



**Mi Universidad**

**Super Nota**

*Nombre del Alumno: Jorge Peralta Vázquez*

*Nombre del tema: Padecimientos más Frecuentes*

*Nombre de la Materia: enfermería y prácticas alternativas de salud*

*Nombre del profesor: Enf. Guadalupe Cristel Rivera Arias*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura En Enfermería*

*Cuatrimestre: Octavo Cuatrimestre*



## EMPACHO

Indigestion producida por la ingesta excesiva de la comida

1

### Síntomas

Náuseas, vómitos, diarrea, dolor de estómago, asco al pensar en comida, acidez, flatulencias, lengua seca y blanquecina, cansancio, dolor de cabeza, malestar general, sudoración



2

### Causas frecuentes

- Beber demasiado alcohol
- Comer alimentos ricos en grasas o picantes
- Comer demasiado y demasiado rápido
- El estrés o los nervios
- Tomar muchos elementos ricos en fibra
- Fumar
- Beber mucho café



3

### Remedios caseros

- Bebe más agua.
- Mastica despacio.
- Comienza la comida con una sopa o una ensalada.
- Evita las frituras, las salsas muy grasas y los postres contundentes.
- No te acuestes después de comer.
- Toma una infusión digestiva, como la manzanilla, o el té verde, la melisa, el anís o el diente de león



También el empacho no solo está relacionado con la cantidad de comida que se consume, sino también por problemas, ejemplo, problemas previos del tracto digestivo o tratamiento con medicamentos como antibióticos o analgésicos.



# DIARREA

Evacuación de 3 o más heces blandas y líquidas al día. La diarrea puede ser aguda, persistente o crónica.



## Síntomas

evacuaciones intestinales de heces flojas y líquidas tres veces o más al día o dolor abdominal

## Causas

infecciones, alergias e intolerancias a los alimentos, problemas del tubo digestivo y efectos secundarios de las medicinas.



## Diagnostico

- Realizar un examen físico
- Hacerle un análisis de las heces o sangre para buscar bacterias, parásitos u otros signos de enfermedad o infección
- pedirle que deje de comer ciertos alimentos para ver si la diarrea desaparece
- Si tiene diarrea crónica, su médico puede realizar otras pruebas para encontrar la causa.



## Remedios caseros

consumir infusiones de manzanilla, guayaba o jugo de papaya, también tomar agua de bicarbonato

## Tratamiento

- reponer los fluidos y electrolitos perdidos para prevenir la deshidratación
- medicación para detener o tratar infección





# LUXACIONES

Pérdida permanente de la relación anatómica entre las superficies articulares. Dependiendo de la pérdida de relación anatómica, esta puede ser una luxación total o parcial.

1

## Clasificación

Traumática: ocasionada por un trauma directo o indirecto

Complicadas: Cuando además de la pérdida de la relación articular existe lesión habitualmente vascular o nerviosa.



2

## Diagnostico

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



3

## Síntomas

Dolor generalmente intenso localizado a la articulación afectada, pérdida de la morfología y del eje anatómico e incapacidad funcional.



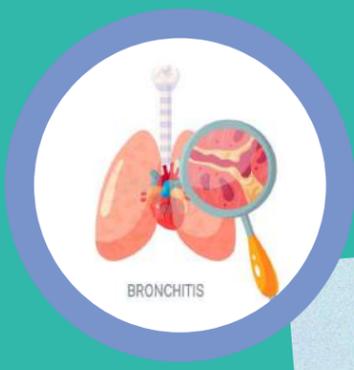
el tratamiento de las luxaciones dependen del lugar y grado de afectacion

### OBJETIVO DEL TRATAMIENTO DE FISIOTERAPIA

- inmovilización para lograr la posición correcta y evitar deformidades
- disminución y prevención de edemas
- evitar o retirar la pérdida de masa muscular con ejercicio físico.

