



Mi Universidad

ENSAYO

NOMBRE DEL ALUMNO: Maritza Itzel López Luna.

TEMA: padecimientos más frecuentes y terapias alternativas para la salud.

PARCIAL: I

MATERIA: Enfermería y practicas alternativas de salud.

NOMBRE DEL PROFESOR: Rubén Eduardo Domínguez García

LICENCIATURA: Enfermería.

CUATRIMESTRE: 8

EMPACHO.

Es definido como la indigestión de la comida, y la indigestión es considerado como un trastorno que por esta causa padece el organismo cuando un alimento o una sustancia que no se digiere, también puede ser que se digiere con dificultad.

Sus causas que pueden provocar un cuadro de dicha causa es la ingesta de sustancias o alimentos que no se ingieren correctamente, según Zolla et al (1988:76) se pueden conocer cuatro agrupaciones de causas son la calidad de ingesta, ingesta excesiva, oportunidad de la ingesta y condiciones o comportamientos ante la ingesta.

Epidemiología encontramos que es una enfermedad que afecta a todas las personas, sin importar su edad, género, grupo social. Es más frecuentes en la edad infantil, sobre todo de 1 a 5 años, se pueden ver esta dicha enfermedad en los meses de abundancia de las frutas, y en el hemisferio Norte se junta con el tiempo de lluvias correspondientes de verano.

Signos y síntomas debemos tener en cuenta que es importante la distinción popular que se hace entre empacho seco y empacho húmedo, en el primero los datos se agregan alrededor de un cuadro de estreñimiento o constipación, el segundo la diarrea es el fundamental.

Diarrea.

Se les llama a las heces acuosas y diarrea, cuando se evacua heces sueltas tres o más veces en un día. La diarrea aguda dura un corto tiempo y esto puede ser un problema común para las personas tiene una duración de uno a dos días, pero puede durar más tiempo.

Sus causas más comunes pueden ser por la contaminación ya sea por las bacterias que se encuentran en los alimentos y agua, también podemos encontrar los paracitos, medicamentos que pueden ser los antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contiene magnesio, intolerancia de ciertos alimentos o enfermedades del estómago, las personas de todas las edades pueden tener diarrea, corren riesgo las personas que viajan a lugares poder contraerla.

Lo mas grave son los signos de deshidratación si se tiene diarrea por dos días y es un adulto, en niños es a las 24hrs, dolor intenso en el abdomen, heces que contienen sangre o pus, heces de color negro y alquitranadas, existen dos tipos de diarrea que se pueden prevenir encontramos la diarrea por rotavirus y la diarrea del viajero, existe las vacunas del rotavirus que se le da a los bebes en dos o tres dosis, para la diarrea del viajero es solo cuidar lo que come y bebe cuando se encuentran en ciertos países.

Estreñimiento.

Se caracteriza por las deposiciones pocas frecuentes o la dificultad de evacuar, lo que puede ser y varias semanas o más, lo podemos observar cuando la persona va a evacuar tres veces a la semana.

Signos y síntomas del estreñimiento grave es defecar menos de tres veces por semana, tener heces duras o grumosas, hacer esfuerzo para defecar y sentir como que, si no vaciara completamente bien el recto, el estreñimiento grave se considera si tuviese dos o mas síntomas de lo mencionado.

En sus causas podemos encontrar que comúnmente los desechos y las heces se muevan muy despacio en el tracto digestivo y no se pueden eliminar eficaz mente lo que ocasiona que se seque y endurezca.

Unos de sus causas son las obstrucciones en colon y el recto que pueden retardar o detener los movimiento de las heces, también con los problemas neurológicos ya que afectan los nervios que hacen que los músculos en el colon y el recto se contraigan y muevan las heces a través de los intestinos.

Los factores que pueden aumentar el riesgo de padecer un estreñimiento son las personas mayores, las mujeres, los que estén deshidratados, tener una alimentación baja en fibras y tener una enfermedad mental como depresión trastornos alimenticios.

Las luxaciones.

Se refiere a la separación de los dos extremos de los huesos donde lo podemos observar en la articulación. La articulación es el lugar donde dos huesos están conectados y eso hace que permita el movimiento.

