



ENSAYO

Alumno: Francisco Enrique Hernández Arias

Asesora: Lic. Trujillo García Anahí de María

Asignatura: Enfermería y practicas alternativas de enfermería

Licenciatura: Enfermería

Grado: VIII cuatrimestre

Fecha: 31/01/2023

UNIDAD III PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES. (UDS, 2018)

Empacho

En términos más profesionales podemos decir que este padecimiento se le conoce como una indigestión de la comida y es un trastorno que se debe por malos hábitos alimenticios.

Nos menciona en la guía que hay causas principales en de este padecimiento que son los siguientes:

- La calidad del alimento que comemos.
- Cuando nosotros comemos en exceso.
- No comer en horas adecuadas.
- Condiciones o comportamientos ante la ingesta.

Nos dice la guía que este tipo de enfermedad nos puede afectar en todas las personas de cualquier edad pero es más frecuente en niños de 1 a 5 años.

Signos y síntomas

Nos señala la antología que los síntomas más frecuentes es la diarrea, ausencia de apetito, dolor de cabeza (cefalea), vómito, dolor de estómago, distensión abdominal, fiebre y nauseas.

Por otro lado me parece muy importante mencionar que los médicos del siglo XIX tenían en cuenta tres grupos de empacho, en primer lugar solo existen alteraciones debidas a la excitabilidad gastrointestinal, por otro lado la obstrucción de nuestros intestinos y en tercero hay datos neurológicos.

Diarrea

Cuando nosotros decimos que tenemos diarrea nos hacemos referencia a las heces líquidas y se evacua tres o cuatro veces al día, por otro lado tenemos las diarreas crónicas que son las que duran al menos cuatro semanas que nos podrían estar indicando un problema más grave.

La causa de la diarrea pueden ser múltiples, algunas de los que nos menciona la guía son los siguientes:

- Cuando consumimos alimentos o agua contaminada.
- Por otro lado tenemos los virus como la gripe, rotavirus, o norovirus.
- Los parásitos también podría influir.
- Medicamentos como los antibióticos o antiácidos.
- Síndrome de intestino irritable.

Cabe recalcar que la diarrea puede ocasionar una deshidratación grave en el caso de los niños y los adultos mayores que podrían ser mortal para ellos. Es por ello que cuando padecemos de diarrea es necesario reponer líquidos y electrolitos para que podamos evitar complicaciones más severas.

Estreñimiento crónico

Como bien sabemos esta enfermedad se caracteriza por la poca evacuación o presentamos mucha dificultad para evacuar durante varios días o incluso semanas.

Los signos y síntomas que podemos presentar cuando tenemos este padecimiento son lo siguiente:

- ✓ Se defeca menos de 3 veces por semana
- ✓ Hacemos esfuerzo al defecar
- ✓ Sensación de no vaciar por completo el recto.
- ✓ Sensación de una obstrucción en el recto que evita que se pueda defecar.

El estreñimiento es causado por lo que las heces avanzan de una forma lenta en nuestro tracto digestivo y hace que se sequen y endurezcan. Bueno, cuando se presenta un estreñimiento crónico tiene muchas causas posibles:

- ❖ Obstrucciones en el colon o recto.
- ❖ Cuando presentamos algún problema en el nervio alrededor del colon o recto.
- ❖ Por otro lado se puede presentar cuando hay una dificultad en nuestro músculo que se encargan de la eliminación.
- ❖ O alguna enfermedad que afecta las hormonas de nuestro cuerpo.

Cuando nosotros padecemos de esta enfermedad pueden llevarnos a varias complicaciones como los mencionaré a continuación:

- Hemorroides
- Fisura anal
- Retención fecal

Padecimientos esqueléticos y musculares

Luxación

Bueno, cuando hablamos de este problema nos referimos a que el hueso se sale de su posición normal e impide el movimiento.

Nos recalca la antología que generalmente las causas de las luxaciones es cuando nosotros presentamos un golpe, caída o cualquier traumáticos que se nos presenta en nuestro día a día.

Los síntomas que podemos presentar cuando sufrimos de una luxación son el entumecimiento u hormigueo en la zona afectada, puede presentar un dolor intenso, hinchado o amoratado.

Y en cuestiones de cómo podemos prevenir las luxaciones es el autocuidado, es decir, poner barandales en las escaleras, una buena iluminación, caminar con precaución cuando el piso está húmedo, etc.

Fractura

Bueno, una fractura es cuando el hueso se rompe por completo o parcialmente causado por una situación grave como lo son caídas o golpes y lo podemos clasificar en lo siguiente:

- ❖ Las fracturas abiertas es cuando el hueso se asoma en nuestra piel y lo podemos apreciar.
- ❖ Y las fracturas cerradas es cuando no logra lastimar la piel y por tanto lo podemos ver el hueso.

Las fracturas tienen varios nombres que dependiendo en cómo se rompen reciben un nombre, que son lo siguiente:

- Tallo verde: es un tipo de fractura que no se termina de romper por completo el hueso, queda sostenido gran parte de ello.
- Transversa: Este tipo se produce en línea recta a través del hueso.
- Espiral: la fractura va ser de un trazo de espiral en todo el hueso y nos menciona que es comúnmente causado por torceduras.
- Oblicua: Se rompe de una forma diagonal a través del hueso.
- Compresión: Una fractura en donde nuestro hueso se aplasta, ocasionando la fractura de hueso se vuelva más ancho o más plano.