### Referencias

UDS(2022), ANTOLOGIA DE ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE ENFERMERIA, LIBRO DE CONSULTA



# PROBLEMAS RESPIRATORIOS



## BRONQUITIS

Inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones



### CAUSA

Usualmente esta inflamación es causa de una infección pero puede ser por otras causas como un bronco espasmo

### SINTOMAS

- Tos
- fatiga
- dificultad para respirar
- fiebre ligera y escalofrío
- molestia en el pecho



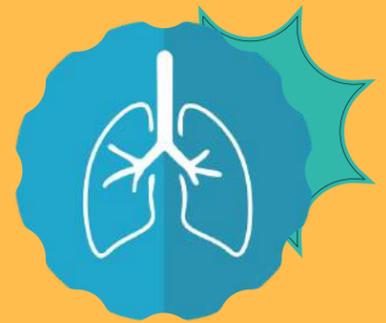
### TIPO



AGUDA: se transmiten a través de gotas de saliva cuando la gente enferma estornuda o tose; se presentan síntomas como dificultad respiratoria, sibilancias

### TIPO

CRÓNICA: Se presenta cuando la mucosa que recubre los bronquios se encuentra constantemente irritada e inflamada provocando la presencia de tos prolongada



### TRATAMIENTO

- depende del tipo de bronquitis que se está presentando
- cambios en el estilo de vida tales como: no fumar y evitar el humo de cigarrillo.
- lavarse las manos constantemente
- Ingerir una mayor cantidad de líquidos.



### REFERENCIAS

UDS (2022), ANTOLOGIA DE ENFERMERIA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE ENFERMERIA, LIBRO DE CONSULTA



# Espantos o sustos

El susto es referido como resultado de un gran sobresalto que ocurre a raíz de un evento repentino



## Ejemplos

un fuerte estruendo, la caída de un rayo cerca, recibir una noticia muy desagradable, verse amenazado a grado extremo de muerte y hasta causas de las llamadas sobrenaturales, como declarar haber visto un espectro.

## Diagnóstico

Es posible diagnosticar la pérdida de la sombra por medio del pulso. Si la vena "late" en el pulso, significa que está en su lugar; por el contrario, si el latido se considera débil, significa que el alma ha salido del cuerpo, o en el mejor de los casos, ha subido a los hombros. El especialista reconoce con base en los latidos cuando se trata de uno u otro caso.



## Curación

frente al altar de los santos a base de rameadas con hojas de cuchunuc o albahaca y sopladitas (rociadas) con aguardiente al cuerpo del enfermo y se le pasaba un huevo de rancho, envuelto con albahaca o ruda, desde la cabeza a los pies. Con estas "limpias" el paciente se curaba.

## Terapeutas tradicionales

aconsejan que inmediatamente al susto, la persona sea tirada ligeramente de los cabellos o masajeadas en la cabeza y que se flexione repetidas veces todas las articulaciones y esto en particular, en relación a los niños.



La sombra se describe como un concepto inmaterial que tiene la misma forma que el cuerpo humano, y es diferente del concepto de alma, ya que se considera que esta última es la parte que deja el cuerpo después de la muerte y pasa al más allá; en por el contrario, las sombras pueden dejar el cuerpo en vida, mientras que no provoca la muerte física.

LA PRIMERA. 2022. Qué provoca el susto o espanto, sus síntomas y los tratamientos - LA PRIMERA. [online] Available at: <<https://laprimera.pe/que-provoca-el-susto-o-espanto-sus-sintomas-y-los-tratamientos/>> [Accessed 20 January 2022].

Cuartopoder.mx. 2022. La curación del espanto en Tuxtla Gutiérrez. [online] Available at: <<https://www.cuartopoder.mx/chiapas/la-curacion-del-espanto-en-tuxtla-gutierrez/276270/>> [Accessed 19 January 2022].

QUÉ ES UNA

# Dermatofagia

La dermatología suele asociarse a personas bastante nerviosas y/o ansiosas, también se asocia a estados o momentos de tensión y estrés. Además, presenta rasgos del espectro obsesivo-compulsivo y trastornos del control de los impulsos.

## Síntomas

- control de los impulsos: impulsividad
- ansiedad
- obsesiones y compulsiones



## Causas

se origina como consecuencia de momentos de estrés y de la necesidad de afrontar dichos momentos, sumado a una falta de habilidades de afrontamiento adaptativas.

## Consecuencias

las lesiones en la piel, la boca y los dedos que pueden ser cada vez más graves.



## Tratamiento

se centrará en buscar conductas alternativas e incompatibles con morderse la piel. Un tratamiento conductual puede venir bien en los casos de dermatofagia.



utilizar técnicas de modificación de conducta, que permitan la eliminación de la acción inapropiada y la instauración de una conducta adecuada.



REFERENCIAS Acortar.link. 2022. Dermatofagia: síntomas, causas y tratamiento. [online] Available at: <<https://acortar.link/gNEVsR>> [Accessed 19 January 2022].

