



**Nombre del alumno: Fabiola
Verenice Gómez Alvarez**

**Nombre del profesor: Felipe Antonio
Morales López**

**Nombre del trabajo: mapa
conceptual**

PASIÓN POR EDUCAR

**Materia: enfermería y practicas
alternativas**

Grado: 8°

Grupo: "B"

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular

Empacho

Dispepsia es una indigestión, producida por una ingesta excesiva de comida

Otras causas por las que puedes sufrir una indigestión

Son

- Comer demasiado deprisa
- Comer alimentos muy grasos

- Comer en movimiento
- Comer al mismo tiempo que se fuma

- Ingerir alimentos con exceso de alcohol, o de estimulantes tipo cafeína o picantes
- Comer con ansiedad o estrés

Síntomas de empacho o indigestión

Son

Nauseas, Vómito, Diarrea, Dolor de estomago

Asco al pensar en comida, acidez, flatulencias

Lengua seca y blanquecina, Cansancio

Dolor de cabeza, Malestar general, Sudoración

Cómo prevenir un empacho

Deberá

Come más veces, pero menos cantidad

Bebe más agua, Mastica despacio

Comienza la comida con una sopa o una ensalada

Evita las frituras, las salsas muy grasas y los postres contundentes

Toma una infusión digestiva, como la manzanilla, o el té verde, la melisa, el anís o el diente de león

Remedios caseros para el empacho

Realizara

Dieta absoluta, debes beber líquidos

Si tienes acidez, algún antiácido te puede ayudar a sentirte mejor

La

Manzanilla o la infusión de anís

Evitar hacer ejercicio

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular

Diarrea

Se le llama diarrea a las heces acuosas y blandas

La

Diarrea que dura más de algunos días

Puede ser un signo de un problema más serio

La diarrea crónica, que dura al menos cuatro semanas, puede ser un síntoma de una enfermedad crónica

Las causas más comunes de diarrea

Incluye

Contaminación por bacterias en alimentos

Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus

Parásitos

Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer

Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos

Enfermedades del estómago, el intestino delgado o el colon

Síntomas

Son

Calambres o dolor en el abdomen

Necesidad urgente de ir al baño

Pérdida del control intestinal

Cuando acudir al medico

Si hay

Signos de deshidratación

Dolor intenso en el abdomen o recto

Fiebre de 102 grados F o más

Heces que contienen sangre

Heces negras y alquitranada

Tratamiento de la diarrea

Busca

Reponer los fluidos y electrolitos perdidos para prevenir la deshidratación

Deben

Beber agua, jugos de frutas, bebidas deportivas

Bebidas gaseosas sin cafeína y caldos salados

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular

Estreñimiento

Persona que tiene tres o menos evacuaciones en una semana

Las

Heces pueden ser duras y secas

Algunas veces la evacuación es dolorosa

Prevención

Incluye

Comer más frutas, verduras y granos, que son ricos en fibra

Beber abundante agua y otros líquidos

Hacer suficiente ejercicio

Tomarse el tiempo para evacuar cuando lo necesite

Consumir laxantes solamente si el médico se los receta

Luxaciones

Se

Define como 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 anátomo-funcional

