



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

Nombre del Alumno: Ingrid Villarreal Sanchez

Nombre del tema: Padecimientos musculo-esqueléticos y su tratamiento de medicina tradicional

Parcial: 3er.

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

Nombre del profesor: Sandra yazmin Ruiz flores

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 8°.

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.

CONSIDERACIONES:
Puede ser difícil diferenciar entre un hueso luxado y un hueso fracturado. Ambas son emergencias que necesitan de primeros auxilios

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.

SINTOMAS:

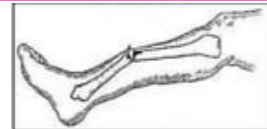
- **Estar limitada en el movimiento**
- **Estar hinchada o amoratada**
- **Estar visiblemente fuera de lugar**
- **Dolor intenso**
- **Entumecimiento**

PREVENCIÓN: Cree un ambiente seguro en torno a su casa. Ayude a prevenir las caídas colocando puertas en las escaleras y manteniendo las ventanas cerradas y aseguradas. Supervise a los niños visualmente en todo momento

FRACTURA

¿Qué es una 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: El hueso asoma por la piel y se puede ver, o una herida profunda expone el hueso a través de la piel.



FRACTURA CERRADA: El hueso se rompe, pero la piel permanece intacta.



DIVERSOS NOMBRES DE FRACTURA:
Tallo verde: fractura incompleta
Transversa: en línea recta
Espiral: alrededor del hueso
Oblicua: la ruptura es diagonal
Conminuta: se produce en 3

SINTOMAS:

1. *Dolor repentino*
2. *Dificultad para usar o mover el área lesionada o las articulaciones cercanas*
3. *Hinchazón*
4. *Deformidad evidente*
5. *Calor, magulladuras o enrojecimiento*

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.



SINTOMAS:
Dolor
Hinchazón
Hematomas
Capacidad limitada para mover la articulación afectada
Escuchar o sentir un pop

CAUSAS:
Tobillo: caminar o hacer ejercicio en una superficie desnivelada
Rodilla: girar durante una actividad atlética
Muñeca: caer sobre una mano extendida
Pulgar: daño durante la práctica de esquí o sobrecarga

FACTORES DE RIESGO:
Condiciones ambientales: Las superficies resbaladizas o desniveladas.
Fatiga: Los músculos cansados tienen menos probabilidades de proporcionar un buen soporte
Equipo inadecuado: El calzado u otro equipo deportivo que no calza bien

PREVENCIÓN:
Los ejercicios regulares de estiramiento y fortalecimiento para el deporte, la actividad física o la actividad laboral, como parte de un programa general de acondicionamiento físico, pueden ayudar a minimizar el riesgo de esguinces.