



Nombre del alumno: José Caralampio Jiménez Gómez

Nombre del profesor: Beatriz Gordillo López

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Enfermería del adulto

Grado: Sexto cuatrimestre de la licenciatura en enfermería

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 09 de julio del 2021

Luxaciones

Prevencción

Prevenir lesiones en los niños:

Cree un ambiente seguro en torno a su casa.

Enséñeles a los niños cómo estar a salvo y cuidarse solos.

Para evitar caídas, no se pare en sillas, mostradores ni otros objetos inestables.

Las alfombras pequeñas, especialmente para las personas de edad avanzada.

Primeros auxilios

Si la persona tiene una lesión grave,

A la persona calmada e inmóvil.

Vías respiratorias, la respiración y la circulación.

La piel está rota, tome las medidas para prevenir una infección.

Mueva la articulación.

La circulación de sangre alrededor de la lesión.

Causas

Son causadas por un impacto súbito a la articulación.

Presenta después de un golpe, una caída u otro traumatismo.

Estar acompañada de entumecimiento u hormigueo en la articulación o fuera de esta.

Presentar dolor intenso.

Estar hinchada o amoratada.

Estar limitada en el movimiento.

Síntomas

Si la persona tiene una lesión grave, Las Vías respiratorias, la respiración y la circulación.

Estar visiblemente fuera de lugar, de color diferente o deforme.

Una separación de dos huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación.

Articulación es el lugar en donde dos huesos se conectan, lo que permite el movimiento.

Una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal.

Son causadas por un impacto súbito a la articulación.

Presenta después de un golpe, una caída u otro traumatismo.

Estar acompañada de entumecimiento u hormigueo en la articulación o fuera de esta.

Presentar dolor intenso.

Estar hinchada o amoratada.

Estar limitada en el movimiento.

Causas

Son causadas por un impacto súbito a la articulación.

Presenta después de un golpe, una caída u otro traumatismo.

Estar acompañada de entumecimiento u hormigueo en la articulación o fuera de esta.

Presentar dolor intenso.

Estar hinchada o amoratada.

Estar limitada en el movimiento.

Síntomas

Si la persona tiene una lesión grave, Las Vías respiratorias, la respiración y la circulación.

Estar visiblemente fuera de lugar, de color diferente o deforme.

Esguinces

Un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones.

Descripción general

Es

La

La

Ubicación más común de un esguince es el tobillo.

Diferencia entre un esguince y una distensión es que el primero lesiona las bandas de tejido que conectan dos huesos.

Mientras

Que la segunda implica una lesión de un músculo o de la banda de tejido que une un músculo a un hueso.

Capacidad limitada para mover la articulación afectada.

Hinchazón

Hematomas

Dolor

Síntomas

Causas

Los

Esguinces se producen a menudo en las siguientes circunstancias:

Tobillo

Rodilla

Muñeca

Pulgar

Condiciones ambientales

Equipo inadecuado

Factores de riesgo

Son

Fatiga

Ejercicios regulares de estiramiento y fortalecimiento para el deporte, la actividad física o la actividad laboral.

