



**NOMBRE DEL ALUMNO:** Jessica Hernández Pérez

**TEMA:** PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES, TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD

**CUATRIMESTRE:** “8vo”

**MATERIA:** Enfermería y prácticas alternativas de salud

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Lic. Rubén Eduardo Domínguez

**LICENCIATURA:** Enfermería

## PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.

Padecimientos: Digestivo, respiratorio, circulatorio, nervioso, endocrino, esquelético, muscular. Existe el supuesto que la ingesta de los alimentos debe ser armónica y equilibrada en relación a las características intrínsecas frías y calientes de los elementos que se consumen.

La epidemiología Se trata de una enfermedad que afecta a todas las personas, sin importar su edad, género o grupo social. Se ha constituido como una entidad patológica dependiente de la cultura propia de la población latina de América.

Si entendemos al empacho como un síndrome con una variada causalidad, también podemos comprender su diversa configuración clínica. el interrogatorio es uno de los principales instrumentos para la elaboración diagnóstica, pues se pregunta a la madre sobre los antecedentes en la ingesta de alimentos.

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 que dura más de algunos días puede ser un signo de un problema más serio. La diarrea crónica, que dura al menos cuatro semanas, puede ser un síntoma de una enfermedad crónica.

Las causas más comunes de diarrea incluyen: Bacterias en alimentos o agua, Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus, Parásitos: Pequeños organismos que se encuentran en alimentos.

El estreñimiento crónico se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o la dificultad para evacuar. El estreñimiento crónico también puede provocar que las personas hagan demasiada fuerza para defecar.

Entre los signos y síntomas del estreñimiento: Defecar menos de tres veces por semana, Tener heces grumosas o duras, Hacer esfuerzo para defecar. Causa, El estreñimiento se produce más comúnmente cuando los desechos o las heces se mueven con demasiada lentitud a través del tracto digestivo o no pueden eliminarse del recto eficazmente.

Las luxaciones, Es una separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación, la mayoría de las luxaciones se pueden tratar en un consultorio médico o en una sala de emergencias.

Usted debería esperar: Las lesiones a los tejidos circundantes generalmente tardan de 6 a 12 semanas en sanar, las lesiones a los nervios y vasos sanguíneos pueden ocasionar problemas.

Causas, las luxaciones generalmente son causadas por un impacto súbito a la articulación. Una articulación luxada puede: Estar acompañada de entumecimiento u hormigueo en la articulación o fuera de esta, Presentar dolor intenso.

La neumonía es una infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones, Los signos y 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.

Los signos y síntomas de la neumonía pueden incluir lo siguiente: Dolor en el pecho al respirar o toser, Desorientación o cambios de percepción mental (en adultos de 65 años o más), Tos que puede producir flema. La neumonía adquirida en la comunidad es el tipo más común de neumonía. Ocurre fuera de los hospitales u otros centros de atención de la salud.

Tos ferina es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración.

Causas La tos ferina o tos convulsiva es una infección de las vías respiratoria altas, 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 de la infección a menudo duran 6 semanas, pero pueden durar hasta 10 semanas, rinorrea, fiebre leve, diarrea.

Espantos o sustos. En la mayoría de las investigaciones, el susto ha sido analizado como una "enfermedad tradicional" cuya definición en los códigos biomédicos se ha traducido en términos psiquiátricos. hombre sano enferma cuando se enfrenta a problemas que afectan una o más de las esferas orgánica, psicológica o social y no logra superarlos. Existen muchas investigaciones que tratan de interpretar el susto asociándolo a patologías psicoemocionales y psiquiátricas; en cambio, hay pocas que se interesan en el aspecto orgánico.

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, Existen tratamientos efectivos para muchos de los trastornos permanentes de la piel, los cuales permiten períodos prolongados de remisión. Los trastornos comunes de la piel en los niños incluyen: eczema, dermatitis del pañal, dermatitis seborreica, varicela.

## TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD

Son los sistemas de atención a la salud que tiene sus raíces en conocimientos profundos sobre la salud y la enfermedad lo cual es la medicina tradicional, con elementos de la medicina española y portuguesa antigua, la influencia de medicinas africanas y la medicina científica.

