

**Nombre de alumnos: RABELO
ESPINOSA MARISOL**

**Nombre del profesor: OVANDO
ALEGRIA YESENIA GPE.**

**Nombre del trabajo: C.S. "TERCERA
UNIDAD"**

**Materia: ENFERMERIA Y PRACTICAS
ALTERNATIVAS DE SALUD**

Grado: 8°

Grupo: "C"

PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES

PADECIMIENTOS DIGESTIVOS

EMPACHO

- Indigestión provocada por ingesta excesiva de alimentos
- CAUSAS: alimentos grasos, ingesta rápida, ansiedad, estrés, comer en movimiento
- PREVENCIÓN: ingesta de líquidos, masticar más lento, evitar comidas con exceso de grasa o frituras, realizar actividad física.

- SIGNOS Y SINTOMAS: Náuseas, vómito, diarrea, dolor de estómago, ascos, acidez, flatulencias, cansancio, cefalea, malestar general y diaforesis
- REMEDIOS CASEROS: dieta absoluta, solo bebe líquidos, tomar antiácidos en caso de acidez, reposo para mejoramiento.

ESTREÑIMIENTO

- Ausencia de evacuaciones menor a 3 veces por semana
- Heces de consistencia duras y secas
- Dolor al evacuar

- PREVENCIÓN: Beber abundantes líquidos, realizar actividad física, alimentos ricos en fibras, consumir frutas y verduras

DIARREA

- Heces acuosas y blandas, con evacuaciones frecuentes
- Causada por bacterias en alimentos o agua consumidos, parásitos, intolerancia a algunos alimentos, problemas de funcionamiento de color o algunos medicamentos

- SIGNOS Y SINTOMAS: Dolor estomacal, necesidad urgente de ir al baño, fiebre, escalofríos, sangre en las heces.

- DX: examen físico, proccultivo, BH.
- TX: beber abundante agua, caldos salados, jugos naturales, dieta blanda, electrolitos

PADECIMIENTOS ESQUELÉTICOS Y MUSCULAR

LUXACIONES

- Pérdida permanente de la relación anatómica de las articulaciones.
- Se clasifican en parciales y completas

SEGÚN MECANISMO Y EVOLUCIÓN:

- Traumáticas
- Cerradas
- Abiertas
- Complicadas
- Fractura-luxación
- Congénita
- Iterativa
- Voluntaria

SIGNOS Y SINTOMAS:

- Antecedentes o no del trauma, dolor intenso en articulación, pérdida de la morfología y eje anatómico, incapacidad funcional.
- DX: Estudios clínicos y de gabinete, rayos x.
- TX: Reducción o integración de la articulación, rehabilitación, inmovilización

FRACTURAS

- Interrupción de la continuidad ósea
- CLASIFICACIÓN:

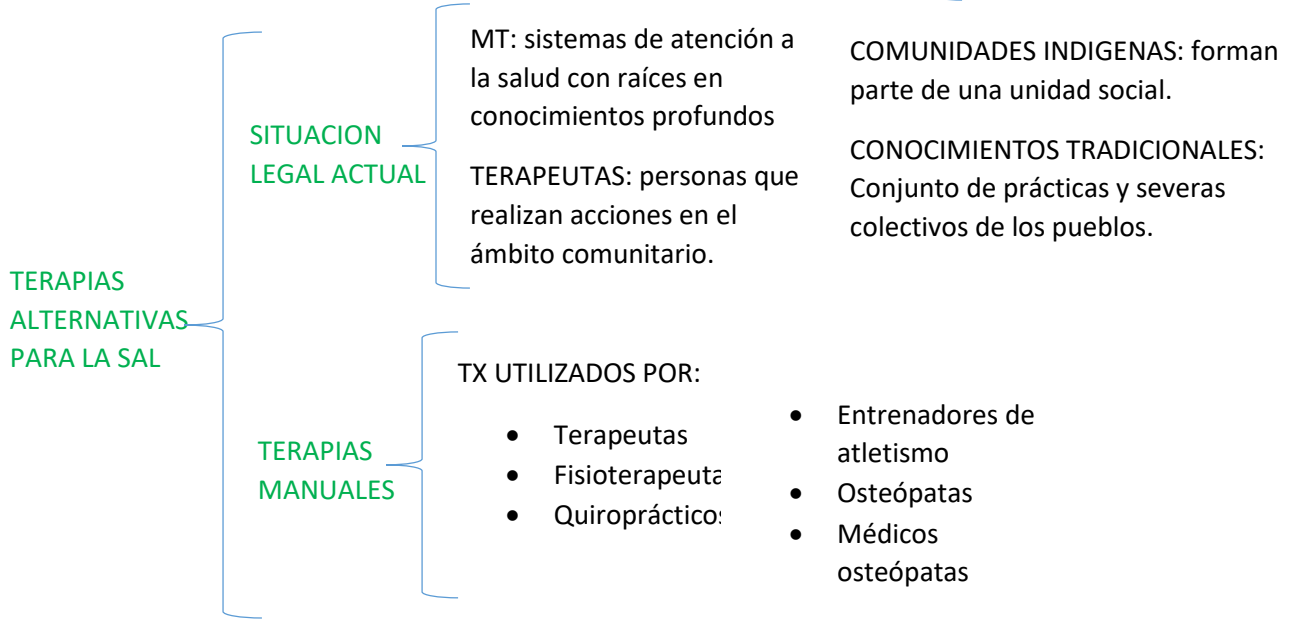
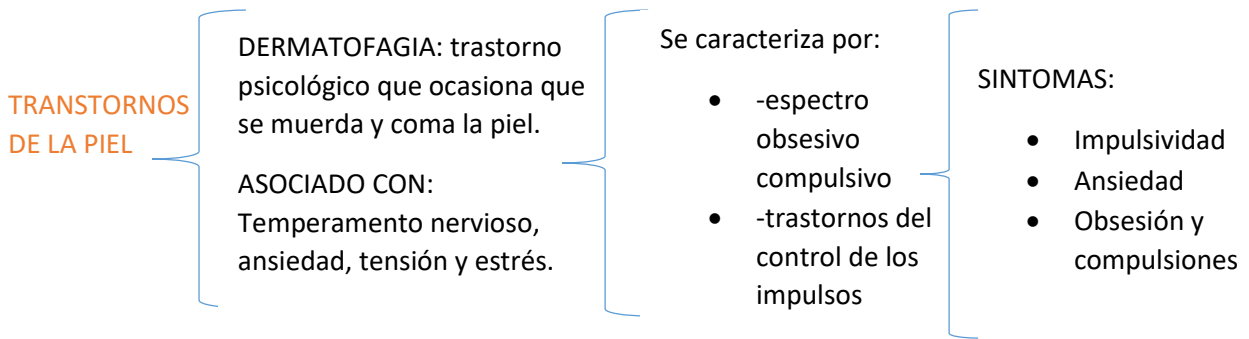
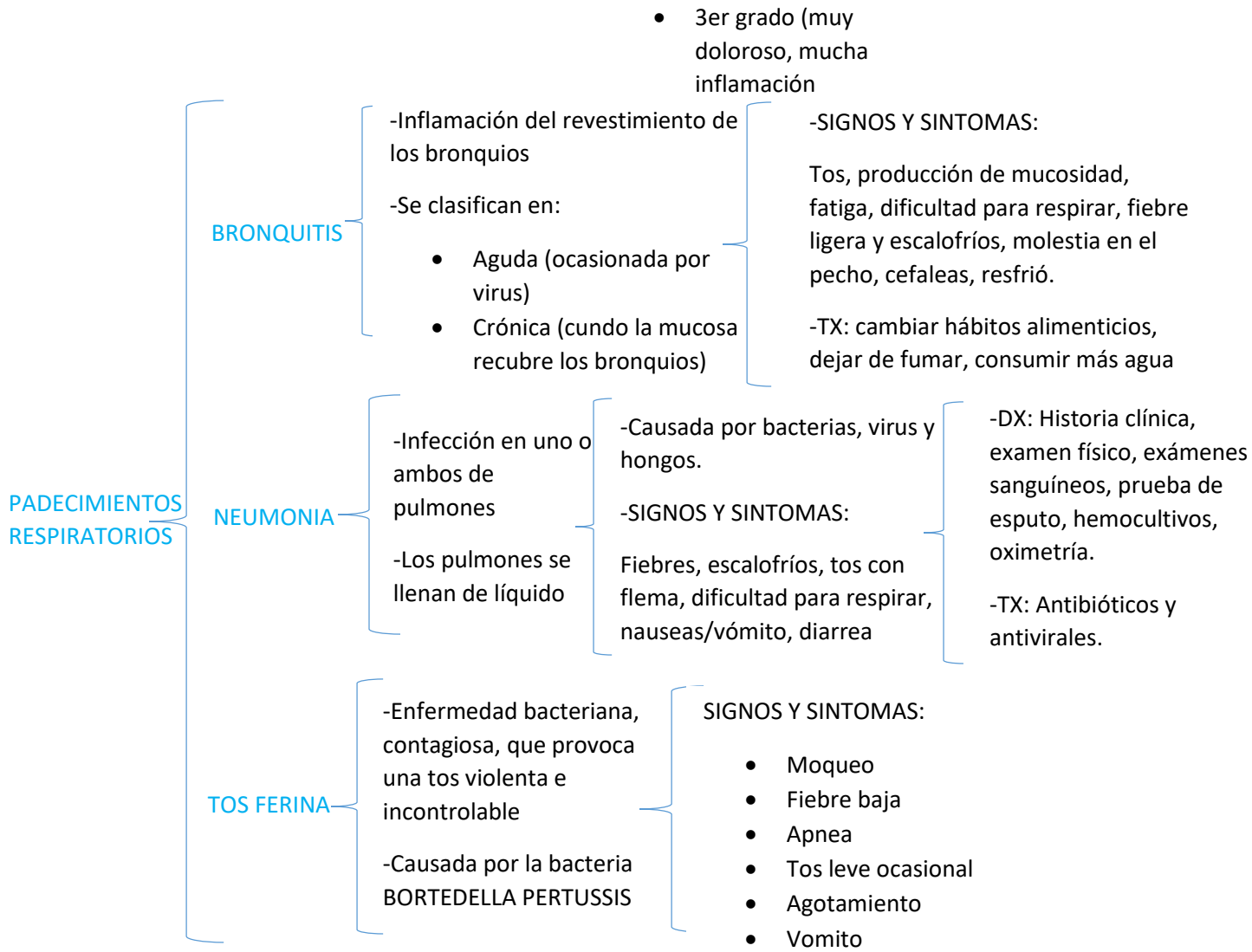
- F. HABITUALES
- F. POR INSUFICIENCIA O PATOLÓGICAS: por debilidad ósea.
- F. POR FATIGA O ESTRÉS
- F. SEGÚN LOCALIZACIÓN: Epifisiarias, metafisiarias, diafisiarias.

ESGUINCE

- Torcedura articular traumática que causa una distensión o ruptura completa de tejidos.

CLASIFICACIÓN:

- 1er. Grado (dolor moderado, poca inflamación).
- 2do. Grado (dolor, pérdida moderada de la función, inestabilidad ligera).



BIBLIOGRAFIA:

<http://www.plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/5282dfd49241b4723b8157d520cf0c5e.pdf>