Clasificación

En

Parciales y completas

Padecimientos esquelético y muscular

Fractura

Puede

Definirse como la interrupción de la continuidad ósea o cartilaginosa

Clasificación

F. habituales
F. por insuficiencia o patológicas
F. por fatiga o estrés

Según la localización

Epifisiarias
Metafisiarias
Diafisiarias

Según su relación con el medio ambiente

Cerradas, abiertas o expuestas

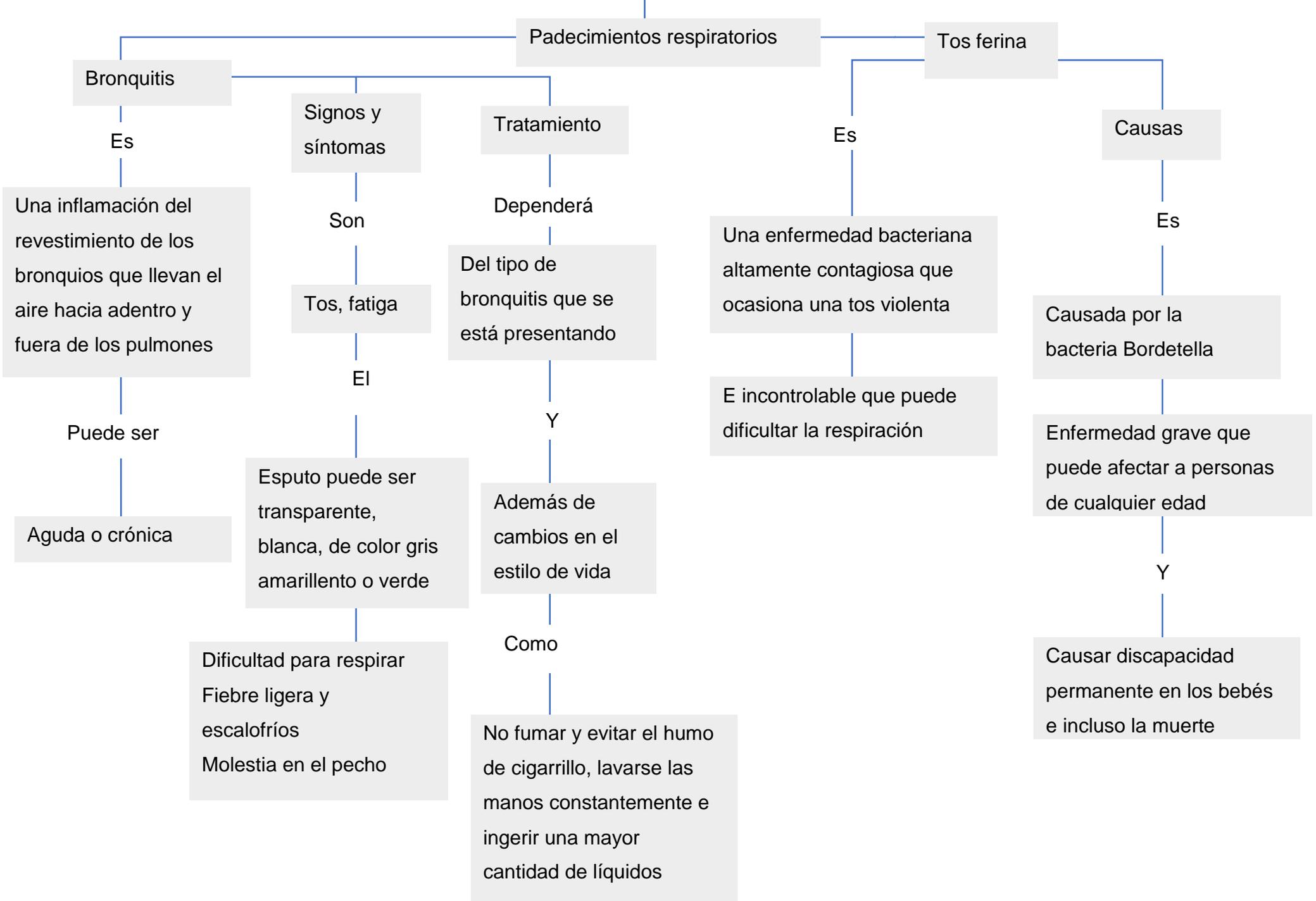
Esguince

Es

Una torcedura articular traumática que origina una distensión

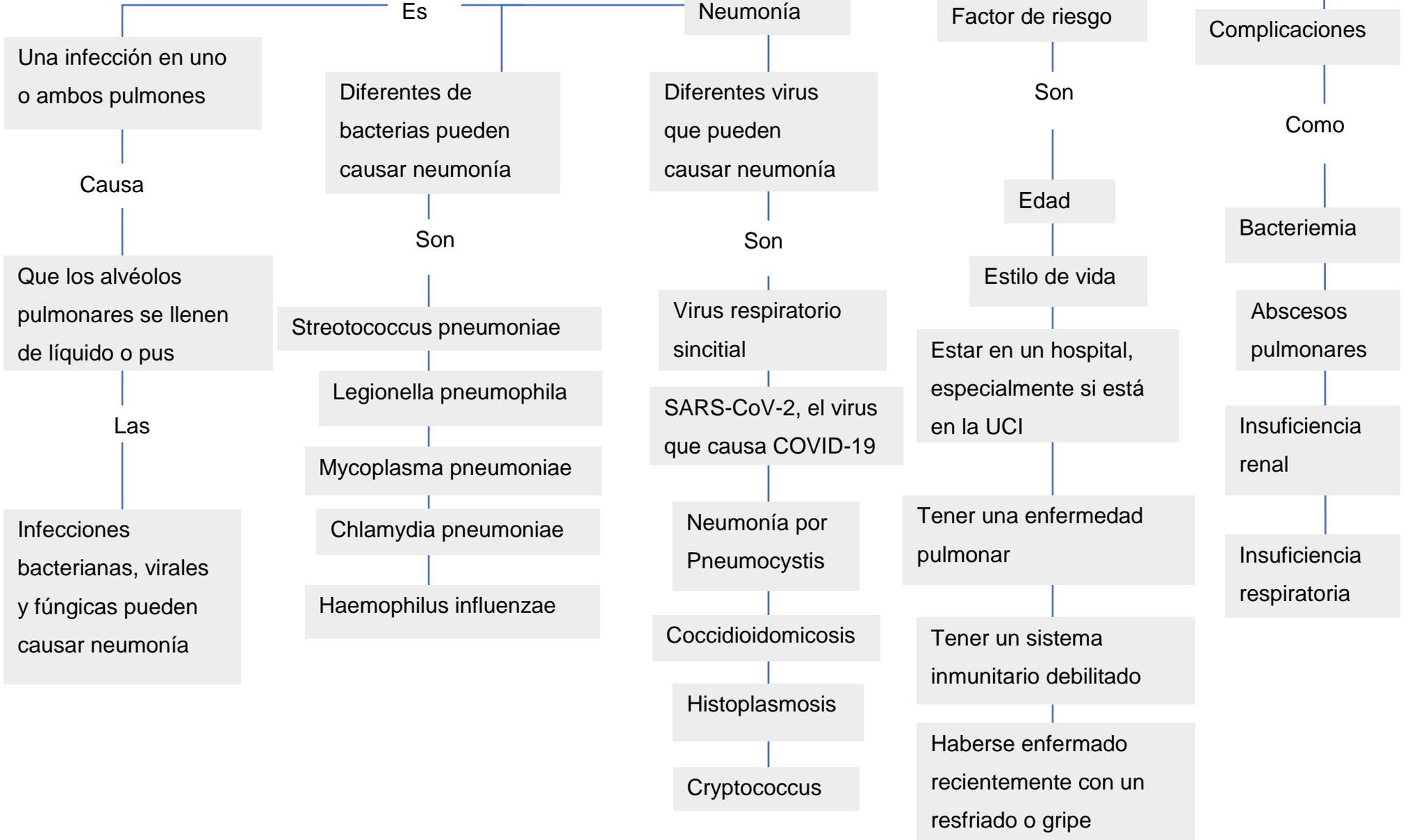
O una rotura completa de los tejidos conectivos estabilizadores

