

UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS  
TABASCO

---

Alumno:

Ángel Gabriel Arcos Álvaro

Materia:

Enfermería y practicas alternativas en la salud

Docente:

LIC. Jessica del Carmen Jimenes

Trabajo:

Patologías mas frecuentes y sus tratamientos alternativos



## INTRODUCCIÓN

La OMS define a la enfermedad como la “Alteración o la desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos y cuya evolución es más o menos previsible.

También define a la Salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Existe una gran variedad de enfermedades y patologías que afectan al ser humano, los factores de riesgo nos ayudan a identificar cuan susceptible es una persona.

De acuerdo a esto en las siguientes paginas se demuestran resumidamente algunas patologías más frecuentes que existen, y de acuerdo al propósito de la materia se hace mención de sus tratamientos caseros o mejor dicho parte de las medicinas alternativas.

Es importante no fiarse de algunos tratamientos alternativos ya que mucho no cuentan con los fundamentos científicos de que puedan ser la solución para ciertas enfermedades, por eso es importante respetar los medicamentos que indique el doctor, así como la hora de suministro y cantidad.

Si existen dudas, siempre preguntar para evitar contraindicaciones y malos entendidos que nos cuentan aquellos que se someten a tratamientos no fundamentados.

Los remedios caseros han influido tanto que forman parte de nuestro patrimonio cultural dentro de nuestras comunidades y de responsabilidad usarlo de la manera mas oportuna ya que se corre el riesgo de no funcionar, pero actualmente es respetado y valorado por muchos.

## Unidad 3

### Padecimientos frecuentes

#### Digestivos

##### EMPACHO

Empacho o dispepsia, indigestión producida por una ingesta excesiva de alimentos, además de comer más de lo que el estómago puede portarle; otras causas son: comer demasiado deprisa, comer alimentos muy grasos, comer en movimiento, comer al mismo tiempo que se fuma, ingerir alimentos con exceso de alcohol, caféina o picantes.

Los síntomas son los siguientes: náuseas, vómito, diarrea, dolor de estómago, asco al pensar en la comida, acidez, flatulencia, lengua seca y blanquecina, cansancio, dolor de cabeza, malestar general y sudoración.

Para evitar el empacho es recomendable comer más veces, pero en menos cantidad, beber más agua, masticar despacio, comienza la comida con una sopa o ensalada, evitar frituras, grasas y postres contundentes, tomar una infusión digestiva como manzanilla, té verde, la melisa el anís o el diente de león y para ayudar al proceso de digestión realizar ejercicio moderado.

##### REMEDIO CASERO

- Hacer una dieta absoluta, no comer si la comida aún no se ha digerido, esperar unas horas.
- Beber líquidos como agua de naranja o zumo de limón, beber en sorbitos para probar la tolerancia.
- Si presenta acidez un antiácido sería el remedio.
- La manzanilla o la infusión de anís ayudarían.
- Reposar.
- Cuando te encuentres bien, ir incorporando los alimentos de poco a poco, desde los alimentos más suaves hasta tolerar los alimentos más sólidos hasta incorporar el resto de los alimentos.

##### DIARREA

Expulsión de las heces acuosas o blandas en un lapso de tiempo consecutivo; la diarrea aguda dura en un corto tiempo y es un problema común que por lo general dura unos pocos

días, si esta persiste durante mas días se le considera diarrea crónica la cual es un problema más severo.

Las causas comunes son por alimentos contaminados por bacterias (escherichia coli), virus como la gripe, el norovirus o rotavirus, parásitos, medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio; intolerancia o sensibilidad a ciertos alimentos, enfermedades del estómago, el intestino delgado o el colon, así como la enfermedad de Crohn.

La diarrea puede causar deshidratación. Esta puede ser grave especialmente en adultos, adultos mayores, niños y personas con sistema inmunitarios debilitados; algunos síntomas son los siguientes:

- Signos de deshidratación.
- Diarrea por más de dos días especialmente en niños.
- Dolor intenso en el abdomen o recto (en adultos).
- Fiebre de 102º grados F o más de 38 grados C.
- Heces que contienen sangre o pus.
- Heces negras y alquitranadas.

Para reponer los líquidos perdidos por la diarrea, los adultos deben beber agua, jugos de fruta, bebidas deportivas, bebidas gaseosas sin cafeína y caldos salados, a medida que se mejora se ira adquiriendo alimentos suaves y blandos.

