

## HOJA DE PRESENTACIÓN

- Nombre De La Alumna: Lic. Reyna del Carmen Montero Felix.
- Escuela: UDS (Universidad Del Sureste).
  - Len- Licenciatura En Enfermeria.
  - Asignatura: Enfermeria y Prácticas Alternativas de Salud.
    - Actividad: Ensayo
    - Grupo: LEN10SSC0520-A.
    - Fecha De Entrega: 11/04/2023.



PASIÓN POR EDUCAR

## **Introducción**

*Hablaremos de los distintas enfermedades que nuestro cuerpo puede contraer por bacterias y de la cuales hay una reacción de como nuestro cuerpo intenta combatirla para poder defenderse. Y de lo diferentes métodos de curación y prevención al sufrir una lesión por fractura, de como debemos actuar ante una situación como esa para poder ser atendidos de forma inmediata ya que en diferentes edades se llega a tener una lesión o el sufrir alguna enfermedad de forma aguda o crónica y aquí nos muestra la manera de como prevenir lo o controlarlo.*

### **Unidad III. Procedimientos más frecuentes.**

#### **Empacho.**

*Hablaremos sobre el empacho el cual es definido como indigestión por comida y es considerado como un trastorno ya que existe un alimento que no se digiere de manera adecuada, se trata de una enfermedad que afecta a todas las personas sin importar su edad, género o grupo social.*

#### **Diarrea.**

*Se le llama a si alas heces que son acuosas y blandas y se considera diarrea si evacua más de tres veces en el día, la diarrea aguda dura un corto tiempo. Que puede causar la diarrea:*

- *La contaminación por bacterias en alimentos o gua.*
- *Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus.*
- *Parásitos: pequeños organismos que se encuentran en alimentos o agua.*
- *Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos.*
- *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 pueden presentar diarrea después de una cirugía de estómago.*

*Personas de todas las edades pueden tener diarrea en promedio los adultos los niños la tienen dos veces al año, síntomas que produce:*

- *Calambres o dolor de abdomen.*
- *Necesidad urgente de ir al baño.*
- *Perdida del control intestinal.*

*La diarrea puede causar deshidratación lo que significa que el cuerpo no tiene suficiente liquido para funcionar en forma normal ya que esto puede ser grave especialmente en niños, adultos mayores y personas con sistemas inmunitarios debilitados, en estos casos se recomienda el consumo de sueros y la toma de agua para recuperarse.*

#### **Estreñimiento.**

*El estreñimiento crónico se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o la dificultad para evacuar lo que se manifiesta durante varias semanas, el estreñimiento ocasional es muy común en personas que experimentan estreñimiento crónico que puede interferir en su capacidad de realizar tareas diarias sus síntomas suelen ser:*

- *Defecar menos de tres por semana.*
- *Tener heces grumosas o duras.*
- *Hacer esfuerzo para defecar.*
- *Sentir como si tuvieras una obstrucción en el recto.*
- *Sentir como si no pudieras vaciar por completo el recto.*
- *Necesitar ayuda para vaciar el recto.*

*con demasiada lentitud a través del recto o no pueden eliminarse del recto eficazmente lo que hacen que sequen y se endurezcan.*

*Complicaciones:*

- *Inflamación de las venas del ano.*
- *Ruptura de la piel del ano.*
- *Heces que no pueden eliminarse.*
- *Intestino que sobresale a través del ano.*

**Padecimientos esqueléticos o muscular.**

**Luxaciones.**

*Es la separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentra en una articulación, una articulación luxada es donde los huesos ya no están en su posición normal por otra parte puede ser difícil diferenciar un hueso luxado o un hueso fracturado ya que ambas son emergencias de primeros auxilios.*

**Fractura.**

*Es una ruptura parcial o total del hueso ya que puede ser abierta donde el hueso se asoma por la piel y se puede ver, fractura cerrada el hueso se rompe, pero la piel permanece intacta. Las fracturas tienen diversos nombres:*

