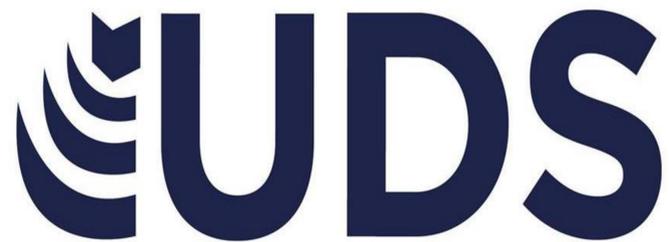


# PRESENTACIÓN



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

**CARRERA:** Lic. en enfermería.

**MATERIA:** Practicas profesionales.

**ACTIVIDAD 1:** Cuadro comparativo

**UNIDAD III:** Síntomas mas frecuentes y señales de dolor de alerta.

**DOCENTE:** Maura Decker Pérez Rodríguez.

**ALUMNA:** Deyanira Santiago Pacheco.

**MODALIDAD:** Escolarizado.

**MATRICULA:** 422419083.

**FECHA:** 03/07/22.

## ¿QUÉ ES?

## SIGNOS Y SÍNTOMAS

## PREVENCIÓN

## TRATAMIENTO.

### DOLOR DE PECHO

Es un dolor en la parte anterior del tórax, es decir entre el cuello y la parte superior del abdomen, que puede ser síntoma de diversas patologías cardíacas, respiratorias, infecciosas, nerviosas, y lesiones osteoarticulares o musculares.

- 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.
- Palpitaciones que van a mas de 150 latidos por minuto.
- Palidez.
- Dolor que dura mas de unos pocos minutos, empeora con la actividad, desaparece y vuelve a aparecer, o varia en intensidad
- Falta de aire.
- Sudor frio.
- Mareos o debilidad, nauseas o vómitos.

El dolor torácico no se puede prevenir, más allá que conocer la causa que lo ha ocasionado. Y es que normalmente el dolor torácico actúa como síntoma de una patología, con lo cual el paciente deberá acudir al especialista médico para trabajar en el diagnóstico y tratamiento de su origen.

El dolor torácico es un tipo de dolencia que remite por completo al tratar la causa que lo ha originado. Así, el tratamiento a seguir variará en función de su causa. Por ejemplo, se prescribirán fármacos vasodilatadores o incluso una angioplastia en caso de que sea una angina de pecho el causante; o fármacos antibióticos en caso de neumonía, así como tratamientos antiácidos si la causa es digestiva. Puede requerir también intervención quirúrgica en caso de problemas de aorta.

### DOLOR DE CUELLO

Este dolor se caracteriza por una molestia en cualquier zona del cuello, ya sean los músculos, las vértebras, las articulaciones, los ligamentos o los nervios. 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.

- Sentir un nudo, rigidez o dolor intenso en el cuello.
- El dolor puede extenderse a los hombros, la parte superior de la espalda o los brazos.
- Puede tener dolor de cabeza.
- Es posible que no pueda mover ni girar la cabeza o el cuello con facilidad.
- Si hay presión en una raíz nerviosa raquídea, el dolor podría dispararse hacia abajo del brazo.
- También puede tener entumecimiento, hormigueo o debilitamiento en el brazo.

- ✓ Mantén la cabeza centrada sobre la columna vertebral.
- ✓ Mantén una buena postura cuando estés parado, sentado o caminando.
- ✓ Toma descansos frecuentes, cuando viajes distancias largas o trabajas muchas horas frente a la computadora, levántate, camina y estira el cuello y los hombros.
- ✓ Ajusta el escritorio, la silla y la computadora para que el monitor este a la altura de los ojos.
- ✓ Evita sostener el teléfono entre la oreja y el hombro mientras hablas.
- ✓ Si fumas, deja de hacerlo, genera un mayor riesgo de presentar dolor de cuello.
- ✓ Reduce el estrés
- ✓ Evita llevar mochilas o bolsas pesadas con tiras en el hombro, el peso puede lesionar el cuello.
- ✓ Duerme en una buena posición.

- Realizar estiramientos y movimientos del cuello suaves, para recuperar la fuerza y la flexibilidad.
- Aplica calor o frio en el cuello usando almohadillas térmicas o toallas tibias y húmedas o toma una ducha de agua caliente sobre el cuello durante 10 – 15 minutos. El calor relaja los músculos doloridos.
- Darse un masaje en la zona para reducir las molestias.
- Aplica un analgésico local, como el Reflex spray o también puede ser tomado como la aspirina, paracetamol, ibuprofeno.
- Recibir fisioterapia, puede enseñarte ejercicios para corregir la postura, alinear la columna y fortalecer el cuello, y puede usar calor, hielo, estimulación eléctrica y otras medidas para ayudar a aliviar el dolor y evitar la reaparición.

