

¿CÓMO SE PUEDE EVITAR?

- Realizando ejercicio moderadamente.
- Llevar a cabo un consumo de alimentos saludables (más frutas y verduras)
- Evitando alimentos con grasas saturadas o de origen animal
- Evitando el consumo de tabaco.
- Mantener un peso adecuado.
- Llevando un control de la presión arterial, glucosa y colesterol.



Asiste a consulta con tu médico de confianza, recuerda que a través de los chequeos se puede detectar y prevenir a tiempo las enfermedades.



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

CUIDAR NUESTRA SALUD Y
PREVENIR ENFERMEDADES
NOS AYUDA A VIVIR



¿QUÉ ES LA CARDIOPATÍA ISQUÉMICA?

Es una enfermedad que se genera en el corazón y se produce cuando hay una retención del flujo sanguíneo (deterioro u obstrucción) por una o más arterias produciendo una disminución de oxígeno.

¿QUÉ SÍNTOMAS PUEDE PRODUCIR?

- Dificultad para respirar.
- Dolor de cuello o de mandíbula.
- Dolor de brazo u hombro.
- Latido del corazón rápido.
- Náuseas y vómitos.
- Sudoración.
- Fatiga.

Se puede presentar dolor en una o dos zonas así como en todas, pero siempre se manifestarán del lado izquierdo.



¿CUÁLES SON SUS FACTORES DE RIESGO?

- Tabaco.
- Peso inadecuado (sobre peso/obesidad).
- Consumo de alimentos grasos.
- Descontrol de la presión arterial.
- Descontrol de la glucosa.
- Descontrol del colesterol.



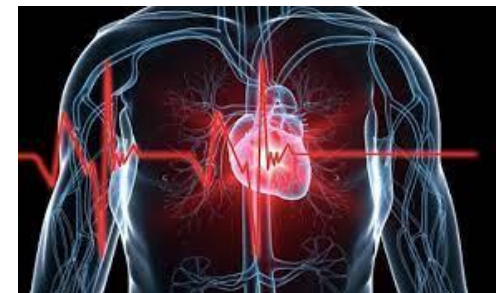
Dentro de la cardiopatía isquémica se puede generar:

- **Angina estable o de pecho:** se trata de una obstrucción gradual.
- **Angina inestable:** se presenta con un dolor repentino e intenso.
- **Infarto agudo al miocardio (IAM):** cuando el flujo sanguíneo se ve interrumpido de manera permanente creando necrosis.

¿QUÉ COMPLICACIONES SE PUEDEN PRESENTAR?

Cuando una persona sufre una cardiopatía isquémica puede presentar:

- Arritmias.
- Shock cardiogénico.
- Insuficiencia cardíaca.
- Pericarditis.
- IAM.
- Fibrilación ventricular.
- Insuficiencia mitral.
- Aneurisma ventricular.



Shock anafiláctico

Severa reacción anafiláctica (anafilaxia), rápidamente progresiva, en la cual se produce una disminución de la presión arterial con riesgo para la vida.

Causa principal: manifestación de alergia por piquetes de insectos, fármacos, alimentos, látex entre otros.

Complicaciones:

- Paro respiratorio
- Paro cardíaco
- Muerte



Shock hipovolémico

se genera cuando hay presencia de volumen sanguíneo bajo, impidiendo que el corazón bombee de manera normal la sangre.

Causa principal: pérdida de sangre de manera externa o interna.

Complicaciones:

- Daños en órganos como los riñones y el cerebro
- Ataque cardíaco
- Muerte



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

S
H
O
C
K

VALORA TU VIDA Y CUIDA
TU SALUD



¿QUÉ ES UN SHOCK?

Es una afección crítica provocada por la baja repentina del flujo sanguíneo en todo el cuerpo.

¿PUEDE PRODUCIR SÍNTOMA ALGUNO?

Los síntomas dependen del tipo de shock que se presente, de manera general podría ser:

- Piel fría
- sudoración
- Piel pálida, cianótica o rojiza
- Pulso acelerado
- Respiración rápida
- Náuseas o vómitos
- Pupilas agrandadas
- Debilidad o fatiga
- Mareos o desmayos
- Ansiedad o agitación
- inconsciencia



TIPOS DE SHOCK

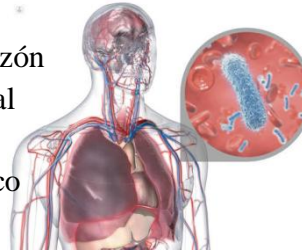
Shock cardiogénico

Se produce por un daño al corazón ante la falta de suministración insuficiente de sangre a órganos y cuerpo.

Causa principal: infarto agudo al miocardio (IAM).

Complicaciones:

- Daño al corazón
- Daño cerebral
- Daño renal
- Daño hepático
- Muerte



Shock séptico

Se genera por una respuesta inflamatoria sistémica ante una infección, taquipnea, taquicardia o leucocitosis.

Causa principal: puede ser por parásitos, hongos o virus.

Complicaciones:

- insuficiencia respiratoria
- insuficiencia cardíaca
- gangrena, (puede conllevar a una amputación).