- Conminuta: En este caso es cuando el hueso queda en múltiples pedazos.
- Segmentaria: Yo diría que es uno de las fracturas más dolorosas, porque el hueso se queda aislado de los extremos

Los síntomas que puede ocasionar cuando tenemos una fractura pueden ser múltiples, pero las más comunes son las siguientes:

- ❖ Dolor intenso
- ❖ Dificultad para mover la zona afectada
- ❖ Puede presentar hinchazón
- ❖ Una deformidad

Esguince

En este caso hablamos un estiramiento o desgarro de nuestros ligamentos, nos menciona que es muy común el esguince de tobillo.

Los signos y síntomas que esto nos puede ocasionar pueden variar de acuerdo a la gravedad, algunos de estos son los que mencionaré a continuación:

- ✓ Puede ocasionar dolor
- ✓ Hinchazón
- ✓ Hematoma
- ✓ Movimiento limitado

Nos menciona que hay diversas causas que nos pueden provocar un desguince:

- ❖ Tobillo: en este caso nos lesionamos cuando caminamos o hacemos ejercicio en una zona desnivelada o al momento de saltar.
- ❖ Rodilla: Nos podemos lesionar cuando giramos en una actividad física.
- ❖ Muñeca: Nos dice que se puede provocar cuando caemos sobre una mano extendida.
- ❖ Pulgar: Comúnmente es cuando se practica deportes de raqueta o tenis.

Padecimientos respiratorios

Bronquitis

Esta enfermedad se produce cuando las vías respiratorias en nuestro pulmón se inflaman produciendo mucosidad en los pulmones.

Cabe mencionar que esto puede ser causado por un virus o una bacteria y algo que me parece muy importante recalcar es que en este caso los antibióticos no es necesario aunque sea por un agente bacteriano.

Los síntomas que nos podrían ocasionar son los siguientes y pueden tardar hasta por 3 semanas, nos recalca la antología.

- ✓ Tos con o sin flemas
- ✓ Hay una presencia de dolor en el pecho
- ✓ Cansancio
- ✓ Un leve dolor de cabeza
- ✓ Dolor corporal
- ✓ Dolor de la garganta

Neumonía

Es producida por una infección que hace que inflame nuestros sacos aéreos, es decir, los alveolos y hace que se llene de líquido o pus. Nos dice que la gravedad de este padecimiento puede variar y nos recalca que se convierte en grave cuando son bebés, niños pequeños y personas mayores de edad.

Por otro lado los signos y síntomas pueden también variar de moderados a graves y pueden ser los siguientes:

- ❖ Tiende a ver dolor en el pecho al respirar o toser
- ❖ El paciente puede estar desorientado
- ❖ Tos con flema
- ❖ Fatiga
- ❖ Fiebre
- ❖ Nauseas
- ❖ Y dificultad para respirar

Muy importante mencionar que la neumonía se clasifica según los tipos de gérmenes que la causa y el lugar en donde se contrajo.

Nos dice que la neumonía adquirida en la comunidad, es la más común y pueden ser causados por lo siguiente: La bacteria *Streptococcus pneumoniae*, *Mycoplasma pneumoniae*, hongos y virus como el COVID-19.

Tos ferina

Es otro de los padecimientos respiratorios que es una bacteria y puede ser altamente contagioso que afecta a las vías respiratorias altas que provoca una tos convulsiva y es ocasionado por la bacteria que se conoce como bordetella pertussis y nos puede afectar a cualquier tipo de edad y en casos más graves nos puede ocasionar la muerte.

Y muy importante recalcar que su forma de transmisión es a través del aire por personas infectadas que estornudan o tosen.

Los síntomas que nosotros podemos tener cuando padecemos de esta enfermedad son similares a la de un resfriado común otros síntomas es el vómito, rinorrea, fiebre leve, diarrea y en caso de los bebés pueden presentar asfixia.

El tratamiento va a depender si se detecta a tiempo, nos menciona que una de las opciones es la eritromicina en detección temprana pero desafortunadamente las personas se diagnostican en una etapa tardía por lo que ya no es muy efectivo.

Trastornos de la piel

Bueno, en este tema nos dice que los niños son más propensos a padecer alguna afección en la piel por lo que están más en contacto con otros niños o gérmenes que pueden afectar su piel, al igual que nosotros los adultos pero nos menciona la lectura que no es tan frecuente.

Algunos de los trastornos de la piel que presentan los niños son lo siguiente:

- Eczema
- La dermatitis de pañal
- Encontramos también la varicela
- Acné
- Y la urticaria
- Sarampión

Espantos y sustos

Nos menciona que este tipo de enfermedades que suelen ser muy comunes en las comunidades y en términos médicos se han interpretado como una enfermedad psiquiátrica que sufren las personas con este padecimiento y que su causa fundamental son problemas de estrés y depresión.

Algo que me parece muy importante mencionar es que para lograr una investigación en donde se analice el susto nosotros debemos de verificar los problemas estresantes del individuo y los problemas sociales que no se han resuelto en su vida por lo que llevaría una presión social y también familiar

Trabajos citados

UDS. (2018). *ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD*. San Cristobal de las Casas, Chiapas.: UDS.