



# Mi Universidad

## Ensayo

*Nombre del Alumno:* Angela de Jesus Escobar Caballero

*Nombre del tema:* Unidad 3

*Parcial:* 1

*Nombre de la Materia:* **Enfermería y practicas alternativas de salud**

*Nombre del profesor:* Lic. Anahí de María Trujillo

*Nombre de la Licenciatura:* Enfermería

*Cuatrimestre:* 8 vo cuatrimestre

*San Cristóbal de las Casas, Chiapas. 01/02/2023*

## Unidad III padecimientos más frecuentes.

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

#### 3.1.1 Empacho

El 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" (Diccionario de la Lengua Española. 1992).

#### Causalidad

Se dice que son múltiples las causas que pueden provocar un cuadro de indigestión o empacho. Según Zolla et al., (1988:76) se pueden reconocer cuatro 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 de difícil digestión: cáscaras de frutas, cuero de cerdo, tortillas crudas, y en el caso de los lactantes, frijol.

d) Alimentos en descomposición: arroz agrio.

e) Alimentos fríos (el caso más comúnmente reportado es el enfriamiento de la madre al lavar o bañarse, fenómeno que repercute en la calidad de la leche materna al lactar).

f) Ingestión de alimentos calientes: fruta caliente.

g) 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.

c) Comer a deshoras, generalmente después de los horarios habituales; esta ingesta ansiosa provoca que se coma también excesivamente.

d) Comer inmediatamente antes de dormir.

- Condiciones o comportamientos ante la ingesta.

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

d) Comer rápido con precipitación, desordenadamente.

### Signos y síntomas

Desde el punto de vista clínico es importante la distinción popular que se hace entre empacho "seco" y empacho "húmedo". En el primero, los datos se agregan alrededor de un cuadro de estreñimiento o constipación, mientras que, en el segundo, la diarrea es el signo fundamental. Por ello, se invalida la catalogación simplista del empacho como una gastroenteritis caracterizada por la disminución de la consistencia y aumento en la frecuencia de las evacuaciones digestivas.

### 3.1.2 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. Por lo general, dura uno o dos días, pero puede durar más tiempo. Luego desaparece sola.

## **Causas**

Las causas más comunes de diarrea incluyen:

- Contaminación por bacterias en alimentos o agua
- Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus. El rotavirus es la causa más común de diarrea aguda en niños
- Parásitos: Pequeños organismos que se encuentran en alimentos o agua contaminados
- Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio
- Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos: Problemas para digerir ciertos ingredientes o comidas, como la intolerancia a la lactosa.

### **3.1.3 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. El estreñimiento suele describirse como una frecuencia de deposiciones inferior a tres veces por semana.

## **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.
- Sentir como si no pudieras vaciar completamente el recto.
- Necesitar ayuda para vaciar el recto, como usar las manos para presionar tu abdomen y usar un dedo para quitarte las heces del recto.

## **3.2 Padecimientos esquelético y muscular**

### **3.2.1 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.

#### Causas

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.

#### Síntomas

Una articulación luxada puede:

- Estar acompañada de entumecimiento u hormigueo en la articulación o fuera de esta
- Presentar dolor intenso, especialmente si usted intenta usar la articulación o poner peso en ella
- Estar limitada en el movimiento
- Estar hinchada o amoratada

- Estar visiblemente fuera de lugar, de color diferente o deforme.

### 3.2.2 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 tienen diversos nombres. A continuación se muestra una lista de los tipos más comunes que se pueden presentar:

- Tallo verde. Esta es una fractura incompleta. Una porción del hueso se rompe, provocando que el otro lado se doble.
- Transversa. La ruptura se produce en línea recta a través del hueso.
- Espiral. La ruptura en espiral alrededor del hueso; frecuente en las lesiones por torsión.
- Oblicua. La ruptura es diagonal a través del hueso.
- Compresión. El hueso se aplasta, provocando la fractura de hueso se vuelva más ancho o más plano.
- Conminuta. La ruptura se produce en 3 o más piezas y hay fragmentos presentes en el sitio de la fractura.
- Segmentaria. El mismo hueso se fractura en dos sitios, por lo que queda un segmento "flotante".

### 3.5 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. Algunas afecciones de la piel son menores y otras pueden poner en peligro la vida.

#### **Causas**

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

#### **Trastornos de la piel en niños**

Los trastornos de la piel son comunes en los niños. Pueden experimentar muchas de las mismas afecciones de la piel que los adultos. Los bebés y los niños pequeños también están en riesgo de padecer problemas de la piel relacionados con el pañal.

Debido a que los niños se exponen con más frecuencia a otros niños y gérmenes, también pueden desarrollar trastornos de la piel que rara vez ocurren en adultos.

Los trastornos comunes de la piel en los niños incluyen:

- eczema
- dermatitis del pañal
- dermatitis seborreica
- varicela
- sarampión
- verrugas
- acné
- eritema infeccioso
- urticaria

# Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/683dd3447c7a0db1b59d450b5da47a32-LC-LEN802%20ENFERMERIA%20Y%20PRACTICAS%20ALTERNATIVAS%20EN%20SALUD.pdf>