



**Mi Universidad**

***Nombre del Alumno: Yessica de la cruz Gómez Bernal***

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

***Parcial: 3°***

***Nombre de la Materia: enfermería y practica alternativa en la salud***

***Nombre del profesor: Sandra jazmín Ruiz Flores***

***Nombre de la Licenciatura: enfermería***

***Cuatrimestre: 8°***

### LAS LUXACIONES

#### CONCEPTO

Es una separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación.

#### 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, de color diferente o deforme

#### TRATAMIENTO

Inicialmente se recomienda reposo, hielo, compresión y elevación. Las luxaciones pueden reducirse solas de manera espontánea.  
Tratamiento de medicina tradicional  
Te de Árnica, Consuelda, Apio, Romero, Harpagofito, Sauce blanco, Ulmaria e Hipérico

### FRACTURAS

#### CONCEPTO

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

#### CAUSAS

- Las fracturas se producen cuando hay más fuerza aplicada al hueso que la que el hueso puede soportar. Los huesos son más débiles cuando se tuercen.
- Las fracturas de los huesos pueden ser consecuencia de caídas, traumatismos

#### SINTOMAS

- Dolor repentino
- Dificultad para usar o mover el área lesionada o las articulaciones cercanas
- Hinchazón
- Deformidad evidente
- Calor, magulladuras o enrojecimiento

#### TRATAMIENTO

1. Reducción de la fractura: afrontando los extremos fracturados, debemos mantener la reducción estable
  2. Retención, inmovilización o contención de la fractura
  3. Recuperación funcional del segmento afectado cuando esta es estable
- Tratamiento de medicina tradicional  
Te de Árnica, Cola de Caballo y Consuelda

### ESGUINCE

#### CONCEPTO

Es un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones.

#### CAUSAS

- Tobillo: caminar o hacer ejercicio en una superficie desnivelada, y caer torpemente de un salto
- Rodilla: girar durante una actividad atlética
- Muñeca: caer sobre una mano extendida

#### SINTOMAS

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas
- Capacidad limitada para mover la articulación afectada

#### TRATAMIENTO

El tratamiento de un esguince también puede incluir fisioterapia o antiinflamatorios y analgésicos para aliviar el dolor y la inflamación.  
Tratamiento de medicina tradicional  
Cola de Caballo, Sauce, Arnita y Quínoa.

Referencia Bibliográfica:

Universidad del sureste [UDS], (2024) antología enfermería y practica alternativa en la salud