



Prácticas profesionales

Resumen

Catedrática: María del Carmen López Silba

Gloria Cristina Estrada Morales

9° cuatrimestre

Lic. En Enfermería

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez, Chiapas. 09 de julio de 2020.

### 3.1.4. Dolor abdominal y de espalda

- El dolor de pecho se puede producir a causa de trastornos del aparato digestivo, entre los que se encuentran los siguientes:

- **Ardor de estómago:** Esta sensación de ardor dolorosa detrás del esternón se produce cuando el ácido gástrico pasa del estómago al tubo que conecta la garganta con el estómago (esófago).
- **Trastornos para tragar:** Los trastornos del esófago pueden provocar dificultad para tragar e incluso hacer que sea doloroso.
- **Problemas en la vesícula biliar o en el páncreas:** Los cálculos biliares o la inflamación de la vesícula o del páncreas pueden provocar un dolor abdominal que se extiende al pecho.

### 3.1.5 Dolor musculares y óseos

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

- **Costocondritis:** Esta enfermedad, el cartilago de la caja torácica, especialmente el cartilago que une las costillas al esternón, se inflama y produce dolor.
- **Dolores musculares:** Los síndromes de dolor crónico, como la fibromialgia, pueden producir un dolor de pecho persistente relacionado con los músculos.
- **Lesión en las costillas:** Una costilla rota con hematomas puede ocasionar dolor de pecho.

### ◦ Síntomas:

Estos son algunos de los signos y síntomas:

- \* Dolor que suele empeorar si sostienes la cabeza en un lugar durante períodos largos, como cuando conduces o cuando trabajas frente a la computadora.
- \* Rigidez en los músculos o espasmos.
- \* Capacidad disminuida para mover la cabeza.
- \* Tensiones musculares
- \* Articulaciones desgastadas
- \* Pinzamiento del nervio
- \* Lesiones

### ◦ Prevención:

La mayoría de los dolores de cuello se asocian con una mala postura combinada con un desgaste relacionado con la edad. Para ayudar a evitar el dolor de cuello manten la cabeza centrada sobre la columna vertebral.

◦ Mantén una buena postura:

◦ Toma descansos frecuentes

◦ Ajusta el escritorio, la silla y la computadora para que el monitor esté a la altura de los ojos.

◦ Evitar sostener el teléfono entre la oreja y el hombro mientras hablas.

◦ Si tomas, deja de hacerlo.

◦ Evita llevar bolsas pesadas con tiras en el hombro.

◦ 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:** se produce cuando un coágulo de sangre se atasca en una arteria del pulmón y

bloquea el flujo de sangre al tejido pulmonar.

- **Pleuritis:** Si la membrana que cubre los pulmones se inflama, puede provocar dolor de pecho que empeora cuando inhalas o toses.

- **Colapso pulmonar:** Por lo general, el dolor de pecho relacionado con un colapso pulmonar comienza de repente y puede durar horas, y suele asociarse con falta de aire.

- **Hipertensión arterial:** Esta afección se produce cuando tienes presión arterial alta en las arterias que transportan sangre a los pulmones, lo que puede provocar dolor de pecho.

### • Prevención:

La mayoría de los dolores de cuello se asocian con una mala postura combinada con un desgaste relacionado con la edad.

Para evitar el dolor de cuello, mantén la cabeza centrada sobre la columna vertebral.

## 3.2 Alergias, asma.

### \* Rinitis alérgica:

La rinitis alérgica (RA) es el resultado de la inflamación mediada por IgE en la mucosa nasal.

• La enfermedad afecta actualmente 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 ARIA (rinitis alérgica y su impacto sobre el asma) es útil para la aplicación del tratamiento.

• La RA es un factor de riesgo para el asma. Otras co-morbilidades de la RA son: sinusitis, polipos nasal, conjuntivitis, otitis media con derrame, infecciones respiratorias de las vías superiores, respiración

bucal y trastornos del sueño.

- La RA tiene un impacto significativo en los pacientes en base al grado de severidad de sus síntomas.

Tiene efectos psicológicos, interfiere con las interacciones sociales, y crea una carga económica no sólo para el afectado, sino para su familia y para la sociedad en general.

- El tratamiento se basa en la educación del paciente, medidas de control ambiental, farmacoterapia e inmunoterapia específica.

- Conjuntivitis alérgica:

Es una enfermedad alérgica cada vez más frecuente, con la misma severidad clínica que el asma alérgica y la rinitis alérgica.

- El término general "Conjuntivitis alérgica" incluye diferentes entidades clínicas, desde la forma leve pero muy molesta debido a la sensibilización IgE a aeroalérgenos; hasta formas de queratoconjuntivitis alérgica donde la inflamación severa, con participación de la córnea, es más difícil diagnosticar y tratar y puede conducir a daños permanentes oculares e incluso la pérdida de la visión.

- La rinosinusitis (RS) es una de las condiciones médicas más comunes y costosas.

- La RS se puede presentar como forma aguda o crónica.

- El tratamiento inicial de la RS lo realiza en general el médico de atención primaria (MAP) y si no tiene éxito el MAP debe referir al paciente ya sea a un otorrinolaringólogo o a un especialista en alergias para atención especializada.

- El asma es una enfermedad producida por la inflamación crónica de las vías aéreas, asociadas

con cambios estructurales variables, que afecta a niños y adultos de todas las edades. Está asociado con hiperreactividad bronquial y obstrucción del flujo de aire que a menudo es reversible de manera espontánea o con tratamiento.

◦ Cuando no está controlada, el asma puede causar la muerte y puede interferir notablemente con las actividades normales e impactar seriamente en la calidad de vida del individuo.

◦ Debido al sobrediagnóstico y al tratamiento inadecuado, el asma es un grave problema de salud pública en todo el mundo, especialmente en países de ingresos bajos y medios.

◦ Los corticosteroides inhalados son actualmente los medicamentos antiinflamatorios más efectivos para tratar el asma persistente.