Shock neurogénico

Es causado por daño al sistema nervioso.

Causa principal: lesiones en la columna, golpes fuertes y/o caídas o accidentes.

Complicaciones:

- Hipotensión
- Bradicardia
- Lesión cervical baja y dorsal alta (paraplejias).



¿QUÉ COMPLICACIONES PUEDEN PRESENTARSE?

- Lesiones neuronales
- Lesiones oculares
- Infarto cerebral
- Infarto al corazón
- Muerte



¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- Disminuir la ingesta de sal
- Checarse y mantener controlada la presión arterial
- Tomar los medicamentos indicados
- Realizar ejercicio moderado
- Ingerir alimentos saludables
- Mantener un peso saludable
- No consumir alcohol ni tabaco
- Realizar chequeos médicos

Un auto-cuidado adecuado puede permitirnos una salud estable. No le des poca importancia recuerda que para vivir se requiere de una buena salud.



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

CRISIS HIPERTENSIVA

LA SALUD NO TIENE PRECIO,
Y EL QUE LA ARRIESGA ES
UN NECIO



¿QUÉ ES UNA CRISIS HIPERTENSIVA?

Es una elevación aguda de la presión arterial (PA) capaz de producir lesiones en órganos.

Esta enfermedad suele aparecer en personas que han sido diagnosticados o no de hipertensión arterial (HTA).

¿QUÉ SÍNTOMAS SE PRESENTAN?

- Dolor de pecho intenso
- Dolor de cabeza intenso, acompañado por confusión y visión borrosa
- Náuseas y vómitos
- Ansiedad grave
- Dificultad para respirar
- Convulsiones
- Falta de reacción



¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

- Aumento grave de la presión arterial (PA) 180/120 mmHg
- Obesidad
- La persona dejó de tomar los medicamentos
- Tabaquismo
- alcohol
- La edad
- Baja actividad física
- Alta ingesta de sodio
- Antecedentes familiares
- Enfermedades renales, cardíacas y/o respiratorias



TIPOS DE CRISIS HIPERTENSIVA

Crisis hipertensiva de urgencias

- la presión puede encontrarse alta pero no se presenta daño alguno en órganos.
- Puede irse a casa

Crisis hipertensiva de emergencia

- la presión se encuentra muy elevada y se presenta daño de uno o más órganos
- requiere hospitalización inmediata

Existen personas que pueden no presentar presión elevada pero si daño a órganos, se les clasifica como asintomáticos.

Las personas que presentan tanto presión elevada como daño a órganos se les clasifica como sintomático.

¿Qué órganos puede dañar?

- Cerebro
- Corazón
- Riñón
- Retina

¿QUÉ TIPO DE COMPLICACIONES SE PUEDEN GENERAR?

- Accidente cerebrovascular
- Insuficiencia cardiaca
- Enfermedad de Alzheimer



¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- Consumir una dieta saludable para el corazón
- Evitar la ingesta de alcohol y cafeína
- Disminuir o evitar el tabaco
- Reducir el estrés o ansiedad
- No auto-med icarse

**No olvides acudir a tu medico,
recuerda que las enfermedades
pueden presentarse en el
momentos menos pensado.**



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

ARRITMIAS

LA SALUD ES LA RIQUEZA
REAL



¿QUÉ SON LAS ARRITMIAS?

Es una alteración en el sistema eléctrico interno del corazón, la frecuencia de los latidos y el ritmo cardiaco pueden presentarse de manera irregular.

¿QUÉ SÍNTOMAS PRESENTA?

- Latidos cardíacos (lentos o rápidos)
- Dolor en el pecho
- Falta de aliento
- Ansiedad
- Fatiga
- Vahído o mareos
- Sudoración
- Desmayo



¿CUÁLES SON LAS CAUSAS?

- Presión arterial anormal
- Consumo de tabaco
- Ingerir alcohol
- Ingesta de cafeína
- Drogas
- Medicamentos
- Estrés
- Ansiedad
- Ataque cardiaco
- Diabetes



TIPOS DE ARRITMIAS

La frecuencia normal (FC) es de 60-100

Taquicardia o taquiarritmias: se presenta cuando el ritmo de la frecuencia cardiaca es muy rápido (>100)

Bradicardia o bradiarritmias: se presenta cuando el ritmo de la frecuencia cardiaca es muy lenta (<60)



**La salud no lo es todo, pero
sin ella todo lo demás no es
nada.**



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

**CONCIENCIA E
INCONSCIENCIA**

VALORA TU SALUD ANTES
DE QUE LLEGUE LA
ENFERMEDAD



¿QUÉ ES LA CONCIENCIA?

Es la capacidad propia de los seres humanos de reconocerse a sí mismos, de tener percepción de su propia existencia y de su entorno.

¿QUÉ SÍNTOMAS PRODUCE?

- Amnesia (no recordar)
- Confusión
- Somnolencia
- Dolor de cabeza
- Mareo

¿CUÁLES SON SUS CAUSAS?

Se puede producir o generar por

- Deshidratación
- Presión arterial o glucosa baja
- Lesiones como golpes
- Convulsiones
- Edad
- Trastornos mentales



¿CUÁNDO SE PRODUCE LA INCONSCIENCIA?

