

La mayoría de los dolores de cuello se  
ocasionan con una mala postura, combiendose  
de desgaste relacionado con la edad.  
Mantener buena postura cuando estés  
parado o sentado.

- Tomar descansos frecuente si viajas largas  
distancias



La cabeza y el cuello deben estar alineados con el cuerpo.

### 3.2 Alergias, Asma =

Rinitis Alérgica = Resultado de la inflamación por IgE en la mucosa nasal.

Factores de riesgo para el asma de impacto significativa para los pacientes, en base a su grado de severidad.

El tratamiento se basa en la educación del paciente, medidas de control ambiental.

#### Rinosinusitis

Es una de las condiciones médicas más comunes y costosas. Se puede presentar de forma aguda o crónica, el tratamiento inicial se realiza por lo general con un médico de atención primaria.

El alergista, quien entrena en alergología, inmunología, microbiología, farmacología apropiada en medicina interna y pediatría, en conjunto con un otorrinolaringólogo, es mejor preparado para tratar el asma.

Se necesitan estudios epidemiológicos, en particular en las zonas menos desarrolladas del mundo.