



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

**NOMBRE DEL ALUMNO: Polet Berenice Recinos Gordillo.**

**TEMA: 3.1 Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular.**

**PARCIAL: 3**

**MATERIA: Enfermería en prácticas alternativas de la salud.**

**NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Romelia de león.**

**LICENCIATURA: Enfermería.**

**CUATRIMESTRE: 8tavo.**

**25-02-2022.**

## INTRODUCCION

En este ensayo realizare un análisis del tema “Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular, para conocer más a fin que son y como ayuda saber esta información en el rol de la enfermería.

Espero este ensayo sea de su agrado, agradezco el tiempo que se toma en leerlo y espero cumplir sus expectativas.

### “3.1 Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular.”

**Que son:** estas son una serie de patologías que por una u otra razón se desarrollan en el cuerpo humano, provocando una serie de anomalías en signos y síntomas.

Primero están los padecimientos de tipo digestivo:

**Diarrea:** Se le llama diarrea a las heces acuosas y blandas. Usted tiene diarrea si evacúa heces sueltas tres o más veces en un día.

La diarrea aguda dura un corto tiempo y es un problema común. Por lo general, dura uno o dos días, pero puede durar más tiempo.

Luego desaparece sola. La diarrea que dura más de algunos días puede ser un signo de un problema más serio. La diarrea crónica, que dura al menos cuatro semanas, puede ser un síntoma de una enfermedad crónica. Los síntomas de la diarrea crónica pueden ser continuos o pueden aparecer y desaparecer.

Las causas más comunes de diarrea incluyen:

- Contaminación por bacterias en alimentos o agua.
- Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus. El rotavirus es la causa más común de diarrea aguda en niños.
- Parásitos: Pequeños organismos que se encuentran en alimentos o agua contaminados
- Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio.
- Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos: Problemas para digerir ciertos ingredientes o comidas, como la intolerancia a la lactosa.
- Enfermedades del estómago, el intestino delgado o el colon, como la enfermedad de Crohn.
- Problemas del funcionamiento del colon, como el síndrome del intestino irritable Algunas personas también tienen diarrea después de una cirugía de estómago, esto es porque a veces algunas cirugías pueden hacer que la comida se mueva más rápido por su sistema digestivo.
- Calambres o dolor en el abdomen.
- Necesidad urgente de ir al baño.
- Pérdida del control intestinal.

## Estreñimiento:

Estreñimiento significa que una persona tiene tres o menos evacuaciones en una semana. Las heces pueden ser duras y secas. Algunas veces la evacuación es dolorosa. Todas las personas tienen estreñimiento alguna vez. La mayoría de los casos, dura poco tiempo y no es serio.

### Causas:

- ✓ Comer más frutas, verduras y granos, que son ricos en fibra
- ✓ Beber abundante agua y otros líquidos
- ✓ Hacer suficiente ejercicio
- ✓ Tomarse el tiempo para evacuar cuando lo necesite
- ✓ Consumir laxantes solamente si el médico se los receta
- ✓ Preguntarle al médico si las medicinas que toma pueden causar el estreñimiento
- ✓ No es importante tener movimientos intestinales todos los días. Sin embargo, si observa cambios en sus hábitos intestinales consulte al médico.

**Empacho:** Un empacho o dispepsia es una indigestión, producida por una ingesta excesiva de comida. Además de comer más de lo que tu estómago va a poder digerir con facilidad, existen también indigestiones que no entrarían en la categoría de —empacholl. Es decir, la digestión no se realiza correctamente por otras causas ajenas a los alimentos que ingeras o a la cantidad. Por ejemplo, problemas previos en el tubo digestivo o tratamiento con algunos fármacos como antibióticos, o analgésicos.

Otras causas por las que puedes sufrir una indigestión son:

- Comer demasiado deprisa.
- Comer alimentos muy grasos.
- Comer en movimiento.
- Comer al mismo tiempo que se fuma.
- Ingerir alimentos con exceso de alcohol, o de estimulantes tipo cafeína o picantes.
- Comer con ansiedad o estrés.

