



- Prácticas Profesionales
- María Del Carmen López Silba
- Licenciatura en Enfermería
- Nayeli Castillejos Ramírez
- 9°-C
- Tarea: I

### 3.1 Dolor de cabeza

#### Definición

Es un dolor o molestia en la cabeza, el cuero cabelludo o el cuello. Las causas graves de los dolores de cabeza son raras. La mayoría de las personas con dolores de cabeza se pueden sentir mucho mejor haciendo cambios en su estilo de vida, aprendiendo formas de relajarse y, algunas veces, tomando medicamentos.

Las metástasis constituyen el 40 % de las neoplasias intracraneales; la localización supratentorial es la más frecuente. En el 50 % de los casos son múltiples en el momento del diagnóstico.

La incidencia aumenta con la edad, es alta por encima de los 65 años y predomina en los varones. Se presentan clínicamente con convulsiones o como defecto neurológico focal.

Los tumores primarios que más metastatizan son las neoplasias pulmonares (50 %), de mama (15 %), melanomas (10 %), de riñón y de tubo digestivo.

Las metástasis hemorrágicas suelen ser las de origen pulmonar, de riñón, mama, tiroides, coriocarcinoma y melanoma.

Las lesiones quísticas o calcificadas suelen proceder del pulmón, mama o tubo digestivo. Son lesiones relativamente bien definidas y producen edema vaso génico periférico y moderado en la sustancia blanca.

Tienden a localizarse en el parénquima vascularizado por el sistema carotídeo, en la frontera entre la sustancia gris y la blanca.

#### Síntomas

- Eléctrico, como un calambre
- De tipo opresivo, como si llevásemos un casco
- Pulsátil, como un latido
- Terebrante, como un talado
- Dolor explosivo

3.1.2  
Concisión

Definición

El dolor de pecho se presenta en diferentes formas, desde una punzada intensa hasta un dolor sordo.

En algunos casos, el dolor de pecho puede manifestarse como una sensación de opresión o ardor. En otros, el dolor se desplaza por el cuello, llega a la mandíbula y luego se irradia a la espalda o a un brazo o ambos.

Ejemplo

Las causas más peligrosas para la vida comprometen al corazón o los pulmones. Dado que el dolor de pecho puede indicar un problema grave, es importante buscar atención médica de inmediato.

El dolor de pecho puede provocar varias sensaciones diferentes según cuál sea el detonante de los síntomas. Muchas veces, la causa no tiene nada que ver con el corazón, aunque no es fácil determinar esto sin consultar con un médico.

Síntomas

- Presión, inflamación, ardor u opresión en el pecho
- Dolor opresivo o agudo que se extiende hasta la espalda, el cuello, la mandíbula, los hombros y uno o ambos brazos
- Dolor que dura más de unos pocos minutos, empeora con la actividad, desaparece y vuelve a aparecer, o varía en intensidad
- Falta de aire
- Sudor frío
- Mareos o debilidad
- Náuseas o vómitos

Causas

Ataque cardíaco. El ataque cardíaco se produce cuando se bloquea el flujo de sangre al músculo cardíaco, con frecuencia, por un coágulo sanguíneo

Angina de pecho. «Angina de pecho» es el término que se usa para referirse al dolor de pecho causado por una irrigación sanguínea deficiente al corazón.

Diseción aórtica. Esta afección, que puede poner en riesgo la vida, afecta a la arteria principal que sale del corazón (la aorta).

Asertividad, clave para poder mantener una conversación coherente y resolutive a distintos niveles: presentaciones, negociaciones, meetings, etc

3.1.3  
Dolor de  
cuello

Definición

Los músculos del cuello pueden distenderse por la mala postura, ya sea que te inclines sobre la computadora o te encorves sobre la mesa de trabajo. La artrosis también es una causa frecuente del dolor de cuello.

Se estima que más de la mitad de la población padece cervicalgia en algún momento de su vida, afecta en torno a un 10% de la población cada año, más del 50% de los pacientes relatan mejoría en 2 a 4 semanas, y un 80% asintomáticos al tercer mes, en su mayoría no precisan estudios radiológicos o analíticos.

Síntomas

- Dolor que suele empeorar si sostienes la cabeza en un lugar durante períodos largos, como cuando conduces o cuando trabajas frente a la computadora
- Rigidez en los músculos o espasmos
- Capacidad disminuida para mover la cabeza
- Dolor de cabeza

3.1.4  
Dolor  
abdominal  
y espalda

Definición

El dolor de pecho se puede producir a causa de trastornos del aparato digestivo, entre los que se encuentran los siguientes

Ardor de estómago. Esta sensación de ardor dolorosa detrás del esternón se produce cuando el ácido gástrico pasa del estómago al tubo que conecta la garganta con el estómago (esófago).

Trastornos para tragar. Los trastornos del esófago pueden provocar dificultad para tragar e incluso pueden hacer que sea doloroso.

Trastornos para tragar. Los trastornos del esófago pueden provocar dificultad para tragar e incluso pueden hacer que sea doloroso.

Existe otra actitud que produce poca coherencia en la comunicación interpersonal: la mentira. La mentira es una actitud que refleja falta de respeto hacia el otro y también, hacia uno mismo

Problemas en la vesícula biliar o en el páncreas. Los cálculos biliares o la inflamación de la vesícula o del páncreas pueden provocar un dolor abdominal que se extiende al pecho.

### 3.1.5 Dolor muscular y óseo

#### Definición

Algunos tipos de dolor de pecho se asocian con lesiones y otros problemas que afectan las estructuras que conforman la pared torácica.

Costocondritis. En esta enfermedad, el cartílago de la caja torácica, especialmente el cartílago que une las costillas al esternón, se inflama y produce dolor.

Dolores musculares. Los síndromes de dolor crónico, como la fibromialgia, pueden producir un dolor de pecho persistente relacionado con los músculos.

Lesión en las costillas. Una costilla rota o con hematomas puede ocasionar dolor de pecho.

#### Síntomas

- Rigidez en los músculos o espasmos
- Capacidad disminuida para mover la cabeza
- Dolor de cabeza
- Tensiones musculares
- Lesiones
- Articulaciones desgastadas
- 

#### Prevención

- Mantener una buena postura
- Ajusta el escritorio, la silla y la computadora para que el monitor esté a la altura de los ojos.
- Las rodillas deberían estar levemente más bajas que las caderas.
- No fumar
- Dormir en una buena posición

## Bibliografía

*Gogle*. (9 de 07 de 2021). Recuperado el Viernes de Julio de 2021, de Gogle:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/6b3109ae02a8e59f040473b5ff83a7d7-LC-LEN901.pdf>