### CÁLCULOS RENALES

También conocido como piedra en el riñón o litiasis renal, es una masa sólida que se forma en este órgano del cuerpo cuando las partículas -minerales o sales ácidas- que nuestra orina contiene y que habitualmente van disueltas se cristalizan. Estas masas pueden quedarse ahí o desplazarse hasta el uréter y, normalmente, aunque no siempre, se expulsan al orinar. En caso contrario, pueden provocar problemas como dificultad para expulsar la orina y dolor.

- Dolor intenso que comienza repentinamente y puede sentirse en el área abdominal, en un costado de la espalda y que puede irradiarse al área de la ingle.
- Dolor o sensación de ardor al orinar.
- Sangre en la orina o de color rosado o marrón.
- Orina con mal olor o aspecto turbio.
- Fiebre.
- Aumento de la frecuencia urinaria.
- Mareos o vómitos.
- Fiebre >38°C y escalofríos, si existe una infección.

- ✓ Beber diariamente de 2.5 a 3 litros de agua.
- ✓ Limitar la ingesta de frescos.
- ✓ Evitar el alcohol.
- ✓ No abusar de la sal.
- ✓ Vigila tu orina.
- ✓ Practica ejercicio físico e manera regular .
- ✓ Consume menos alimentos ricos en oxalatos, como la remolacha, las espinacas, las papas, los frutos secos, el té, el chocolate, la pimienta negra y los productos de soja.
- ✓ Opta por la proteína vegetal antes que por la de origen animal.
- ✓ Consume alimentos ricos en calcio, pero ten cuidado con los suplementos de calcio.

**Tratamiento para eliminar cálculos renales pequeños:**

- Beber entre 2 a 3 litros de agua al día.
- Tomar analgésicos para aliviar el dolor, como el ibuprofeno, naproxeno.
- Con tratamiento medico, el médico puede administrarte un medicamento para ayudarte a expulsar el cálculo renal, conocido como alfabloqueador por ejemplo, tamsulosina y la combinación de dutasterida y tamsulosina.

**Tratamiento para eliminar cálculos renales grandes:**

- Litotricia por ondas de choque.
- Nefrolitotomía percutánea.
- Cistoscopia y ureteroscopia.

### SÍNDROME DEL INTESTINO IRRITABLE (SII)

También conocido como colon irritable, es un trastorno gastrointestinal que afecta al intestino grueso y provoca dolor o malestar abdominal recurrente, asociado a cambios en la frecuencia y/o consistencia de las heces.

- Dolor o molestia abdominal, en la parte inferior del abdomen, tipo cólico, opresivo o punzante, que mejora o alivia con la defecación.
- Distensión o hinchazón abdominal.
- Alteración en las evacuaciones (estreñimiento y/o diarrea o ambos ocurriendo de forma alternante).
- Mucosidad en las heces.
- Sensación de evacuación incompleta después de la defecación.
- Urgencia para ir al baño.
- Flatulencias y eructos.
- Nauseas.
- Vómitos.
- Pirosis (acidez estomacal)
- Dolor de cabeza.
- Fatiga.
- Meteorismo.

- ✓ Dieta rica en frutas y verduras.
- ✓ Evitar comida copiosas y alimentos flatulentos o cocinados con mucha grasa.
- ✓ Marcar horarios para comer e ir al baño.
- ✓ Beber 1.5 o 2 litros de agua al día.
- ✓ Practicar ejercicio físico con regularidad.
- ✓ Practicar actividades relajantes y sociales, para evitar el estrés o la ansiedad.
- ✓ Realizar ingesta lentamente.
- ✓ Evitar consumir bebidas alcohólicas, bebidas gaseosas y el café.
- ✓ Evitar alimentos con almidón.
- ✓ Evitar la goma de mascar.
- ✓ Evitar alimentos irritables o picantes.

