



**Mi Universidad**

**ENSAYO.**

*Nombre del Alumno: DANIELA RIOS GALLEGOS.*

*Nombre del tema: UNIDAD 3*

*Parcial: IRO*

*Nombre de la Materia: ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD.*

*Nombre del profesor: ANAHI DE MARIA TRUJILLO.*

*Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA GENERAL.*

*Cuatrimestre: OCTAVO.*

## UNIDAD 3, PADECIMIENTOS MAS FRECUENTES.

**¿QUE ES EL EMPACHO?** Se le conoce como indigestion de la comida, se genera por consumir frutas no maduras, consumir cosas que no son para el consumo como por ejemplo, tierra, papel, consumir frijol, arroz, probablemente en un estado de descomposicion, consumir alimentos antes de irse a acostar y no esperar a que se realice un proceso de digestion adecuada, tambien consumir alimentos en exceso, puede presentarse estreñimiento en algunos casos, u diarrea, borbombito, distencion abdominal, dolor en la region.

**DIARREA:** se le conoce como evacuaciones blandas u acuosas, la diarrea suele ser un corto lapso de tiempo por lo general dura entre uno a dos dias y si este no se detiene en este tiempo ya se puede considerar el tener otro problema alguna infeccion, la diarrea se suele presentar por consumir alimentos a los cuales somos intolerantes, agua contaminada, antibioticos, parasitos, por alguna infeccion estomacal, para evitar cualquier problema debemos lavar y desinfectar todos los alimentos muy bien, tomar agua enbotellada, si se utiliza el agua de grifo debemos tomar en cuenta que debemos de tratar el agua hervirla en este caso para poder darle un uso en este caso el poder beberla.

**ESTREÑIMIENTO:** se caracteriza por la dificultad para evacuar puede pasar varios dias e incluso semanas para poder evacuar, produce dolor abdominal, realizar mucho esfuerzo, tener heces grumosas o muy duras, para evitar la presencia del estreñimiento es recomendable consumir alimentos ricos en fibras, beber mucha agua, cuando tenga el impulso de defecar no retener, mantener actividad fisica.

**LAS LUXACIONES:** se refiere a la separacion de los huesos entre las articulaciones las luxaciones no ocasionan lesiones permanentes, se pueden generar a causa de una caida, golpe, u algun traumatismo mas fuerte, puede presentar inflamacion, dolor, una coloracion moratada en la zona, tener limitacion en el movimiento, mantener la zona inmovilizada para evitar agravar mas al paciente.

**FRACTURA:** es la ruptura parcial o en su totalidad del hueso, tenemos dos tipos de clasificacion de fracturas, abierta y cerrada a que nos referimos con la abierta, es cuando el hueso sobre pasa la piel y se logra ver a simple vista, y la cerrada se refiere a la fractura del hueso pero la piel esta intacta se ve a travez de una radiografia la dimencion de la misma, tenemos una clasificacion de fracturas las cuales son las siguientes, tallo verde, transversa, espiral, oblicua, compresion, conminuta, ssegmentaria, se presenta dolor en el momento, enrojecimiento de la zona, mallugaduras, hinchazon, podremos observar deformacion, dificultad para mover el area lesionada.

**ESGUINCE:** se refiere al estiramiento de los ligamentos u desgarre de los mismos, los esguinces mas comunes es en el area del tobillo, si son esguinces leves se pueden tratar en casas ccolocando hielo, reposando, tener sierta commpresion en la sona, y tener elevado el pie para disminuir la inflamacion, y los esguinces graves llegan al grado de tener una cirugia para poder unir los ligamentos, se puede presentar dolor, hinchazon, hematomas, limitacion de movilidad de la zona, el esguince no solo se puede observar en el tobillo si no tambien en la muñeca, rodilla, pulgar.

**LA BRONQUITIS:** es una infeccion de las vias respiratorias, se produce la inflamacion de los pulmones los cuales producen mucosidad en los pulmones, la bronquitis aguda puede durar menos de 3 meses, los sintomas que se presentan son, tos con mucosidad o sin ella, dolor de pecho, fatiga, dolor de cabeza, dolor corporal, dolor de garganta.

**NEUMONIA:** La neumonía es una infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones, los síntomas de la neumonía varían de moderados a graves y dependen de varios factores, como el tipo de germen que causó la infección, tu edad y tu salud en general, puede presentar, dolor en el pecho, fatiga, tos con flema, fiebre, temperatura, dificultar respiratoria, nauseas, vomito, mareo, diarrea, debemos tomar en cuenta a los grupos vulnerables los cuales son los adultos mayores, niños menores de dos años, personas con problemas de salud, personas con quimioterapias.

**TOSFERINA:** Es una enfermedad grave que puede afectar a personas de cualquier edad y causar discapacidad permanente en los bebés e incluso la muerte los síntomas por lo regular duran 6 semanas y llegan a durar hasta 10, los síntomas que se presentan con la tosferina, rinorrea, fiebre, diarrea, la mayoría de los casos la tosferina no se detecta a tiempo cuando se dan cuenta es demasiado tarde y los antibióticos recetados no realizan su efecto como tal, si e mismo se detecta a tiempo se receta el antibiótico el cual es la eritromicina el cual puede desaparecer los síntomas rápidamente si el mismo se detecta y se ataca de inmediato.

**ESPANTOS O SUSTOS:** los ancestros cuando tenían alguna enfermedad le atribuían a un susto que hayan pasado el cual decían el o ella está enfermo por que se espanto o bio algo y se asusto, le atribuían más a lo espiritual, cuando se sentían mal u enfermos se dirigían con los curanderos los cuales son los médicos de antes, y se dirigían a la medicina alopata.

**TRANSTORNO DE LA PIEL:** los trastornos de la piel tenemos diferentes problemas tanto temporal como problemas de gravedad puede presentarse con dolor y sin dolor depende de la patología que se presente, las afecciones de la piel que presentamos son: vitiligo, psoriasis, rosacea, los trastornos de la piel no solo lo sufrimos los adultos si no también los niños ellos pueden presentar los siguientes, dermatitis de pañal, eczema, varicela, sarampión, verrugas, acné, eritema infeccioso, urticaria, dermatitis seborreica.

## Bibliografía

Aantoologia UDS enfermeria y practica alternativas de salud.