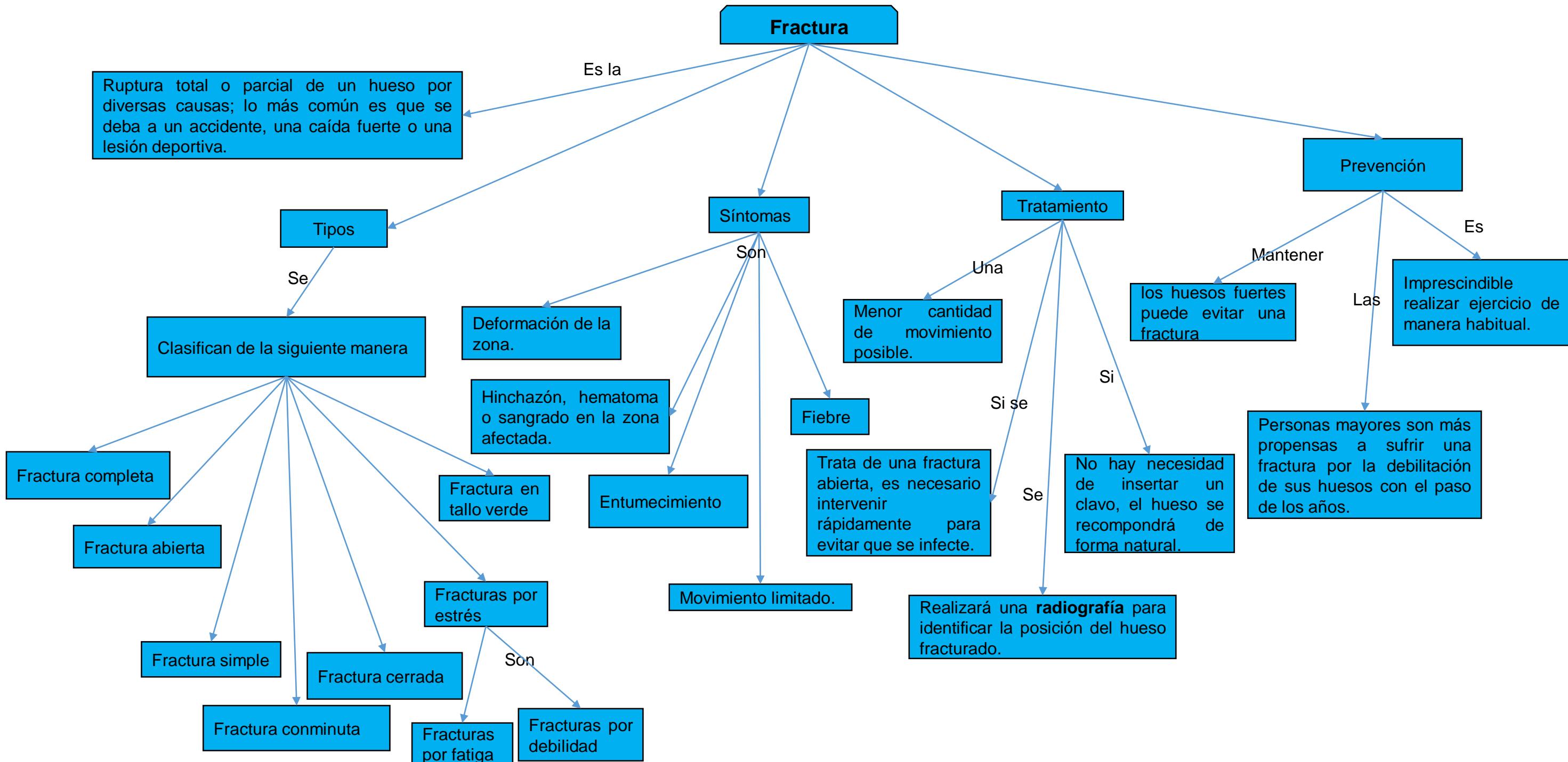
Intenta estar en forma para practicar deportes.

Prevención

Los

Hay que

Proteger las articulaciones a largo plazo si trabajas para fortalecer y acondicionar los músculos que rodean la articulación que se lesionó.



Contusión

Lesión producida por la acción de una fuerza mecánica externa que no llega a romper la piel, pero produce magulladuras o aplastamientos.

Es una

Causas

La

Clasificación

La

Contusión suele producirse cuando el cuerpo recibe un impacto o bien se golpea con un objeto externo.

Tratamiento Profesional

Hay que

En

Caso de dolor se puede tomar paracetamol o ibuprofeno, pero se debe evitar la aspirina,.

Evitar

Utilizar

Los golpes fortuitos tanto en el entrenamiento como en el juego.

Contusión simple

Contusión en primer grado

Contusión en tercer grado

Contusión en segundo grado

Inmovilizar la zona de la herida y elevarla para evitar los acúmulos de sangre.

Aplicar

Los

Hematomas no deben ni abrirse ni pincharse en ningún caso.

Frío local para conseguir el cierre de los vasos sanguíneos y la anestesia local por congelación de las terminaciones nerviosas del dolor.

Los protectores reglamentarios en aquellas partes del cuerpo más susceptibles de recibir golpes.

Bibliografía:

UDS.2021. Paginas web. Utilizadas el 09 de julio del 2021.

URL: <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/Lesiones/traumatismo/contusion.html>

URL: <https://cuidateplus.marca.com/ejercicio-fisico/diccionario/fractura.html>

URL: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/sprains/symptoms-causes/syc-20377938>

URL: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000014.htm#:~:text=Es%20una%20separaci%C3%B3n%20de%20dos,est%C3%A1n%20en%20su%20posici%C3%B3n%20normal.>