- Laxantes (lubiprostona, linaclotida, Plecanatide, prucaloprida) pueden aliviar el estreñimiento.
- Los antidiarreicos (difenoxilato o la loperamida) ayudan a las personas con diarrea.
- Antibióticos (rifaximina) se puede recetar para aliviar los síntomas de diarrea, hinchazón y dolor abdominal.
- Antidepresivos (nortriptilina o la desipramina) ayudan a aliviar los síntomas de dolor abdominal, así como la diarrea y la hinchazón.
- Los pro bióticos que son bacterias que ya se encuentran de forma natural en el organismo y promueven el crecimiento de bacterias beneficiosas, pueden aliviar los síntomas del síndrome del intestino irritable, en particular la hinchazón.

	¿QUÉ ES?	SIGNOS Y SÍNTOMAS	PREVENCIÓN	TRATAMIENTO
<b>PANCREATITIS</b>	Es la inflamación del páncreas.	<p><b>Pancreatitis aguda:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dolor en la parte alta del abdomen</li> <li>Dolor abdominal que se irradia hacia la espalda</li> <li>Sensibilidad al tocar el abdomen.</li> <li>Náuseas y vómitos.</li> <li>Fiebre: puede aparecer como expresión de la propia inflamación o de la infección secundaria.</li> <li>Pulso acelerado.</li> </ul> <p><b>Pancreatitis crónica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dolor en la parte alta del abdomen</li> <li>Dolor abdominal que empeora después de comer</li> <li>Pérdida de peso sin intentarlo</li> <li>Heces aceitosas y con un olor fétido (esteatorrea)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bajar de peso, en caso de obesidad y sobrepeso</li> <li>✓ Suspender el consumo de alcohol</li> <li>✓ Tener alimentación saludable rica en verduras, fibra, fruta y agua</li> <li>✓ Evitar el consumo de alimentos ricos en grasas, así como alimentos “chatarra” y bebidas azucaradas</li> <li>✓ Realizar ejercicio aeróbico de manera periódica por 30 minutos al día</li> <li>✓ Acudir al médico para diagnóstico y tratamiento temprano de cálculos en la vesícula y vías biliares, sobre todo si se tiene antecedentes familiares de trastornos del metabolismo de grasas, enfermedades relacionadas con colesterol o triglicéridos elevados en sangre y/o problemas hormonales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Alimentación temprana. Los datos más antiguos sugerían dejar de comer por unos días en el hospital para dar la oportunidad al páncreas de recuperarse.</li> <li>➤ Analgésicos, para aliviar el dolor intenso.</li> <li>➤ Líquidos intravenosos. Mientras el organismo invierte energía y líquidos en reparar el páncreas, es posible que te deshidrates.</li> </ul> <p>Una vez que la pancreatitis esté bajo control y dependiendo de la causa de la pancreatitis, el tratamiento puede consistir en lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Procedimientos para eliminar las obstrucciones del conducto biliar (colangiopancreatografía retrógrada endoscópica).</li> <li>➤ Cirugía de vesícula. Si la causa de la pancreatitis son cálculos biliares, el médico te recomendará someterte a una cirugía para extraer la vesícula (colecistectomía).</li> <li>➤ Procedimientos para el páncreas. Puede ser necesario practicar procedimientos endoscópicos para drenar el líquido del páncreas o para eliminar el tejido afectado por la enfermedad.</li> <li>➤ Tratamiento para el alcoholismo, Si esta es la causa de la pancreatitis, el médico podría recomendarte participar en un programa para el tratamiento del alcoholismo.</li> </ul>
<b>COLECISTITIS</b>	Es una inflamación de la vesícula biliar. La colecistitis se produce por cálculos biliares (piedras) que obstruyen conducto cístico por el que fluye la bilis cuando sale de la vesícula.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor intenso en la parte superior derecha o en el centro del abdomen, que dura a veces varias horas.</li> <li>• Dolor que se extiende al hombro derecho o a la espalda.</li> <li>• Dolor con la palpación del abdomen.</li> <li>• Dolor abdominal que empeora cuando se respira profundo.</li> <li>• Dolor abdominal y calambres luego de las comidas (especialmente comidas grasosas, al consumirlas al atardecer o en la noche).</li> <li>• Náuseas y vómitos.</li> <li>• Heces blandas y de color arcilla.</li> <li>• Coloración amarillenta de la piel y de la esclerótica de los ojos (ictericia).</li> <li>• Pérdida del apetito.</li> <li>• En ocasiones , fiebre &gt;39°C.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bajar de peso paulatinamente.</li> <li>✓ Realizar ejercicio, para mantener un peso saludable.</li> <li>✓ Lleva una dieta rica en frutas, vegetales y cereales integrales.</li> <li>✓ No consumir alimentos que contengan grasa.</li> <li>✓ Evitar embutidos y carnes grasas (cordero, cerdo), leche entera, mantequilla, margarina, nata, crema, flan, chocolate, pasteles, huevos, aceitunas y comidas precocinadas.</li> <li>✓ Evitar comer bastante.</li> <li>✓ Comer despacio y en un ambiente tranquilo. Masticar bien.</li> <li>✓ Reposar sentado hasta media hora después de las comidas principales.