Los niños con diarrea deben de recibir una solución de rehidratación oral para reponer los líquidos y electrolitos perdidos.

## ESTREÑIMIENTO

Se le asigna así cuando una persona tiene 3 o menos evacuaciones en una semana, las heces pueden ser suras y secas y en algunas ocasiones la defecación suele ser dolorosa.

La podemos prevenir de la siguiente manera:

- Come muchas frutas, verduras y granos que son ricos en fibra.
- Beber abundante agua y líquidos.
- Hacer suficiente ejercicio.
- Tomarse el tiempo para evacuar cuando lo necesite.
- Consumir laxante solo si el medico se lo receta.

- Preguntarle al médico si algún medicamento que ingerimos causa estreñimiento.

## **Padecimiento esquelético muscular**

### **LUXACIONES**

Es la pérdida permanente de la relación anatómica de las superficies articulares, generalmente debida a un movimiento con rango mayor al normal con una dirección fuera de lo anatómico funcional. Puede ser luxación parcial o completa; según el tiempo puede ser aguda, como la que sigue al trauma, reciente cuando tienen días de evolución y pasando las 6 semanas se denominan inveteradas.

Las ocasionadas por un trauma directo o indirecto; pueden ser cerradas o abiertas cuando se pone en contacto con el medio ambiente con las superficies articulares. Son complicadas cuando además de la pérdida de la relación articular existe lesión habitualmente vascular y nerviosa. Cuando existe una fractura se le llama fractura-Luxación.

Patológica a aquella que se presenta sin trauma o con trauma mínimo en una articulación con patología previa, como puede ser infecciosa, tumoral o neuromuscular.

Congénita aquella que se presenta por un defecto anatómico existente desde el nacimiento, un ejemplo frecuente es la articulación coxofemoral.

Recidivante o iterativa es la que se presenta con mínimos traumas en forma repetitiva después de haber sufrido una luxación aguda en condiciones patológicas no traumáticas; cuando la reproduce el paciente por propio deseo recibe el nombre de voluntaria.

### **FRACTURA**

Se define como la interrupción de la continuidad ósea o cartilaginosa.

#### **Clasificaciones**

- A) Fracturas habituales: Único traumatismo cuya violencia es capaz de desencadenar una fractura en un hueso de cualquier calidad. Son las más frecuentes, su gravedad y pronóstico son directamente proporcionales.
- B) Fractura por insuficiencia o patológicas: Fracturas donde el factor fundamental es la debilidad ósea, puede deberse a procesos generales que cursen con osteopenia u osteoesclerosis, bien sean enfermedades óseas fragilizantes constitucionales o metabólicas. También pueden deberse a procesos locales como son los tumores

primarios o metastásicos, o procedimientos iatrogénicos que debiliten un área circunscrita del hueso.

C) Fractura por fatiga o estrés: resultado de sollicitaciones mecánicas repetidas.

La fractura suele presentarse en distintas localizaciones del hueso; (Epifisarias, Metafisarias y Diafisarias); según su relación con el medio ambiente (cerradas o abiertas o expuestas).

## ESGUINCE

Torcedura articular traumática que origina una distensión o una rotura completa de los tejidos conectivos estabilizadores. Los esguinces afectan fundamentalmente al tejido ligamentoso y capsular; sin embargo, los tendones también pueden verse afectados de forma secundaria.

Clasificación:

- Esguince de 1er grado: Caracterizado por dolor moderado, escasa inflamación, y motilidad normal.
- Esguince de 2do grado: Existe dolor, pérdida moderada de la función, inflamación, y a veces inestabilidad ligera.
- Esguince de 3er grado: Muy doloroso, gran inflamación, pérdida importante de la función e inestabilidad manifiesta.

## RESPIRATORIOS

### BRONQUITIS

Inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones, aquellos que la padecen suelen toser mucosidad espesa y tal vez decolorada.

Clasificación

- Aguda: Generalmente ocasionada por los virus que se transmiten por gotas de saliva cuando la gente estornuda o tose.
- Crónica: Se presenta cuando la mucosa que recubre los bronquios se encuentra constantemente irritada e inflamada, lo que provoca la presencia de voz prolongada con mucosidad, fatiga, falta de aliento e infecciones respiratorias repetidas.