Son las personas que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir las enfermedades, curar o mantener la salud individual física o espiritual lo cual es la terapeutas o prácticos tradicional, se propone reconocer los nombres con los que son conocidos por su comunidad, en su lengua indígenas a los terapeutas tradicionales.

Pueblos Indígenas: Son aquellos que descienden de poblaciones que habitaban en el territorio actual de los países americanos al iniciarse la ocupación europea y que conservan sus propias instituciones sociales, económicas, culturales y políticas.

Son comunidades integrantes de los pueblos indígenas aquellas que formen una unidad social, económica y cultural, lo cual son comunidades indígenas.

Terapias manuales son técnicas específicas para el tratamiento del dolor y otros síntomas de disfunción neutro-músculo-esquelética de la columna vertebral, Tres formas notables de terapia manual son la manipulación, la movilización y el masaje. La manipulación es la introducción ingeniosa de una fuerza de rotación, cizalla o distracción rápida en una articulación, La movilización es un proceso más lento y controlado de estiramientos articulares y de tejidos blandos (miofasciales) destinados a mejorar la biopsia.

Tacto terapéutico es una forma de "curación por energía" popular en la comunidad de cuidados estadounidense. En las palabras de su organización oficial, "El Tacto Terapéutico es un proceso intencionalmente dirigido de intercambio de energía durante el cual el médico usa las manos como un foco para facilitar el proceso de curación.

El toque terapéutico es un enfoque de medicina alternativo para el tratamiento de condiciones médicas, especialmente el dolor, la ansiedad y el estrés.

Drenaje linfático manual: es una técnica de masoterapia que consiste en aplicar masajes suaves sobre diferentes zonas del cuerpo con el objetivo de mejorar la circulación de la linfa y el sistema linfático. El hecho de que se acumulen líquidos en los tejidos puede deberse a varias causas, como un mal funcionamiento del propio sistema linfático, natural o inducido. También se pueden acumular líquidos por causas que no tienen que ver con la linfa, como en el caso de edemas venosos, lipedemas, edemas traumáticos.

Reflexología podal. En la actualidad, prestamos muy poca importancia a los pies, es el gran olvidado de nuestro cuerpo y sin embargo, es la parte del cuerpo donde van a parar multitud de terminaciones nerviosas.

Los buenos resultados de la reflexología podal y la escasez de efectos secundarios, hace que hoy en día, La Reflexología se basa en el tratamiento de zonas reflejas, o lo que es lo mismo, en masajear ciertas zonas que son el reflejo, en una zona concreta del cuerpo (el pie en este caso)

La Reflexología Podal aprovecha los conocimientos sobre las conexiones de nervios entre segmentos internos de órganos, músculos y piel, para influir a nivel reflejo, sobre dolencias desde el exterior.

Posición del paciente Colocaremos al paciente en decúbito supino sobre nuestra mesa de tratamiento y el fisioterapeuta en este caso, se colocará sentado en una silla con los pies del paciente a la altura del pecho, el pie plano influye de forma negativa a nivel refleja sobre el raquis.

Osteopatía, La osteopatía es un conjunto de técnicas manuales y tratamientos no invasivos, que se emplean para tratar lesiones y aliviar molestias y dolores a través de la recuperación del equilibrio orgánico. También, es recomendable para tratar enfermedades digestivas y patologías genito-urinarias, como cistitis, amenorrea o trastornos menopáusicos.

Los beneficios de la osteopatía son numerosos, y pueden observarse buenos resultados a corto plazo. Entre los beneficios más notables, encontramos el equilibrio entre músculos y sistema nervioso.

La estructura gobierna la función: la enfermedad se desarrolla si existe un problema en la regulación de la estructura (huesos, ligamentos, músculos, vísceras, etc.).

Terapias naturales, son un conjunto de técnicas que se encuentran dentro del ámbito de la medicina tradicional como una alternativa a estas prácticas médicas convencionales. Existen muchos tratamientos o fármacos de salud que se podrían englobar dentro de estas terapias alternativas. A continuación, se muestra cómo se clasifican: Sistemas integrales o completos, Acupuntura, neuropatía, productos naturales, fitoterapia. La OMS se refiere a las Terapias Naturales como Medicinas Tradicionales.