</li> <li>✓ Realizar cocinados sencillos (hervidos, en su jugo, plancha, vapor, horno) y evitar los fritos, empanadas, salsas, guisos y todas aquellas cocciones que lleven muchas grasa y aceite.</li> <li>✓ Evitar alimentos estimulantes (café, refrescos de cola, alcohol).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ayuno. Es posible que no se te permita comer ni beber nada inicialmente para reducir la presión en la vesícula inflamada.</li> <li>➤ Administración de líquidos a través de una vena del brazo, para prevenir la deshidratación.</li> <li>➤ Antibióticos para combatir la infección.</li> <li>➤ Analgésicos, ayudan a controlar el dolor hasta que disminuya la inflamación de la vejiga.</li> <li>➤ Colangiopancreatografía retrógrada endoscópica» para extraer los cálculos.</li> <li>➤ Colecistectomía, cirugía de extracción de la vesícula.</li> <li>➤ Cirugía laparoscópica. El cirujano utiliza el ombligo y varios cortes pequeños para insertar un laparoscopio o para ver adentro del abdomen y extirpar la vesícula biliar.</li> <li>➤ Cirugía abierta. El cirujano hace cortes en el abdomen y extirpa la vesícula biliar.</li> </ul>
<b>PIELONEFRITIS</b>	Es un tipo de infección de las vías urinarias que, generalmente, comienza en la uretra o en la vejiga y sube hasta uno o ambos riñones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor en la espalda, al costado (flanco) o la ingle.</li> <li>• Dolor abdominal.</li> <li>• Necesidad urgente y constante de orinar.</li> <li>• Sensación de ardor o dolor al orinar.</li> <li>• Náuseas y vómitos.</li> <li>• Pus o sangre en la orina (hematuria).</li> <li>• Orina turbia o con olor desagradable.</li> <li>• Fiebre y escalofríos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Beber líquidos, en especial agua.</li> <li>✓ Orinar apenas sienta la necesidad.</li> <li>✓ Vaciar la vejiga después de las relaciones sexuales.</li> <li>✓ Limpiarse desde adelante hacia atrás luego de orinar y de evacuar, ayuda a evitar que las bacterias se propaguen hacia la uretra.</li> <li>✓ Evitar usar productos femeninos en la zona genital.</li> </ul>	Los métodos utilizados son antibióticos, analgésicos y antitérmicos y líquidos intravenosos. El tratamiento principal y de elección de la pielonefritis (tanto aguda como crónica) es el uso de antibióticos. Dependiendo del tipo de bacterias que han provocado la infección. La terapia con antibióticos se debe acompañar del consumo elevado de líquidos. Consumir líquidos (sobretudo agua), ayudará a mantener un correcto funcionamiento de los riñones y a evitar eventuales complicaciones.
<b>ULCERAS GÁSTRICAS</b>	Son llagas en la mucosa que el recubre del estómago o del intestino delgado (duodeno) . Ocurren cuando la mucosidad protectora que recubre el estómago deja de funcionar como debe, ya que cuando los ácidos que lo ayudan a digerir los alimentos dañan las paredes del estómago o del duodeno	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensación de ardor o dolor en el medio del abdomen.</li> <li>• Sensación de plenitud o sentirse saciado fácilmente.</li> <li>• Hinchazón.</li> <li>• Eructos o reflujo ácido.</li> <li>• Intolerancia a los alimentos grasos.</li> <li>• Acidez estomacal.</li> <li>• Náuseas.</li> <li>• Vomitar o vomitar con sangre, que puede verse roja o negra.</li> <li>• Sangre oscura en las heces o heces que son negras o alquitranadas.</li> <li>• Dificultad para respirar.</li> <li>• Sentirse débil.</li> <li>• Pérdida de peso sin causa aparente.</li> <li>• No querer comer a causa del dolor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Protegerse de las infecciones, como por ejemplo el helicobácter pylori, al lavarte las manos de manera frecuente con agua y jabón, y al comer alimentos que hayan sido cocidos por completo.</li> <li>✓ Evitar o no abusar del consumo de los AINES.</li> <li>✓ Evitar la cafeína, tabaco, alcohol y comidas picantes.</li> <li>✓ Tener una dieta con comidas en raciones pequeñas y frecuentes.</li> <li>✓ Consumir frutas y verduras, fibra, probióticos, vitamina .</li> <li>✓ Controlar el estrés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Antiácidos (carbonato de calcio, hidróxido de aluminio e hidróxido de magnesio).</li> <li>➤ Antagonistas de los receptores H2 (cimetidina, famotidina, protectores de nizatidina).</li> <li>➤ Inhibidores de bomba de protones (esomeprazol, dexlansoprazol, lansoprazol, omeprazol, pantoprazol, rebeprazol).</li> <li>➤ Para la infección por H. pylori (claritromicina, lansoprazol, amoxicilina).</li> </ul> <p>Si la ulcera sigue reapareciendo, no se cura, sangra o no permite que los alimentos salgan del estómago, la cirugía puede ser una opción:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Eliminar la ulcera.</li> <li>➤ Atar vasos sanguíneos sangrantes.</li> <li>➤ Coser tejido de otra area del cuerpo en la ulcera.</li> <li>➤ Cortar el nervio que controla la producción de ácido gástrico.</li> </ul>

