



**Nombre de alumno: Queili Yedani
Escandón López**

**Nombre del profesor: Ruiz Guillen
Mahonrry De Jesus**

**Nombre del trabajo: Mapa conceptual
(Fractura, Esguince, Luxación)**

Materia: Patología del adulto

Grado: 6°

Grupo: "C"

Bibliografía:

<https://www.stanfordchildrens.org>

<https://cuidateplus.marca.com>fract>

<https://medineplus.gov>

<https://www.msmanuals.com>

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de julio de 2020.

Fractura

Es la ruptura total o parcial de un hueso por diversas causas; lo más común es que se deba a un accidente, una caída fuerte o una lesión deportiva.

Tipos

- Fractura completa
- Fractura en tallo verde
- Fractura simple
- Fractura conminuta
- Fractura abierta
- Fractura cerrada:

Síntomas

- Deformación de la zona.
- Hinchazón, hematoma o sangrado en la zona afectada.
- Entumecimiento y hormigueo.
- Movimiento limitado o incapacitado.
- Fiebre: en algún caso que aparece hematoma o sobreinfección.

Tratamiento

El médico que intervenga al paciente realizará una radiografía para identificar la posición del hueso fracturado.

Es importante conocer la causa de la fractura, pues ayuda al médico a identificar los huesos dañados y cómo tratarlos. Una vez identificada, se recolocará el hueso en su posición original.

Prevención

Mantener los huesos fuertes puede evitar una fractura. Para ello es imprescindible realizar ejercicio de manera habitual, especialmente aquellos que impliquen saltar o correr. La dieta también es importante; consumir calcio y vitamina D, ayuda al desarrollo de los huesos y a su fortalecimiento.

También es importante utilizar la equipación adecuada al realizar ejercicio: casco, coderas o rodilleras pueden evitar que un hueso se rompa al caer o frente a un impacto

Fracturas por estrés

Son las que se dan al ejercer presión de forma repetitiva en los huesos. Se pueden distinguir dos tipos:

Fracturas por debilidad: por haber algún tipo de deficiencia ósea que debilite los huesos, como la osteoporosis.

Fracturas por fatiga: a causa de una actividad exagerada y repetitiva. Es frecuente en los deportistas o en aquellas personas que realizan actividades físicas de manera frecuente.

Esguince

Un esguince es un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones.

Síntomas

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas
- Capacidad limitada para mover la articulación afectada
- Escuchar o sentir un "pop" en la articulación en el momento de la lesión.

Causas

Un esguince se produce cuando se extiende demasiado o se desgarra un ligamento mientras se tensa intensamente una articulación.

- Tobillo: caminar o hacer ejercicio en una superficie desnivelada, y caer torpemente de un salto
- Rodilla: girar durante una actividad atlética
- Muñeca: caer sobre una mano extendida
- Pulgar: daño durante la práctica de esquí o sobrecarga al practicar deportes de raqueta, como el tenis

Factores de riesgo

- Condiciones ambientales: Las superficies resbaladizas o desniveladas pueden hacerte más propenso a las lesiones.
- Fatiga. Los músculos cansados tienen menos probabilidades de proporcionar un buen soporte para las articulaciones.
- Equipo inadecuado. El calzado u otro equipo deportivo que no calza bien o que está mal mantenido pueden contribuir al riesgo de sufrir un esguince.

Prevención

Puedes proteger las articulaciones a largo plazo si trabajas para fortalecer y acondicionar los músculos que rodean la articulación que se lesionó. El mejor refuerzo que puedes darte es tu propio "refuerzo muscular". Pregúntale al médico sobre los ejercicios de acondicionamiento y estabilidad adecuados. Además, usa calzado que ofrezca soporte y protección.

Luxación

Una luxación se produce cuando se fuerza demasiado un ligamento, lo que hace que los extremos de dos huesos conectados se separen.

Síntomas

- Dolor en la zona lesionada
- Inflamación en la zona lesionada
- Dificultad para usar o mover la zona lesionada de forma normal
- Malformación de la zona luxada
- Moretones o enrojecimiento de la zona lesionada
- Entumecimiento o debilidad de la zona lesionada

Como se diagnostica

- Radiografía: Es un examen de diagnóstico que utiliza rayos de energía electromagnética invisibles para generar imágenes de tejidos internos, huesos y órganos en una placa radiográfica.
- Imagen por resonancia magnética (IRM): Es un estudio de diagnóstico que utiliza una combinación de imanes grandes, radiofrecuencias y una computadora para producir imágenes detalladas de los órganos y las estructuras del interior del cuerpo.

Reducir la luxación

- Férula o yeso, que inmoviliza la zona luxada para facilitar la alineación y curación.
- Medicamento (para controlar el dolor).
- Tracción es la aplicación de una fuerza para estirar ciertas partes del cuerpo en una dirección específica.
La tracción consiste en colocar poleas, cuerdas, pesas y un marco metálico por encima de la cama o sobre esta.
- Cirugía (especialmente en el caso de luxaciones que se repiten una y otra vez, o si un músculo, tendón o ligamento se desgarran gravemente).

Otras recomendaciones

- Limitación de actividades (mientras se consolida la luxación).
- Muletas o silla de ruedas (para permitir que su hijo se desplace durante el proceso de consolidación).
- Fisioterapia (para estirar y fortalecer los músculos, ligamentos y tendones lesionados).