Ocurre cuando la persona no está orientada, no reconoce su entorno y no reacciona a órdenes o la voz del médico u otra persona.

¿QUÉ SÍNTOMAS PRODUCE?

- Incapacidad para hablar o mover partes del cuerpo
- Mareo
- Palpitaciones rápidas o lentas
- Dificultad para respirar
- Color de piel azulado

¿CUÁLES SON SUS CAUSAS?

Se puede producir o generar por

- Lesiones como golpes traumáticos
- Coma
- Trastornos cardiacos
- Arritmias



NIVELES DE ALTERACIÓN

- **Alerta:** persona que está orientada y puede responder a estímulos verbales sensitivos.
- **Obnubilación:** disminución de manera leve en el estado de alerta creando una lentitud de respuesta.
- **Estupor:** respuesta a estímulos pero se consiguen mínimas respuestas verbales.
- **Coma:** perdida completa de toda la función cortical.



TIPOS DE EPILEPSIA

Epilepsia parcial o focal: solo afecta o ataca un solo hemisferio del cerebro.

Epilepsia generalizada: afecta a ambos hemisferios del cerebro en su totalidad.

COMPLICACIONES DE LAS CONVULSIONES

- Bronco aspiraciones por saliva o comida
- Lesiones por caídas
- Daño neurológico



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

C
O
N
V
U
L
S
I
O
N
E
S

LA SALUD ES LA MÁS ALTA
POSESIÓN



¿QUÉ SON LAS CONVULSIONES?

Son movimientos espasmódicos de todo el cuerpo, consecuencia de la contracción y relajación rápida, repetida e involuntaria de los músculos. Esa contracción muscular se debe, a la estimulación por la excitación y actividad eléctrica, también involuntaria, de grupos de neuronas situadas en el cerebro.

¿QUÉ SÍNTOMAS PRESENTA?

- Confusión temporal
- Episodios de ausencias
- Movimientos espasmódicos incontrolables de brazos y piernas
- Pérdida del conocimiento o conciencia
- Síntomas cognitivos o emocionales, como miedo, ansiedad o deja vú



¿CUÁLES SON SUS FACTORES DE RIESGO?

- Hipoglucemia
- Fiebre alta
- Meningitis
- Infección en el sistema nervioso central (SNC)
- Luces parpadeantes
- Medicamentos (analgésicos, antidepresivos o terapias para dejar de fumar) que reducen el umbral convulsivo
- Drogas
- Abuso de alcohol
- Infección por el virus de COVID-19



TIPOS DE CONVULSIONES

- **Sintomática o secundaria:** se genera por estímulo transitorio que afecta a la actividad cerebral.
 - **Idiopática:** sin relación temporal con estímulo conocido
 - Epilepsia

¿QUÉ ES LA EPILEPSIA?

Enfermedad del sistema nervioso, debida a la aparición de actividad eléctrica anormal en la corteza cerebral, que provoca ataques repentinos caracterizados por convulsiones violentas y pérdida del conocimiento.



¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- Evitar el estrés
- Mantener la presión normal (120/80) mmHg
- Reducción de grasa saturada y llevar una dieta adecuada
- No consumir alcohol
- Evitar fumar
- No ingerir drogas
- Hacer ejercicio moderado
- Dormir y descansar correctamente
- Controlar la glucosa
- Cuidar y mantener un peso adecuado

**Tú eres tan importante
para tu salud, como
ella lo es para ti.
¡Cuídate!**



LOYDA EUNICE HDEZ. PZ.
LIC. EN ENFERMERÍA
7ª. CUATRIMESTRE
SEMI-ESCOLARIZADO

ACCIDENTE O EVENTO
CEREBROVASCULAR

LA SALUD ES EL REGALO
MAS GRANDE, CUÍDALA Y
PROTÉGETE



¿QUÉ ES EL ACCIDENTE CEREBROVASCULAR?

Es una lesión en el cerebro ocasionada por la interrupción de la irrigación sanguínea.

¿DE QUÉ OTRA MANERA SE LE CONOCE?

- Infarto cerebral
- Ataque cerebral
- ICTUS
 - Embolia
 - Derrame cerebral
 - Trombosis cerebral



¿CUÁLES SON SUS SÍNTOMAS?

- Dificultad para hablar y entender lo que otros están diciendo
- Parálisis o entumecimiento de la cara, el brazo o la pierna
- Problemas para ver en uno o ambos ojos
- Dolor de cabeza
- Problemas para caminar



¿QUÉ PUEDE CAUSARLO?

- Estrés
- Tener sobrepeso u obesidad
- Inactividad física
- Beber en exceso o darse atracones de bebida
- Uso de drogas ilegales como la cocaína y la metanfetamina
- Presión arterial alta
- Fumar cigarrillos o exposición al humo de segunda mano
- Colesterol alto
- Diabetes
- Apnea obstructiva del sueño
- Enfermedad cardiovascular
 - insuficiencias cardíacas
 - defectos cardíacos
 - infección cardíaca o ritmo cardíaco anormal
 - fibrilación auricular
- Antecedentes familiares