	¿QUÉ ES?	SIGNOS Y SÍNTOMAS	PREVENCIÓN	TRATAMIENTO
<b>DOLOR DE ESTOMAGO</b>	Ocurre entre el pecho y las regiones pélvicas. Es un dolor parecido a un cólico, fuerte, palpitante, intermitente o agudo. También se le llama dolor abdominal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor abdominal.</li> <li>• Dolor de cabeza.</li> <li>• Diarrea.</li> <li>• Fiebre.</li> <li>• Nauseas.</li> <li>• Mareo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Llevar una dieta saludable.</li> <li>✓ Beber agua con frecuencia.</li> <li>✓ Hacer ejercicio regularmente.</li> <li>✓ Limitar los productos que producen gas.</li> <li>✓ Comer porciones mas pequeñas.</li> <li>✓ Eal menos dos horas después de comer antes de irte a dormir.</li> <li>✓ Evite los alimentos sólidos durante las primeras horas.</li> <li>✓ Si ha estado vomitando, espere 6 horas y luego consuma pequeñas cantidades de alimentos ligeros, Como arroz, compota de manzana o galletas. Evite los productos lácteos.</li> <li>✓ No automedicarse.</li> <li>✓ Si el dolor se presenta en la parte superior del abdomen y ocurre después de las comidas, los antiácidos pueden brindar algún alivio, especialmente si experimenta acidez gástrica o indigestión. Evite los cítricos, los alimentos ricos en grasa, los fritos o grasosos, productos con tomate, cafeína, alcohol y bebidas carbonatadas.</li> </ul>	<p>El médico indicará cuál debe ser utilizado dependiendo de la causa del dolor. Los medicamentos que pueden ser indicados son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los antiespasmódicos: sirven para disminuir los movimientos del estómago y del intestino, ayudando a aliviar los cólicos. Algunos ejemplos son: la buscapina, duspatalin y atroveran.</li> <li>➤ Los antiinflamatorios ayudan a disminuir la inflamación de las paredes intestinales, cuando el dolor es causado por una enfermedad inflamatoria intestinal, como la enfermedad de Crohn o colitis. Un ejemplo de estos medicamentos es la mesalazina.</li> <li>➤ Los antibioticos sirven para combatir infecciones intestinales causadas por bacterias. Algunos ejemplos son: son la azitromicina, ciprofloxacina, doxiciclina, metronidazol o vancomicina.</li> <li>➤ Los antiflatulentos son fármacos que ayudan a absorber el exceso de gases o a prevenir su acumulación, aliviando el dolor de estómago que producen. Algunos ejemplos son: carbón vegetal activado, simeticona o dimeticona.</li> <li>➤ Los antidiarreicos son medicamentos usados para detener la diarrea e incluyen sustancias como la loperamida, caolín y pectina, pepto- Bismol o racecadotriilo.</li> <li>➤ Los probióticos son suplementos que contienen bacterias beneficiosas para el intestino, siendo recomendados para regular la flora intestinal y aumentar las defensas del organismo. Algunos ejemplos son: Enterogermina, Lacteol, Floratil, Liolactil y Proflor.</li> </ul>