



**José Luis Hernández Álvarez**

**Yessenia Guadalupe Ovando Alegría**

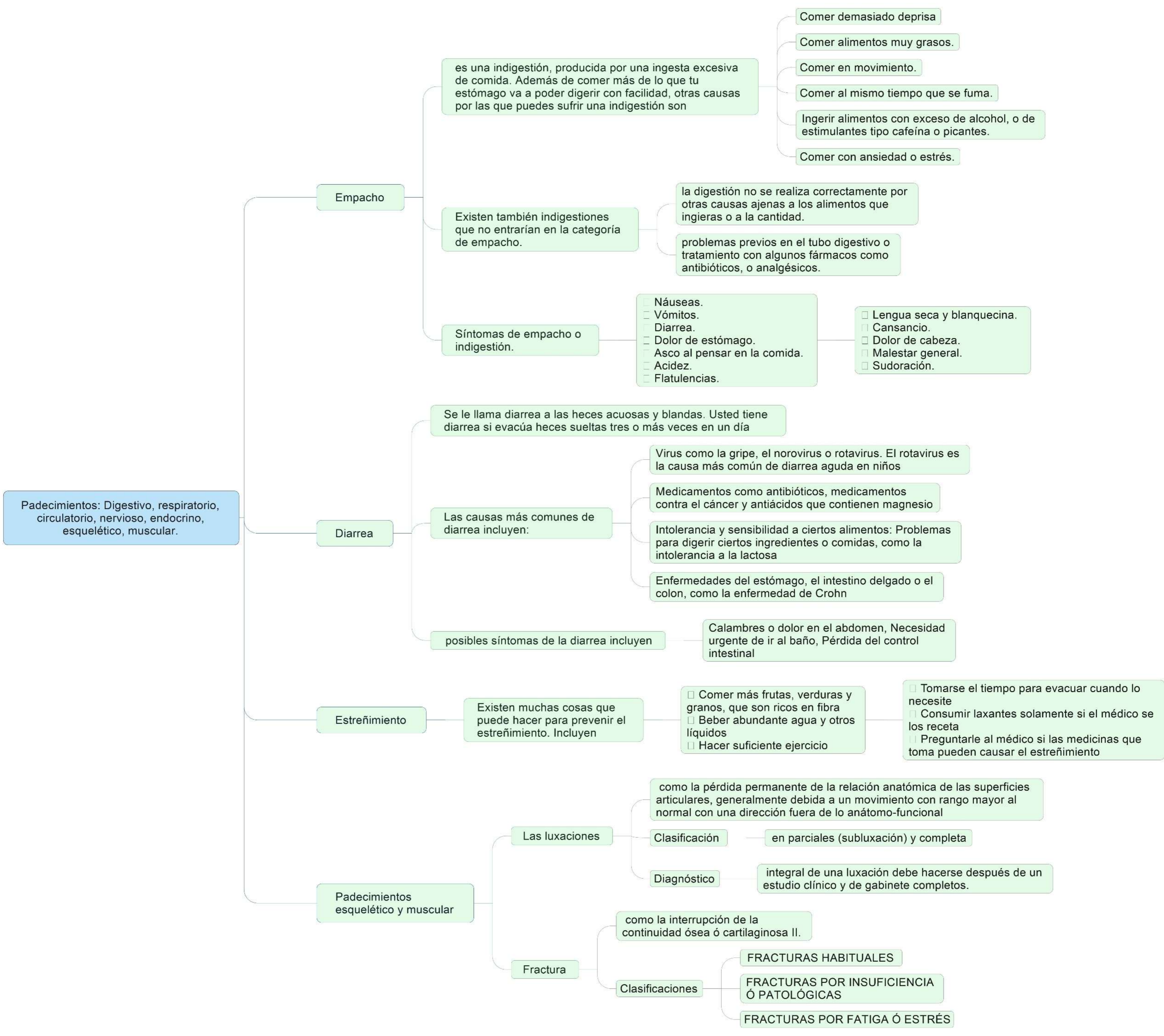
**Cuadro sináptico**

**Enfermería y practicas alternativas de salud**

**Bibliografía: Antología pdf.**

**Grado: 8° Cuatrimestre**

**Grupo: “B”**



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

### Empacho

es una indigestión, producida por una ingesta excesiva de comida. Además de comer más de lo que tu estómago va a poder digerir con facilidad, 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.

Existen también indigestiones que no entrarían en la categoría de empacho.

- la digestión no se realiza correctamente por otras causas ajenas a los alimentos que ingerias o a la cantidad.
- problemas previos en el tubo digestivo o tratamiento con algunos fármacos como antibióticos, o analgésicos.

Síntomas de empacho o indigestión.

- 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.

### Diarrea

Se le llama diarrea a las heces acuosas y blandas. Usted tiene diarrea si evacúa heces sueltas tres o más veces en un día

Las causas más comunes de diarrea incluyen:

- Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus. El rotavirus es la causa más común de diarrea aguda en niños
- Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio
- Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos: Problemas para digerir ciertos ingredientes o comidas, como la intolerancia a la lactosa
- Enfermedades del estómago, el intestino delgado o el colon, como la enfermedad de Crohn

posibles síntomas de la diarrea incluyen

Calambres o dolor en el abdomen, Necesidad urgente de ir al baño, Pérdida del control intestinal

### Estreñimiento

Existen muchas cosas que puede hacer para prevenir el estreñimiento. Incluyen

- 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

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 (subluxación) y completa

Diagnóstico

integral de una luxación debe hacerse después de un estudio clínico y de gabinete completos.

#### Fractura

como la interrupción de la continuidad ósea ó cartilaginosa II.

Clasificaciones

- FRACTURAS HABITUALES
- FRACTURAS POR INSUFICIENCIA Ó PATOLÓGICAS
- FRACTURAS POR FATIGA Ó ESTRÉS