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular

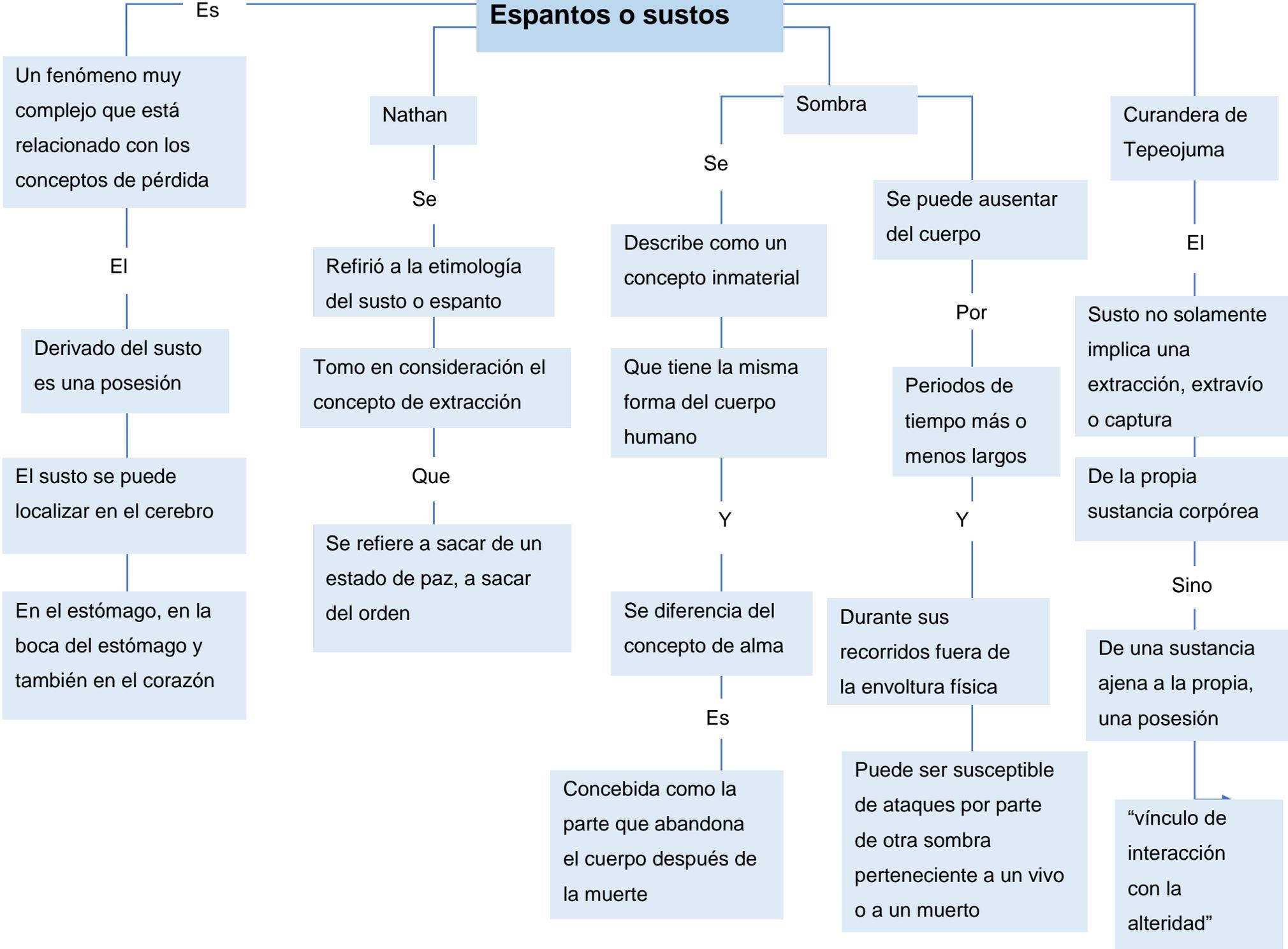


Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular

Padecimientos respiratorios



Espantos o sustos



Trastornos de la piel

Dermatofagia

Trastorno psicológico que implica el hecho de morderse la piel

Estas

Pequeñas lesiones que originan las mordeduras

Acaban causando el enrojecimiento de la piel, que puede sangrar, y la aparición de heridas

Suele

Asociarse con personas con un temperamento más bien nervioso y/o ansioso

Síntomas

Control de impulsos: impulsividad

La

Dermatofagia se relaciona con la impulsividad

Implica

Perder el control, y puede hacer que cometamos errores

Ansiedad

Es

Muy característica en las personas con dermatofagia

Puede

Ocurrir que aparezcan episodios de ansiedad aislados

O conductas de morderse dentro de un trastorno de ansiedad más global

Obsesiones y compulsiones

Se

Ha relacionado con los Trastornos Obsesivo-Compulsivos (TOC)

Y

Relacionados (grupo de trastornos de nueva creación en el DSM-5)

Bibliografía

UDS ANTOLOGIA ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD. (Enero-Abril de 2021). Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f829e59a6ba3c2d320fd074dddc52707-LC-LEN802.pdf>