



Nombre: Julissa Guadalupe Díaz Sánchez

Docente: Felipe Antonio Morales Hernández

Materia: Enfermería y practicas alternativas de salud

Fecha de entrega 11 de Marzo del 2021

Padecimientos

Digestivo

Empacho

Es una

Indigestión, producida

Por una

Ingesta excesiva de comida

Otras causas

Síntomas

Prevención

Remedios caseros para el empacho.

Son

Son

Son

Son

- Comer demasiado deprisa.
- Comer alimentos muy grasos.
- Comer en movimiento.
- Comer al mismo tiempo que se fuma.
- Comer con ansiedad o estrés.

- Náuseas.
- Vómitos.
- Diarrea.
- Dolor de estómago.
- Asco al pensar en la comida.
- Acidez.
- Flatulencias.
- Lengua seca y blanquecina.
- Cansancio.
- Dolor de cabeza.
- Malestar general.
- Sudoración

- 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.
- No te acuestes nada más comer.
- Toma una infusión digestiva, como la manzanilla, o el té verde, la melisa, el anís o el diente de león.
- Intenta quedarte —ligeramente insatisfecho .
- Realiza ejercicio regular

- Haz una dieta absoluta.
- Sólo debes beber líquidos.
- Si tienes acidez, algún antiácido te puede ayudar a sentirte mejor.
- La manzanilla o la infusión de anís, pueden ayudarte a asentar el estómago o bien a vomitar
- Reposa.
- Cuando te encuentres bien y empieces con la ingesta sólida

Diarrea

Son las

Heces acuosas y blandas

Causas

Síntomas

Son

Son

- Contaminación por bacterias en alimentos o agua
- Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus.
- Parásitos
- Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio
- Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos
- Enfermedades del estómago, el intestino delgado o el colon, como la enfermedad de Crohn
- Problemas del funcionamiento del colon, como el síndrome del intestino irritable

- Calambres o dolor en el abdomen
- Necesidad urgente de ir al baño
- Pérdida del control intestinal
- Si un virus o bacteria es la causa de la diarrea, es posible que también tenga fiebre, escalofríos y sangre en las heces

Estreñimiento

Significa que una

Persona tiene tres o menos evacuaciones en una semana

Las

Heces pueden ser duras y secas

Algunas veces la

Evacuación es dolorosa

Prevención

- 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
- Preguntarle al médico si las medicinas que toma pueden causar el estreñimiento

Padecimientos esquelético y muscular

Las 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

Se clasifican en

Parciales (subluxación) y completas

Diagnóstico

Debe hacerse después de un

Estudio clínico y de gabinete completos

Síntomas

Son el

Antecedente o no de trauma

Son

- Dolor generalmente
- Intenso localizado a la articulación afectada, pérdida de la morfología y del eje anatómico e Incapacidad funcional.

Fractura

Es la

Interrupción de la continuidad ósea o cartilaginosa

Según la localización

1. Epifisiarias
2. Metafisiarias
3. Diafisiarias

Clasificaciones

- Fracturas habituales
- Fracturas por insuficiencia ó patológicas
- Fracturas por fatiga ó estrés

Según su relación con el medio ambiente

1. Cerradas cuando no comunican con el exterior
2. Abiertas o expuestas, cuando una fractura se comunica con el medio exterior

Esguince

Es una

Torcedura articular traumática

Que origina una

Distensión o una rotura completa de los tejidos conectivos estabilizadores.

Clasificación

- Esguince de primer grado, caracterizado por dolor moderado, escasa inflamación, y motilidad normal.
- Esguince de segundo grado, en el que hay dolor, pérdida moderada de función, inflamación, y a veces inestabilidad ligera.
- Esguince de tercer grado, muy doloroso, gran inflamación, pérdida importante de función, e inestabilidad manifiesta

Padecimientos respiratorios

La Bronquitis

Es una

Inflamación del revestimiento de los bronquios

Que llevan el

Aire hacia adentro y fuera de los pulmones

La bronquitis puede ser

- Aguda
- Crónica

Síntomas

- Tos
- Producción de mucosidad (esputo), que puede ser transparente, blanca, de color gris amarillento o verde rara vez, puede presentar manchas de sangre
- Fatiga
- Dificultad para respirar
- Fiebre ligera y escalofríos
- Molestia en el pecho

Neumonía

Es una

Infección en uno o ambos pulmones.

Causa que los

Alvéolos pulmonares se llenen de líquido o pus

Bacterias que pueden causar neumonía

- Streotococcus pneumoniae
- Legionella pneumophila: Esta neumonía a menudo se llama enfermedad del legionario
- Mycoplasma pneumoniae
- Chlamydia pneumoniae
- Haemophilus influenzae

Tos ferina

Es una

Enfermedad bacteriana altamente contagiosa

Que ocasiona una

Tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración

Causas

Bacteria Bordetella pertussis.

Es una

Enfermedad grave que puede afectar a personas de cualquier edad y causar discapacidad permanente en los bebés e incluso la muerte



