

**LICENCIATURA EN ENFERMERIA**

A horizontal orange arrow pointing to the right, indicating a flow or progression from the program name to the faculty member.

**DOCENTE:**

**MARIA DEL CARMEN LOPEZ SILVA**

**ALUMNA:**

**LITZI MENDEZ DOMINGUEZ**

**MATERIA:**

**PRACTICAS PROFESIONALES**

**ACTIVIDAD:**

**RESUMEN**

## UNIDAD III

### 3.1.4 DOLOR ABDOMINAL Y DE ESPALDA

EL DOLOR DE PECHO SE PUEDE PRODUCIR A CAUSA DE TRASTORNOS DEL APARATO DIGESTIVO.

- **ARDOR DE ESTÓMAGO.** SE PRODUCE CUANDO EL ÁCIDO GÁSTRICO PASA DEL ESTÓMAGO AL TUBO QUE CONECTA LA GARGANTA CON EL ESTÓMAGO (ESÓFAGO).
- **TRASTORNOS PARA TRAGAR.** PUEDEN PROVOCAR DIFICULTAD PARA TRAGAR E INCLUSO PUEDEN HACER QUE SEA DOLOROSO.
- **PROBLEMAS EN LA VESÍCULA BILIAR O EN EL PÁNCREAS.** PUEDEN PROVOCAR UN DOLOR ABDOMINAL QUE SE EXTIENDE AL PECHO.



### 3.1.5 DOLOR MUSCULARES Y ÓSEAS

ALGUNOS TIPOS DE DOLOR DE PECHO SE ASOCIAN CON LESIONES Y OTROS PROBLEMAS QUE AFECTAN LAS ESTRUCTURAS QUE CONFORMAN LA PARED TORÁCICA.



LOS DOLORS MUSCULARES SON COMUNES Y PUEDEN COMPROMETER MÁS DE UN MÚSCULO. EL DOLOR MUSCULAR TAMBIÉN PUEDE INVOLUCRAR LIGAMENTOS, TENDONES, Y FASCIA. LAS FASCIAS SON LOS TEJIDOS Blandos QUE CONECTAN LOS MÚSCULOS, HUESOS Y ORGANOS.

### SIGNOS Y SÍNTOMAS:

- RIGIDEZ EN LOS MÚSCULOS O ESPASMOS
- CAPACIDAD DISMINUIDA PARA MOVER LA CABEZA
- DOLOR DE CABEZA
- TENSIONES MUSCULARES
- ARTICULACIONES DESGASTADAS

### PREVENCIÓN

- MANTÉN UNA BUENA POSTURA
- TOMA DESCANOS FRECUENTES
- SI FUMAS, DEJA DE HACERLO
- DUERME EN UNA BUENA POSICIÓN

### 3.1.9 DIFICULTAD PARA RESPIRAR

LA DIFICULTAD PARA RESPIRAR ES TAMBIEN CONOCIDA COMO DISNEA. LA DISNEA ES LA SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE O DIFICULTAD PARA RESPIRAR.



ES TAMBIÉN UNA SENSACIÓN DE RESPIRACIÓN INCOMODA. NORMALMENTE, NUESTROS CUERPOS REGULAN LA ACCIÓN DE RESPIRAR SIN SIQUIERA TENER QUE PENSARLO. EN CERTAS CONDICIONES ES POSIBLE EXPERIMENTAR DISNEA EN REPOSO O CUANDO SE REALIZA UN ESFUERZO.

### 3.2 ALERGIAS, ASMA

EL ASMA ES UNA AFECCIÓN CRÓNICA O PROLONGADA QUE INFLAMA Y ESTRECHA DE MANERA INTERMITENTE LAS VÍAS RESPIRATORIAS EN LOS PULMONES. EL ASMA CAUSA PERÍODOS DE RESPIRACIÓN SIBILANTE, OPRESIÓN EN EL PECHO, DIFICULTAD PARA RESPIRAR Y TOS. CUANDO LOS SÍNTOMAS EMPEORAN, SE LE LLAMA ATAQUE DE ASMA.



EL OBJETIVO DEL MANEJO ES LOGRAR UN CONTROL CON UN PLAN DE ACCIÓN PARA EL ASMA. UN PLAN DE ACCIÓN PARA EL ASMA PUEDE INCLUIR MONITOREARLA, EVITAR LOS FACTORES DESENCADENANTES Y USAR MEDICINAS.