



**Mi Universidad**

**ENSAYO.**

**NOMBRE DEL ALUMNO: ITALIA YOANA ESTEBAN MENDOZA.**

**TEMA: PADECIMIENTOS DIGESTIVO, RESPIRATORIO,  
CIRCULATORIO**

**PARCIAL: TERCER PARCIAL.**

**MATERIA: ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE LA  
SALUD.**

**NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. ROMELIA DE LEÓN MENDEZ.**

**LICENCIATURA: ENFERMERIA "ESCOLARIZADO".**

**CUATRIMESTRE: OCTAVO CUATRIMESTRE.**

En el presente ensayo hablare acerca de los padecimientos más comunes como lo es el digestivo, respiratorio y circulatorio.

Para comenzar ¿Qué es el aparato digestivo? El aparato digestivo es el conjunto de órganos encargados del proceso de la digestión, es decir, la transformación de los alimentos para que puedan ser absorbidos y utilizados por las células del organismo. Si bien los padecimientos más comunes en dicho aparato son los siguientes:

**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, este puede ser por distintas causas algunas de ellas 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.

Algunos de los síntomas que presentan son: Náuseas, vómitos, diarrea, dolor de estómago, asco al pensar en la comida, acidez., flatulencias, lengua seca y blanquecino, cansancio, dolor de cabeza, malestar general y sudoración.

**Diarrea:** heces acuosas y blandas. 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 son las siguientes:

- 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
- Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio.

**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.

¿Cómo podemos prevenirlo?

- 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, etc.

Ahora bien voy a hablar acerca de los padecimientos respiratorios, algunos de los mas comunes son los siguientes:

**Bronquitis:** 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.

- Aguda: Generalmente es ocasionada por los virus que se transmiten a través de gotas de saliva cuando la gente enferma estornuda o tose; se presentan síntomas como dificultad respiratoria, sibilancias (sonidos durante la respiración), fatiga, molestia en el pecho, tos y/o fiebre.
- Crónica: Se presenta cuando la mucosa que recubre los bronquios se encuentra constantemente irritada e inflamada, lo que provoca la presencia de tos prolongada con mucosidad, fatiga, falta de aliento e infecciones respiratorias repetidas. Este tipo de bronquitis se presenta en las personas con tabaquismo.

Algunos de sus síntomas son los siguientes:

- Tos
- Producción de mucosidad (esputo), que puede ser transparente, blanca, de color gris amarillento o verde.
- Fatiga
- Dificultad para respirar
- Fiebre ligera y escalofríos
- Molestia en el pecho

**Neumonía:** 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 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.

Puede causar complicaciones graves, como:

- Bacteriemia: Ocurre cuando las bacterias entran al torrente sanguíneo. Es grave y puede provocar un shock séptico
- Abscesos pulmonares: Acumulaciones de pus en las cavidades de los pulmones
- Trastornos pleurales: Afecciones que afectan la pleura, el tejido que cubre el exterior de los pulmones y recubre el interior de la cavidad torácica
- Insuficiencia renal
- Insuficiencia respiratoria

Tos ferina: enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración. 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. Los síntomas de la infección a menudo duran 6 semanas, pero pueden durar hasta 10 semanas.

Conclusión:

- Las enfermedades gastrointestinales son enfermedades que atacan el estómago y los intestinos, generalmente son ocasionadas por bacterias, parásitos, virus y algunos alimentos, como leche y grasas. , aunque también existen algunos medicamentos que las provocan.
- Las enfermedades respiratorias se producen por infecciones, consumo de tabaco o inhalación de humo de tabaco en el ambiente, y exposición al radón, amianto u otras formas de contaminación del aire.

**BIBLIOGRAFIA:**

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f829e59a6ba3c2d320fd074dddc52707-LC-LEN802.pdf>