



**Nombre del alumno: Roxana Daniela
Perez Mendez**

**Nombre del profesor: Cristel
Guadalupe Riveras**

**Materia: Enfermería y prácticas
alternativas de salud**

Nombre del trabajo: ensayo

Licenciatura: Enfermería

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular.

En este ensayo hablare de los conceptos de los padecimientos, así como también de las terapias alternativas para la salud.

Empacho: es definido como una indigestión de la comida y a su vez, el término indigestión es considerado como un trastorno que por esta causa padece el organismo, cuando existe un alimento o alguna sustancia que no se digiere o se digiere con dificultad, la Lengua Española define como una enfermedad crónica caracterizada por la digestión laboriosa e imperfecta.

Diarrea: 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. Personas de todas las edades pueden tener diarrea. En promedio, los adultos en los Estados Unidos tienen diarrea aguda una vez al año. Los niños pequeños la tienen unas dos veces al año.

Estreñimiento: se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o la dificultad para evacuar, lo que se manifiesta durante varias semanas o más. El estreñimiento crónico también puede provocar que las personas hagan demasiada fuerza para defecar. se produce más comúnmente cuando los desechos o las heces se mueven con demasiada lentitud a través del tracto digestivo o no pueden eliminarse del recto eficazmente, lo que hace que se sequen y se endurezcan.

Padecimientos esquelético y muscular

Luxaciones: Una articulación luxada es una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal. Las luxaciones generalmente son causadas por un impacto súbito a la articulación. Esto por lo general se presenta después de un golpe, una caída u otro traumatismo.

Fractura: Las fracturas se producen cuando hay más fuerza aplicada al hueso que la que el hueso puede soportar. Los huesos son más débiles cuando se tuercen. Las fracturas también pueden deberse a enfermedades que debilitan los huesos, como la osteoporosis o el cáncer de huesos.

Esguince: es un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones. La ubicación más común de un esguince es el tobillo. La diferencia entre un esguince y una distensión es que el primero lesiona las bandas de tejido que conectan dos huesos, mientras que la segunda implica una lesión de un músculo o de la banda de tejido que une un músculo a un hueso.

Padecimientos respiratorios.

Bronquitis: llamada resfriado de pecho, ocurre cuando las vías respiratorias en el pulmón se inflaman y producen mucosidad en los pulmones. Lo que generalmente causa la bronquitis aguda es un virus. A veces, también la puede ser causada por bacterias.

Neumonía: infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones. Los sacos aéreos se pueden llenar de líquido o pus (material purulento), lo que provoca

tos con flema o pus, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar. Es más grave en bebés y niños pequeños, personas mayores a 65 años, y personas con problemas de salud o sistemas inmunitarios debilitados.

Tos ferina: enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración. puede afectar a personas de cualquier edad y causar discapacidad permanente en los bebés e incluso la muerte. Los episodios de tos pueden llevar al vómito o a una breve pérdida del conocimiento. Siempre se debe pensar en la posibilidad de tos ferina cuando se presenta vómito con tos.

Espantos o sustos: el susto ha sido analizado como una enfermedad tradicional cuya definición en los códigos biomédicos se ha traducido en términos psiquiátricos. o el susto o espanto con síndromes sicóticos. Pages Larraya identifica la mayoría de las enfermedades tradicionales como desórdenes psiquiátricos cuya etiología se inscribe en el estrés y en la depresión.

Trastorno de la piel: piel varían mucho en cuanto a síntomas y gravedad. Pueden ser temporales o permanentes, y podrían ser indoloros o causar dolor, algunas de sus causas son circunstanciales, mientras que otras pueden ser genéticas. Algunas afecciones crónicas de la piel están presentes desde el nacimiento, mientras que otras aparecen repentinamente años más tarde.

TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD

Medicina tradicional: sistemas de atención a la salud que tiene sus raíces en conocimientos profundos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales han acumulado a través de su historia, la influencia de medicinas africanas y la medicina científica, además de incorporar elementos terapéuticos de otras prácticas que les son afines y que son susceptibles de ser comprendidos y utilizados desde su propia cosmovisión y marco conceptual.

Terapeutas o prácticos tradicionales: personas que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir las enfermedades, curar o mantener la salud individual física o espiritual, colectiva y comunitaria, enmarcados en una forma de interpretar el mundo que les rodea se propone reconocer los nombres con los que son conocidos por su comunidad, en su lengua indígena a los terapeutas tradicionales, por lo que se sugiere utilizarlos, registrándolos en su propia lengua si es el caso, o de manera genérica, utilizar el mencionado término de terapeuta tradicional.

Terapias manuales: tienen como principales objetivos recuperar el movimiento cuando las articulaciones presentan una restricción en el mismo, aliviar el dolor articular, muscular y de forma inmediata mejorar la funcionalidad del individuo. La manipulación a menudo se asocia con un sonido audible causado por la ruptura instantánea de burbujas de gas que se forman durante la cavitación articular

Tacto terapéutico: o fue desarrollado a inicio de los años de la década de 1970 por dos personas: Dolores Krieger, PhD, RN y una curandera auto profesada llamada Dora Van Gelder Kunz. Primero, TT implicó la colocación de las manos ligeramente en el cuerpo al paciente, pero el método rápidamente evolucionó a un método de "curación por energía" de no contacto. versión científica de la "puesta de manos," una técnica practicada por curanderos de fe. No obstante, hay más de espiritualidad que de ciencia en este método; hace uso de las creencias y principios comunes en las tradiciones de curación espirituales pero ajenas a la cultura científica actual.

Drenaje linfático manual: es una técnica de masoterapia que consiste en aplicar masajes suaves sobre diferentes zonas del cuerpo con el objetivo de mejorar la circulación de la linfa y el sistema linfático. se encarga de transportar los desechos derivados de la nutrición de las células

hasta la sangre, que posteriormente los lleva hasta el sistema excretor para eliminarlos. Los edemas aparecen cuando el sistema linfático no puede depurar ciertas zonas, por lo que los líquidos y sustancias se estancan.

Reflexología podal: se basa en el tratamiento de zonas reflejas, o lo que es lo mismo, en masajear ciertas zonas que son el reflejo, en una zona concreta del cuerpo (el pie en este caso). Esta tiene su origen en el descubrimiento de la medicina alopática, en la que se observó que, a causa de la organización embrionaria primaria en segmentos, existen interconexiones entre órganos internos y zonas de la piel. Aprovecha los conocimientos sobre las conexiones de nervios entre segmentos internos de órganos, músculos y piel, para influir a nivel reflejo, sobre dolencias desde el exterior.

Osteopatía: conjunto de técnicas manuales y tratamientos no invasivos, que se emplean para tratar lesiones y aliviar molestias y dolores a través de la recuperación del equilibrio orgánico. Es importante que la osteopatía sea ejercida por un osteópata colegiado, para evitar lesiones o efectos colaterales negativos. En España, la osteopatía es considerada una rama de la fisioterapia.

Terapias naturales: conjunto de técnicas que se encuentran dentro del ámbito de la medicina tradicional como una alternativa a estas prácticas médicas convencionales. como el de cualquier práctica relacionada con el ámbito de la salud. Es decir, eliminar los síntomas de las dolencias, patologías y enfermedades. Existen muchos tratamientos o fármacos de salud que se podrían englobar dentro de estas terapias alternativas.