## Síntomas

- Tos
- Producción de mucosidad
- Fatiga
- Dificultad para respirar
- Fiebre ligera y escalofríos
- Molestias en el pecho

## NEUMONIA

Es una infección en uno o ambos pulmones. Causando que los alveolos pulmonares se llenen de líquido o pus, pueden variar de moderada a grave, según el tipo de germen que causa la infección, su edad y su estado general.

Las infecciones bacterianas virales y fúngicas pueden causarla. Esta neumonía puede ser causada por las siguientes:

- *Streptococcus pneumoniae*
- *Legionella pneumophila*
- *Mycoplasma pneumoniae*
- *Haemophilus influenzae*

La neumonía fúngica es más común en personas con problemas de salud crónicos o sistemas inmunitarios debilitados, de estos tipos de incluyen: Neumonía por *Pneumocystis*, *Coccidioidomycosis* (causa fiebre del valle), *Histoplasmosis* y *Cryptococcus*.

## Factores de riesgo

- Su edad: El riesgo es mayor para los niños menores de 2 años y los adultos mayores de 65 años.
- Exposición a ciertos químicos, contaminantes o humos tóxicos.
- Estilo de vida: Como fumar, consumo excesivo de alcohol y desnutrición.
- Estar en un hospital, especialmente si está en la UCI. Estar sedado y / o conectado a un ventilador aumenta aún más el riesgo.
- Tener una enfermedad pulmonar.
- Tener un sistema inmunitario debilitado.
- Tener problemas para toser o tragar, por un derrame cerebral u otra afección.



- Haberse enfermado recientemente con un resfriado o gripe.

#### Complicaciones

- Bacteriemia: Ocurre cuando las bacterias entran al torrente sanguíneo. Es grave y puede provocar un shock séptico.
- Abscesos pulmonares: Acumulaciones de pus en las cavidades de los pulmones.
- Trastornos pleurales: Afecciones que afectan la pleura, el tejido que cubre el exterior de los pulmones y recubre el interior de la cavidad torácica.
- Insuficiencia renal.
- Insuficiencia respiratoria

#### TOS FERINA

Enfermedad bacteriana que afecta la vía respiratoria alta, es altamente contagioso que ocasiona una tos violenta e incontrolable que dificulta la respiración. La causante es la bacteria Bordetella pertussis, afectando a distintas personas, pero causando discapacidad en los bebés e incluso la muerte.

#### ESPANTOS

Fenómeno complejo que se relaciona con los conceptos de pérdida se refieren a diferentes tipologías t grados de agresividad del espanto.

#### MAL DE OJO

El mal de ojo afecta principalmente a los bebés, en general a los niños, raramente a los adultos. Es desencadenado por la "mirada fuerte" de personas que atraviesan peculiares estados corporales y/o anímicos como las embarazadas, borrachos, vagabundos e individuos envidiosos o iracundos, entre otros. Los signos y síntomas que presenta el enfermo son principalmente llanto e intranquilidad, diarrea y vómito. También se reportan: fiebre, inflamación de los ojos, falta de apetito, pérdida de peso y dolor de cabeza

#### Terapia

Detalles que sugieren la extracción de principios activos en la elaboración de los preparados herbolarios y la promoción de condiciones favorables para la absorción de estos a través de la piel y las mucosas mediante los procedimientos terapéuticos tradicionales.

- Baños: Albahaca, epazote, pericón, romero, ruda.

- Frotaciones, Tallado, masajes y friega: Albahaca, epazote, pirul, romero.
- Limpia: albahaca, epazote, pericón, pirul, romero y ruda.

## EMPACHO

El empacho es el malestar que se siente cuando las digestiones son lentas o pesadas. El empacho usualmente aparece después de haber comido demasiados alimentos grasos, sobre todo frituras, carnes, quesos curados y postres de chocolate o nata.

El empacho puede provocar náuseas, por haber sobrecargado demasiado el hígado, y cansancio, debido a que el cuerpo está invirtiendo toda su capacidad en digerir los alimentos.

### Tratamiento

- Prepárate una infusión digestiva de anís con manzanilla para después de las comidas principales.
- Toma jengibre en cápsulas para el empacho.
- Para el empacho toma 3 tazas de infusión de yerba de lucera.
- Toma 20 gotas de extracto de alcachofa en 1 vaso de agua 3 veces al día, te ayudará a depurar las toxinas y a sentirte más ligero.

