UDS
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Crea tu mejor historia
EMPRENDAMOS JUNTOS

(MAPA CONCEPTUAL)

(Desgarro)

(Cindy De Los Santos Candelaria)

PRESENTA EL ALUMNO: (YUDIEL MENDEZ VAZQUEZ)

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD: (GRUPO B, 6 CUATRIMESTRE, SEMIESCOLARISADO)

Lugar: FRONTERA COMALAPA CHIAPAS

Fecha: 31 DE JUNIO DEL 2020

Desgarro

Es

La lesión del tejido, que va acompañada de hemorragia provocada por la rotura de los vasos sanguíneos que recorren el músculo o tendón afectado, provocando un dolor de leve a intenso que dificulta o impide contraerlo.

Clasificación

Son

Tipo 1: Leve. Recuperación de 8 a 10 días, Tipo 2: Moderado. Recuperación de 2 a 3 semanas, Tipo 3: Grave. Recuperación de 3 y 4 meses y en cuanto a Desgarro Parcial - Es la rotura de algunas fibras musculares, no todo el músculo ya que se rompen homogéneamente no en forma dispareja, Desgarro Total - Es la rotura de la mayoría de las fibras musculares

Síntomas

Los

Síntomas de la distensión muscular son dolor, hinchazón y dificultad para mover la región afectada, Normalmente ocurre en el pie, la pierna o la espalda, a menudo cerca de una articulación, En los casos más graves se produce un hematoma muy extenso e inflamación más pronunciada, que inmoviliza la región afectada que se experimenta como una parálisis temporal

Tratamiento

Reposo: No se deben hacer actividades que causen dolor, **Frío**: Se puede aplicar hielo en el área lastimada, de 7 a 10 minutos cuatro veces al día, durante varios días después de la lesión, **Medicamentos antiinflamatorios sin esteroides**: Estos ayudan a aliviar el dolor. Para retomar la actividad física normal se debe evaluar la respuesta síntomas), **Calor**: El uso de calor debe restringirse únicamente para cuando se esté regresando a la actividad. Posteriormente se lo puede usar antes de hacer el calentamiento para el ejercicio, **Estiramiento**: Cuando el dolor agudo ha desaparecido, se debería comenzar con un estiramiento ligero, hasta donde el dolor lo permita veces al día

Cuidados de enfermería

Reposo con miembro elevado para favorecer el retorno venoso y reducir el edema, Aplicación de frío intermitente 20 minutos cada 3 o 4 horas. Cuidado de no poner directo a la piel, ya que puede producir quemaduras, Vendaje compresivo para controlar la hemorragia posterior y evitar la tumefacción.