



Materia: Prácticas profesionales.

Tema: Unidad III, síntomas más frecuentes y señales de dolor de alerta, 3.1.4.- dolor abdominal y de espalda, 3.1.5. dolor musculares y óseas, 3.1.9 dificultad para respirar, 3.1. alergias, asma.

Profesora: Lopez Silba Maria del Carmen.

Alumna: Perez Velasco Suleyma.

Grado y grupo: 9 "B".

Comitán de Domínguez Chiapas, a 7 de julio de 2020.

Unidad III. Síntomas más frecuentes y señales de dolor de alerta.

3.14. Dolor abdominal y de espalda.

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

- **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.

- **Trastornos para tragar:** Los trastornos del esófago pueden provocar dificultad para tragar e incluso puede 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.

3.15 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:** En esta enfermedad, el cartilago de la caja torácica, se inflama y produce dolor.

- **Dolores musculares:** Los síndromes del dolor crónico, como la fibromialgia, pueden producir dolor de pecho persistente relacionado con los músculos.

- **Lesión en las costillas:** Una costilla rota o con hematomas puede ocasionar dolor de pecho.

Síntomas: Estas son algunas de los signos y síntomas.

- Dolor que suele empeorarse si sostienes la cabeza en un lugar durante periodos largos.
- Rigidez en las músculos o espasmos.
- Capacidad disminuida para mover la cabeza.
- Dolor de 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, mantén la cabeza centrada sobre la columna vertebral.

Puede ayudar hacer algunos cambios simples en la rutina diaria, como los siguientes:

- Mantener una buena postura: los hombros en línea recta con las caderas y las orejas sobre los hombros.
- Tomar descansos frecuentes: Levantarse, caminar, estirar, el cuello y los hombros.
- Ajustar el escritorio, la silla y la computadora para que el monitor este a la altura de los ojos.
- Evitar sostener el teléfono entre la oreja y el hombro mientras se habla.
- Si se fuma, dejar de hacerlo.
- Evitar llevar bolsas pesadas con tiras en el hombro.
- Dormir en una buena posición: la cabeza y el cuello deben estar alineados con el cuerpo.

3.1.9 Dificultad para respirar.

Muchos trastornos de los pulmones pueden ocasionar dolor de pecho, entre 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.

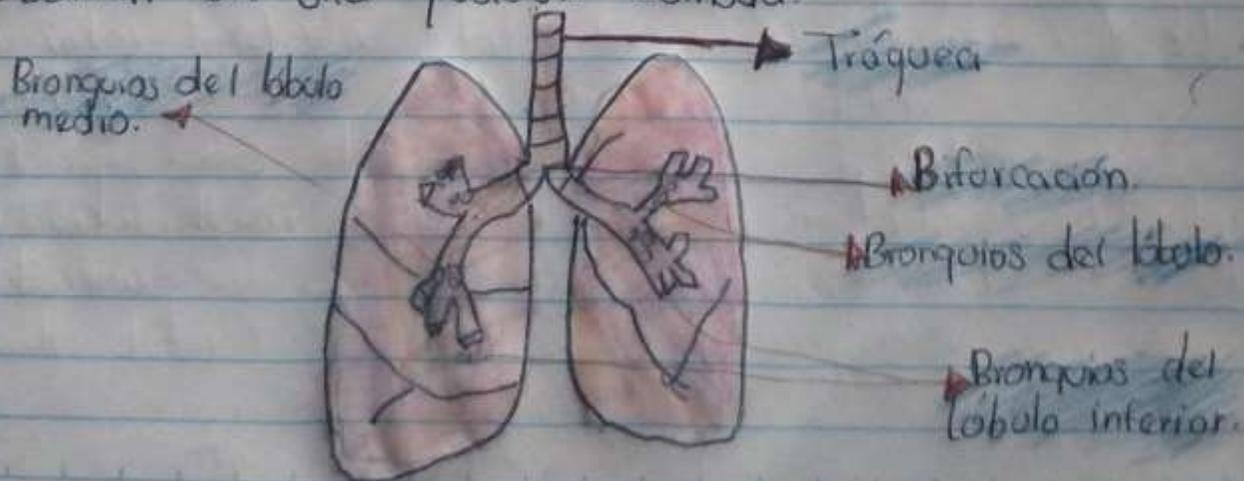
Pleuritis: Si la membrana que recubre los pulmones se inflama, puede provocar dolor de pecho que empeora cuando se inhala o al toser.

Colapso pulmonar: El dolor de pecho relacionado con un colapso pulmonar comienza de repente y puede durar horas y suele asociarse con falta de aire.

Hipertensión pulmonar: Esta afección se produce cuando se tiene presión arterial alta en las arterias que transportan sangre a los pulmones.

Prevenación.

- Mantener una buena postura.
- Tomar descansos frecuentes.
- Ajustar el escritorio, 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 se habla.
- Dejar de fumar.
- Evitar llevar bolsas pesadas con tiras en el hombro.
- Dormir en una posición cómoda.



3.2. ALERGIAS, ASMA.

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

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

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

Conjuntivitis alérgica: Incluye diferentes entidades clínicas, desde la forma leve pero muy molesta debido a la sensibilización IgE a aeroalérgenos; hasta formar de queratoconjuntivitis alérgica.

La rinosinusitis (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).

El asma: Es una enfermedad producida por la inflamación crónica de las vías aéreas, asociados con cambios estructurales variables, que afectan a niños y adultos de todas las edades.

La atopia, la predisposición genética a desarrollar sensibilidad mediada por IgE a los aeroalérgenos comunes, es el factor importante identificable que predispone al desarrollo de asma.

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

Se ha observado un aumento en la prevalencia mundial del eccema atópico; es la enfermedad inflamatoria

Crónica de la piel más común con un espectro clínico variado.

Anafilaxia: la adrenalina en dosis adecuadas, es el fármaco de elección, la variedad y la gravedad depende de la vía por lo que el alérgeno o agente administrador se administra. La anafilaxia incluye etiologías tanto alérgicas como no alérgicas.

La alergia alimentaria: afecta de manera significativa la calidad de vida de los enfermos (principalmente niños), la desensibilización oral representa un enfoque prometedor para reducir la carga de enfermedad.

La urticaria y angioedema: la urticaria es un grupo heterogéneo de sub-tipos de enfermedades caracterizadas por ronchas y/o angioedema (inflamación de la piel y las membranas mucosas).

Existen tres grandes categorías:

- Una aparición espontánea de ronchas, asociados con la urticaria aguda y crónica.
- Habones y angioedemas provocado por estímulos particulares.
- Otros tipos de urticaria tales como la urticaria inducida por el ejercicio.