Encontramos la articulación luxada que se refiere cuando los huesos ya no se encuentran en su posición normal, es muy diferente diferenciar cuando un hueso esta luxado y un hueso fracturado pero los dos hay que tener una atención inmediata y adecuada. Se puede ver una articulación luxada cuando está limitada de movimiento, hinchada o amoratada, esta visible afuera del lugar de color diferente y deforme, presentar un dolor intenso principalmente si se le echa peso en el lugar.

Prevención especialmente en los niños es crear un ambiente seguro en casa, supervisar a los niños en todo momento y enseñarles como estar a salvo para que se puedan cuidar solos, lo que no se debe de hacer cuando una persona tiene dicha lesión es movilizar a la persona si la lesión está bien inmovilizada, también no intentar mover y enderezar si el hueso o la articulación se encuentra deformada mucho menos cambiarlos de posición.

Para los primeros auxilios es llamar al 911 o un numero local, si la persona tiene una lesión grave ver las vías respiratorias y la de circulación, si la piel está rota tomar las medidas para prevenir una infección, revisar la circulación en todo alrededor donde se encuentre la circulación presionar firmemente sobre la piel que está afectada.

Fractura.

Es una ruptura parcial o total del hueso, se clasifica en dos abierta y cerrada.

En la abierta también llamada fractura compuesta es donde el hueso asoma por la piel y se puede ver, o una herida profunda expone el hueso a través de la piel, fractura cerrada o también fractura simple el hueso se rompe, pero la piel queda intacta.

Tienen nombres diferentes las fracturas los más comunes son el de tallo verde se refiere a una fractura incompleta, una porción del hueso se rompe, provocando que el otro lado se doble, la transversa se produce en línea recta del hueso, espiral es alrededor de hueso estos se pueden observar cuando ocurre por una torsión, oblicua es diagonal en el hueso, conminuta la fractura se produce en tres o más piezas y hay fragmentos presentes en el sitio de la fractura.

Las causas son cuando hay una fuerza aplicada en el hueso que la que el hueso puede soportar, ya que son débiles cuando se tuercen, también puede ser por consecuencia de una caída, traumatismo o resultado de un golpe directo o patada al cuerpo, enfermedades de que debilitan los huesos.

Síntomas son dolor repentino, hinchazón, deformidad evidente, calor, magulladura o enrojecimiento, dificultad para mover el área lesionada o las articulaciones cercanas.

Esguince.

Es un estiramiento y desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibrosos que conecta dos huesos en las articulaciones.

El tratamiento es reposo, hielos, comprensión y elevación, los esguinces leves se pueden tratar con éxito en casa, los esguinces graves a veces se requieren cirugía para reparar los ligamentos desgarrados.

Sus signos y síntomas pueden variar son dolor, hinchazón, hematomas, capacidad limitada para mover la articulación afectada.

Esto se produce cuando se extiende demasiado o se desgarra un ligamento mientras se tensa intensamente una articulación, los factores esta las condiciones ambientales, fatiga y el equipo inadecuado.

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

La bronquitis.

También llamada resfrió de pecho esto ocurre cuando las vías respiratorias en el pulmón se inflaman y producen mucosidad en los pulmones, la bronquitis aguda puede durar menos de 3 semanas.

Lo que lo causa la bronquitis aguda es un virus, también puede ser por bacterias, sus síntomas son dolor de pecho, dolor de cabeza leve, cansancio, dolor de garganta, dolores corporales leves. El tratamiento la bronquitis aguda mejora por si sola, sin antibióticos.

Neumonía.

Es una infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones, los sacos aéreos se pueden llenar de líquido o pus, es lo que provoca tos con flema o pus, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar. Puede variar en gravedad desde suave a potencialmente mortal, los signos y síntomas también varían de moderadamente grave depende de varios factores, como el tipo de germen que causó la infección, la edad y la salud en general.

Los signos y síntomas dolor de pecho al respirar o toser, fatiga, tos que puede producir flema, náuseas, vómitos, diarrea, dificultad para respirar.