- *Tallo verde; fractura incompleta es donde una porción del hueso se rompe provocando que del otro lado se doble.*
- *Transversa; la ruptura se produce en una línea recta a través del hueso.*
- *Espiral; es alrededor del hueso es frecuente en las lesiones por torsión.*
- *Oblicua; esta ruptura es diagonal a través del hueso.*
- *Compresión; el hueso se aplasta provocando la fractura y haciendo que se vuelva más ancho o más plano.*
- *Conminuta; la ruptura se produce en tres o más piezas y hay fragmentos presentes.*
- *Segmentaria; el mismo hueso se fractura en dos sitios por lo que queda un segmento flotante.*

**Unidad IV. Terapias alternativas para la salud.**

**Situación legal actual perspectivas profesionales.**

*La medicina tradicional es el sistema de atención a la salud que tiene sus raíces en conocimientos profundos sobre la salud de las enfermedades, las practicas tradicionales son personas que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir enfermedades, curar la salud física o espiritual es una forma de interpretar el mundo que nos rodea.*

*Los pueblos indígenas descienden de poblaciones que habitan en el territorio actual y que conservan sus propias instituciones sociales, económicas, culturales y políticas.*

Son técnicas específicas para el tratamiento del dolor y otros síntomas de disfunción neuro-musculo-esquelética, esta técnica tiene como principales objetivos recuperar el movimiento cuando las articulaciones presentan una restricción en el mismo ayuda aliviar el dolor articular, muscular y de manera inmediata, algunas técnicas son;

- *Terapia manual articular.*
- *Terapia manual miofascial.*
- *Terapia manual neural.*
- *Terapia manual visceral.*

### **Tacto terapéutico.**

el tacto terapéutico (TT) es una forma de curación por energía es un proceso intencionalmente dirigido de intercambio de energía durante el cual el médico usa las manos como un foco para facilitar el proceso de curación. Este se desarrolló a inicio de los de la década de 1970 por dos personas Dolores Krieger y una curandera Dora Van, de acuerdo al TT el cuerpo tiene un campo de energía y si contacto físico ese campo de la persona puede afectar sustancialmente el campo de energía de otros.

### **Drenaje linfático manual.**

Es una técnica de masoterapia que consiste en ampliar masajes suaves sobre diferentes zonas del cuerpo con el objetivo de mejorar la circulación de la linfa y el sistema linfático, la función de esta técnica es el mejorar la contracción automática de los vasos linfáticos y a si ayudando a eliminar edemas y otras alteraciones derivadas. La presión que se aplica durante el drenaje linfático ayuda a arrastrar a los líquidos retenidos hacia el sistema circulatorio y la sangre.

En que consiste este drenaje:

- *Tiene que ser un masaje muy suave por lo que suele tener un efecto placentero.*
- *Las manos deben hacer movimientos lento y repetitivo en dirección a los conductos linfáticos.*
- *El drenaje no suele durar menos de una hora.*

### **Reflexología podal.**

La planta del pie y el pie se representa de forma esquemática la totalidad del cuerpo y sus órganos, mediante masajes se puede influir a modo reflejo sobre los correspondientes órganos y vísceras. Este se basa en el tratamiento de zonas reflejadas o lo que es lo mismo en masajear zonas que son un reflejo, aprovecha los conocimientos sobre las conexiones entre segmentos internos de órganos, músculos y piel.

## **Conclusión.**

*la curación de una herida tiene como objetivo la recuperación de la integridad de la lesión causada por diferentes métodos de lesiones, nuestro cuerpo al hacer lesionado cuenta con un proceso maravilloso de regeneración de los propios tejidos afectados o que pueden ser curados por medicamentos o diferentes plantas o distintos métodos médicos para lograr que nuestro cuerpo sane de manera física y espiritual.*

*Nuestro cuerpo es un templo lleno de tantas sorpresas el cual debemos de cuidar y valorar porque lo que tenemos es valioso y cada día aprendemos de él.*