



**ALUMNA:**

**GUTIÉRREZ HERNÁNDEZ CHRISTIANI LISSETH**

**GRUPO:**

**LEN10SSC0720-A**

**DOCENTE:**

**ANAHÍ DE MARÍA TRUJILLO**

**ASIGNATURA:**

**ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD**

**TRABAJO: ENSAYO**

**San Cristóbal de las casas Chiapas a 02 de enero del 2023**

**PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.****EMPACHO**

Digestión difícil y laboriosa de carácter crónico. Son múltiples las causas que pueden provocar un cuadro de indigestión o empacho. se pueden reconocer cuatro agrupaciones de causas:

Calidad de la ingesta

- Ingestión de sustancias no alimenticias: tierra, chicle, papel, basura.
- Ingestión de frutos no maduros.
- Ingestión de alimentos de difícil digestión: cáscaras de frutas, cuero de cerdo, tortillas crudas, y en el caso de los lactantes, frijol.

Condiciones o comportamientos ante la ingesta.

- Comer inmediatamente después de haber "hecho un coraje", padecido un "susto" o haber "hecho bilis".

Igualmente se considerarían aquellos elementos alimenticios que se encuentran insuficientemente cocidos como la masa de panes y pasteles, las pastas de sopas sin cocer, las tortillas de maíz que se encuentran todavía crudas. Las frutas que no están "a sazón", es decir, que aún están sin madurar.

**DIARREA**

Se le llama diarrea a las heces acuosas y blandas. Usted tiene diarrea si evacúa heces sueltas tres o más veces en un día. La diarrea aguda dura un corto tiempo y es un problema común.

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 de diarrea incluyen:

- Contaminación
- Virus
- Parásitos
- Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos
- Enfermedades del estómago.

**ESTREÑIMIENTO.**

El estreñimiento crónico se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o la dificultad para evacuar, lo que se manifiesta durante varias semanas o más. Aunque el estreñimiento ocasional es muy común, algunas personas experimentan estreñimiento crónico que puede interferir en su capacidad de realizar sus tareas diarias. El estreñimiento crónico también puede provocar que las personas hagan demasiada fuerza para defecar.

El tratamiento para el estreñimiento crónico depende, en parte, de la causa subyacente. Sin embargo, en algunos casos no se encuentra nunca una causa.

## **LAS LUXACIONES**

Es una separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación. Una articulación es el lugar en donde dos huesos se conectan, lo que permite el movimiento. Una articulación luxada es una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal.

## **FRACTURA.**

Una fractura es una ruptura parcial o total del hueso. Cuando se produce una fractura, esta se clasifica como abierta o cerrada:

- Fractura abierta (también llamada fractura compuesta): El hueso asoma por la piel y se puede ver, o una herida profunda expone el hueso a través de la piel.
- Fractura cerrada (también denominada fractura simple). El hueso se rompe, pero la piel permanece intacta.

Las fracturas también pueden deberse a enfermedades que debilitan los huesos, como la osteoporosis o el cáncer de huesos.

## **ESGUINCE**

Un 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.

Los signos y los síntomas:

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas

### **LA BRONQUITIS.**

La bronquitis aguda, a veces también llamada resfriado de pecho, ocurre cuando las vías respiratorias en el pulmón se inflaman y producen mucosidad en los pulmones. Eso es lo que lo hace toser. La bronquitis aguda puede durar menos de 3 semanas.

### **LA NEUMONÍA.**

La neumonía es una 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. Diversos microorganismos, como bacterias, virus y hongos, pueden provocar neumonía.

Los signos y síntomas de la neumonía pueden incluir lo siguiente:

- Dolor en el pecho al respirar o toser
- Desorientación o cambios de percepción mental (en adultos de 65 años o más)
- Tos que puede producir flema

- Fatiga
- Fiebre, transpiración y escalofríos con temblor
- Temperatura corporal más baja de lo normal (en adultos mayores de 65 años y personas con un sistema inmunitario débil)
- Náuseas, vómitos o diarrea
- Dificultad para respirar

### **TOS FERINA**

Es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración. A menudo se escucha un sonido "convulsivo" profundo cuando la persona trata de inspirar. La tos ferina o tos convulsiva es una infección de las vías respiratoria altas. 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.

### **ESPANTOS O SUSTOS.**

En la mayoría de las investigaciones, el susto ha sido analizado como una enfermedad tradicional cuya definición en los códigos biomédicos se ha traducido en términos psiquiátricos, Muchos investigadores han asociado el susto o espanto con síndromes sicóticos. Pagés Larraya identifica la mayoría de las enfermedades tradicionales como desórdenes psiquiátricos cuya etiología se inscribe en el estrés y en la depresión. Este último factor es retomado también por Rabel, Collado y O'Neill, quienes la consideran como una de las explicaciones del susto

### **TRASTORNO DE LA PIEL.**

Los trastornos de la 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. La causa de estos trastornos no siempre se conoce. Existen tratamientos efectivos para muchos de los trastornos permanentes de la piel, los cuales permiten períodos prolongados de remisión. Sin embargo, son incurables y los síntomas

pueden volver a aparecer en cualquier momento. Las afecciones crónicas de la piel incluyen:

- Rosácea, que se caracteriza por pequeños bultos rojos, llenos de pus en la cara
- Psoriasis, que causa parches escamosos y secos, con picazón
- Vitíligo, que produce parches grandes e irregulares de la piel

Afecciones crónicas de la piel están presentes desde el nacimiento, mientras que otras aparecen repentinamente años más tarde

## **BIBLIOGRAFÍA**

### **ANTOLOGIA UDS 8 CUATRIMESTRES**