



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

NOMBRE DEL ALUMNO: Olivar Pérez Santizo

TEMA: Unidad III: Padecimientos más frecuentes

MATERIA: Practicas alternativas de salud

PARCIAL: III

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Ervin Silvestre Castillo

LICENCIATURA: En enfermería

CUATRIMESTRE: 8°

FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS. A 12 DE MARZO DEL 2023.

UNIDAD III: PADECIMIENTOS MAS FRECUENTES

3.1 PADECIMIENTOS DIGESTIVOS

En estos encontramos

EL EMPACHO

Es

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"

Se puede reconocer 4 agrupaciones de causas

Calidad de la ingesta
a) Ingestión de sustancias no alimenticias: tierra, chicle, papel, basura.
b) Ingestión de frutos no maduros.
c) Ingestión de alimentos calientes: fruta caliente.
d) El ingerir la saliva (la "baba") durante el periodo de la dentición.

Ingesta excesiva
Comer en exceso cualquier tipo de alimentos.

Oportunidad de la ingesta.
a) Comer a deshoras, generalmente después de los horarios habituales; esta ingesta ansiosa provoca que se coma también excesivamente.
b) Comer inmediatamente antes de dormir.

Condiciones o comportamientos ante la ingesta.
a) Comer inmediatamente después de haber "hecho un coraje", padecido un "susto" o haber "hecho bilis".
b) Comer rápido con precipitación, desordenadamente.

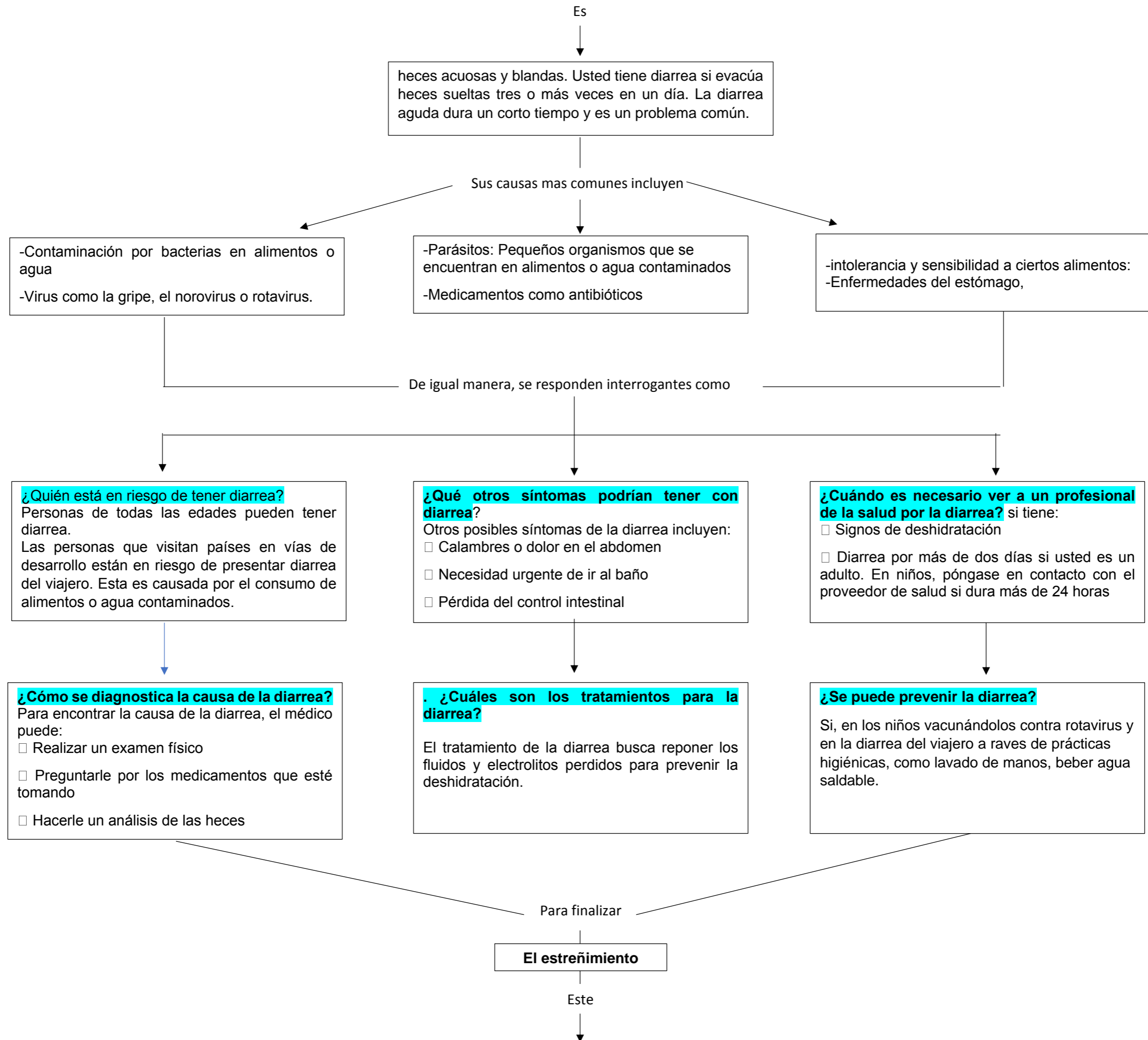
Por lo tanto

Sus signos y síntomas son:
Empacho seco: estreñimiento o constipación, es de forma aguda y abierta.
Empacho húmedo: diarrea, ocultos, enmascarados y aparecerían como un hallazgo cuando se efectúa alguna eventual manipulación terapéutica.

En su diagnóstico:
Lo construimos basándonos en el interrogatorio y la exploración (que abarcan la inspección, la palpación, la percusión y la auscultación).

Así mismo

LA DIARREA



Se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o la dificultad para evacuar, lo que se manifiesta durante varias semanas o más.

En el encontramos

Síntomas

- Defecar menos de tres veces por semana.
- Tener heces grumosas o duras.
- Hacer esfuerzo para defecar.
- Sentir como si tuvieras una obstrucción en el recto que evita que puedas defecar

Causas

El estreñimiento 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.

Factores de riesgo

- Ser un adulto mayor
- Ser mujer
- Estar deshidratado
- Tener una alimentación baja en fibras
- Hacer poca o ninguna actividad física

Complicaciones

- aparición de hemorroides
- fisura anal
- retención fecal
- intestino que sobresale en el ano

En la prevención encontramos que se debe

- Incorpora abundantes cantidades de alimentos ricos en fibra en tu dieta, incluidos los frijoles, vegetales, frutas, cereales integrales y salvado.
- Consume menos alimentos con bajo contenido de fibra, como los alimentos procesados y los productos lácteos y la carne.
- Bebe mucho líquido.
- Mantente lo más activo posible y procura hacer ejercicio periódicamente.