Síntomas de empacho o indigestión. Son bastante variados, pero fácilmente reconocibles:

- Náuseas.
- Vómitos.
- Diarrea.
- Dolor de estómago.
- Asco al pensar en la comida.
- Acidez.
- Flatulencias.
- Lengua seca y blanquecina.
- Cansancio.
- Dolor de cabeza.
- Malestar general.
- Sudoración.

## PREVENCIÓN:

- a. Come más veces, pero menos cantidad.
- b. Bebe más agua.
- c. Mastica despacio.
- d. Comienza la comida con una sopa o una ensalada.
- e. Evita las frituras, las salsas muy grasas y los postres contundentes.
- f. No te acuestes nada más comer.
- g. Toma una infusión digestiva, como la manzanilla, o el té verde, la melisa, el anís o el diente de león.
- h. Intenta quedarte —ligeramente insatisfecho.

## Remedios caseros para el empacho:

1. Haz una dieta absoluta.
2. Sólo debes beber líquidos. Mejor agua o zumo de limón. Bebe poco a poco, a sorbitos, para probar tolerancia.
3. Si tienes acidez, algún antiácido te puede ayudar a sentirte mejor.
4. La manzanilla o la infusión de anís, pueden ayudarte a asentar el estómago o bien a vomitar. A veces, resulta muy complicado, pero al hacerlo te sentirás algo mejor.

## Padecimientos respiratorios:

**La Bronquitis:** La bronquitis es una inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones. Las personas que tienen bronquitis suelen toser mucosidad espesa y, tal vez, decolorada. La bronquitis puede ser aguda o crónica.

**La neumonía:** La neumonía es una infección en uno o ambos pulmones. Causa que los alvéolos pulmonares se llenen de líquido o pus. Puede variar de leve a grave, según el tipo de germen que causa la infección, su edad y su estado general de salud. Las infecciones bacterianas, virales y fúngicas pueden causar neumonía. Las bacterias son la causa más común. La neumonía bacteriana puede ocurrir por sí sola. También puede desarrollarse después de haber tenido ciertas infecciones virales, como resfríos o gripe. Varios tipos diferentes de bacterias pueden causar neumonía.

## Tos ferina:

Es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración. A menudo se escucha un sonido "convulsivo" profundo cuando la persona trata de inspirar. Causas La tos ferina o tos convulsiva es una infección de las vías respiratoria altas. Es causada por la bacteria *Bordetella pertussis*.

Es una enfermedad grave que puede afectar a personas de cualquier edad y causar discapacidad permanente en los bebés e incluso la muerte. Cuando una persona infectada estornuda o tose, pequeñas gotitas que contienen la bacteria se mueven a través del aire. La enfermedad se propaga fácilmente de una persona a otra.

### **Padecimientos esquelético y muscular:**

**Las luxaciones:** La luxación se define como la pérdida permanente de la relación anatómica de las superficies articulares, generalmente debida a un movimiento con rango mayor al normal con una dirección fuera de lo anátomo-funcional.

### **Clasificación:**

Las luxaciones se clasifican en parciales (subluxación) y completas. Según el agente productor o el mecanismo y su evolución, se les califica como: Traumáticas Las ocasionadas por un trauma directo o indirecto.

### **Fractura:**

La fractura puede definirse como la interrupción de la continuidad ósea ó cartilaginosa II.

### **Clasificaciones:**

Hay varias circunstancias que pueden dar lugar a una fractura, aunque la susceptibilidad de un hueso para fracturarse por una lesión única se relaciona no sólo con su módulo de elasticidad y sus propiedades anisométricas, sino también con su capacidad de energía

## **CONCLUSIÓN**

En conclusion los padecimientos varían según el sistema del cuerpo en el que se presentan, cada uno se trata de distintas maneras y se presenta con cierta patología que la caracteriza, por ello es importante saber reconocerlas y además saber cómo tratarlas, ya sea con medicina alternativa o fármacos.

**Bibliografía:** Kerouac 5, Pepin J, Ducharme F, Duquette A, Major F. El pensamiento enfermero. Barcelona-. Masson; 1996.

Collieie MF. Promover la vida. Madrid: McGraw-Hill Interamericana; 1993.

Cortina A, Arroyo MP, Torralba MJ, Zugasti J, Ética y legislación en enfermería. Madrid: McGraw Hill interamericana;

1997.