Muchos gérmenes pueden causar neumonía, lo más comunes son las bacterias y los virus en el aire que respiramos.

Tosferina.

Es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar respiración, es causada por la bacteria *Bordetella pertussis*, es una enfermedad grave que puede afectar a personas de cualquier edad y causar discapacidad permanente en los bebés e incluso la muerte.

Síntomas iniciales son similares a los del resfriado común, los episodios graves de tos comienzan alrededor de 10 a 12 días más tarde, también pueden ser la fiebre leve 38.9°C o más baja y diarrea.

Los antibióticos como la eritromicina, pueden hacer desaparecer los síntomas rápidamente si se inicia a tiempo, algunas personas reciben el diagnóstico demasiado tarde cuando los antibióticos ya no pueden hacer nada.

Trastornos de la piel.

Estos trastornos varían mucho en cuanto los síntomas y gravedad, pueden ser temporales y permanentes, pueden ser temporales, indolorosos y causar dolor.

La causa de estos trastornos no siempre se conoce, existen tratamientos efectivos para los trastornos de la piel, los cuales permiten periodos prolongados de remisión.

En los niños los trastornos más comunes de la piel son eczema, dermatitis del pañal, varicela, sarampión, verrugas, acné, urticaria, eritema infeccioso, verrugas, dermatitis seborreica.

Situación legal actual, perspectivas profesionales.

Medicina tradicional son los sistemas de atención a la salud que tiene sus raíces en conocimiento profundos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales.

Terapeutas o prácticos tradicionales son las personas que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir enfermedades, curar o mantener la salud individual física o espiritual, colectiva y comunitaria enmarcados en una forma de interpretar el mundo que les rodea acorde a su cultura y los marcos explicativos de sus sistemas médico tradicional.

Pueblos indígenas son aquellos desdientes que habitan en el territorio actual de los países americanos al iniciarse la ocupación europea.

Comunidades indígenas integrantes de los pueblos indígenas aquellas que formen una unidad social, económica y cultural.

Conocimientos tradicionales conjunto de saberes y practicas colectivas de los pueblos indígenas referidos a la biodiversidad, a la salud enfermedad y al manejo de los recursos orientados al bienestar comunitario.

Terapias manuales.

Son técnicas específicamente para el dolor y otros síntomas de disfunción neuro muscular esquelética de la columna vertebral y de las extremidades.

Algunas de las técnicas son la terapia manual articular, terapia manual miofascial, terapia manual neural y visceral.

Tres formas notables de terapia manual son la manipulación, la movilización y el masaje. Donde la manipulación es la introducción ingeniosa de una fuerza de rotación, cizalla o distracción rápida de una articulación, la manipulación a menudo se asocia con un sonido audible causado por la ruptura instantánea de burbujas de gas que se forman durante la cavitación articular y la movilización es un proceso más lento y controlado de estiramientos articulares y de tejidos blandos.

La terapia manual se puede definir de manera diferente de acuerdo con la profesión que la describe para indicar lo que está permitido dentro del ámbito de práctica de los profesionales.

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 sistema linfático se encarga de transportar los desechos derivados de la nutrición de las células hasta la sangre, que posteriormente los lleva hasta el sistema excretor para eliminarlos. Los edemas aparecen cuando el sistema linfático no puede depurar ciertas zonas, porque los líquidos y sustancias se estacan.

El drenaje linfático se utiliza cada vez más en el área de oncología para el tratamiento de edemas traumáticos, linfedemas y complicaciones linfáticas derivadas de una cirugía, también se utiliza a menudo con fines estéticos.

contradicciones del drenaje linfático manual infecciones agudas, flebitis y trombosis, insuficiencia cardíaca e hipotensión arteria.

El sistema linfático es un sistema de conductos que discurre de manera paralela al sistema circulatorio, sólo que, en lugar de transportar sangre, transporta linfa, un líquido blanquecino capaz de movilizar moléculas muy grandes, como las proteínas, el papel de la linfa es transportar el líquido sobrante, que contiene sustancias de desecho, hasta el sistema circulatorio, hasta la sangre, para que el organismo pueda desprenderse de esos desechos.