## CAIDA DE MOLLERA

La caída de mollera es un padecimiento que, por su frecuencia, constituye una de las causas de demanda de atención más importantes de la población infantil totonaca. El término popular para referirse a esta afección es tomolostli. En ciertas localidades, además de la expresión "caída de mollera", la enfermedad se conoce como "sumida de mollera", "mollera caída", o "mollera de agua". La parteracurandera-limpiadora y la curandera-hierbera son las especialistas de la medicina tradicional totonaca a quienes la población acude para recibir tratamiento.

Inmediatamente después del accidente, el enfermo presenta los primeros síntomas: vómitos y diarrea de olor desagradable, la cual en un comienzo tiene una apariencia blancuzca, pero que luego se torna de color verde (diarrea verde); el niño está molesto y llora mucho, y su mollera se le "sume", esto es, se le deprime.

### Terapia mal fundamentada

- las terapias comunes destinadas a corregir la fontanela sumida, consiste en "sacudir al niño", maniobra que se ejecuta de la manera siguiente: se toma al pequeño por los pies y

se le dan algunas sacudidas "de un lado a otro"; después se le golpean las plantas de los pies en forma de cruz.

## **TRASTORNOS DE LA PIEL**

### **DERMATOFAGIA**

Es un trastorno psicológico que implica el echo de morderse la piel. Donde lo que normalmente lo que se muerde es la piel que envuelve las uñas, aunque también hay casos en la que las personas se muerden los labios y el interior de la boca.

Estas pequeñas mordeduras acaban causando el enrojecimiento de la piel, que puede sangrar y causar heridas. La dermatofagia se asocia en personas con un temperamento nervioso y ansioso, también se relaciona en un estado de tensión y estrés.

#### **Síntomas**

- Impulsividad
- Ansiedad
- Obsesiones y compulsiones

## **SISTEMA NERVIOSO**

### **EPILEPSIA**

Es un trastorno producido por una hiperactivación de determinados grupos neuronales lo cuales por algún motivo se encuentran hipersensibilizados, y ante una mínima activación reacciona anómalamente produciendo diversos síntomas como las típicas convulsiones.

Causan perdida de la conciencia, descoordinación y descontrol de los músculos, viseras, enlentecimiento y debilidad.

### **ESCLEROSIS MULTIPLE**

Los trastornos desmielinizantes son un conjunto de trastornos en la que los axones de las neuronas van perdiendo de manera progresiva la sustancia llamada mielina, de gran importancia a la hora de trasladar los impulsos bioeléctricos a través del sistema nervioso.

Esto causa que el organismo pierda poco a poco la facultada para enviar mensajes de manera eficiente al organismo, produciendo síntomas como tención muscular, debilidad, dolor y alteraciones perceptivas.

## TUMORES

Existen varios tumores que pueden afectar al sistema nervioso, tanto si se originan en el como si este se ve afectado por la metástasis de un cáncer en otra parte del organismo. Dentro de los tumores podemos encontrar astrocitomas, glioblastomas, gliomas, meningiomas o meduloblastomas. los daños son causados tanto por la proliferación celular como por la ruptura de conexiones simpáticas o la compresión de las neuronas contra otras estructuras.

## DEMENCIAS

Este tipo de enfermedades del sistema nervioso especialmente localizables en el cerebro, se caracteriza por una degradación y pérdida de las neuronas y su funcionamiento habitual que provoca la pérdida de diferentes habilidades cognitivas y motoras.

Alzheimer, parkinson o corea de Huntington, enfermedades que pueden llevar el deterioro progresivo de las fibras nerviosas.

## CONCLUSIÓN

Como fin, cabe señalar que algunos tratamientos alternativos si cumplen con los requisitos necesarios para su uso medicinal.

Es indispensable informarse de fuentes confiables y acatar las consecuencias de un mal uso de esta medicina; actualmente existen médicos que se especializan en al área de la herbolaria y de una manera natural recetan ciertos tratamientos para su uso.

Se niega el uso de tratamientos farmacéuticos y naturales al mismo tiempo ya que se corre el riesgo de que estas tengan un choque y no exista un efecto como tal para su curación. Siempre debemos de instruirnos e informarnos para evitar altercados que inclusive nos cuesten la vida.