



**Mi Universidad**

**SUPERNOTA**

*Nombre del Alumno: Ronaldo de la Cruz Sangeado*

*Nombre del tema: PADECIMIENTOS: DIGESTIVOS, RESPIRATORIOS, CIRCULATORIO, NERVIOSO, ENDOCRINO, ESQUELÉTICO, MUSCULAR.*

*Parcial: 8to A*

*Nombre de la Materia: Enfermería y Practicas Alternativas de Salud*

*Nombre del profesor: Selene Ramírez Reyes*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Ejecutivo*

# **INTRODUCCIÓN**

El Padecimiento se refiere a una condición o situación en la que una persona experimenta dolor, malestar, enfermedad o trastorno en su salud física o mental. Es un término amplio que engloba una variedad de situaciones en las que el bienestar de una persona se ve afectado de manera negativa.

Existen muchos padecimientos que son muy comunes, e esta supernota se plasman algunas de ellos

# **ÍNDICE**

INTRODUCCIÓN .....	02
EMPACHO.....	04
DIARREA .....	05
ESTREÑIMIENTO .....	06
LUXACIONES.....	07
FRACTURAS.....	08
ESGUINCE.....	09
BROQUITIS.....	10
NEUMONIA.....	10
TOS FERINA.....	11
TRASTORNOS DE LA PIEL.....	11
CONCLUSION .....	12
BIBLIOGRAFIA.....	13

# EMPACHO

Es definido como una "indigestión de la comida" y a su vez, el término indigestión es considerado como un "trastorno que por esta causa padece el organismo", cuando existe un alimento o alguna sustancia "que no se digiere o se digiere con dificultad"



## CAUSAS

Se pueden reconocer cuatro agrupaciones:

### Calidad de la ingesta

- a) Ingestión de sustancias no alimenticias: tierra, chicle, papel, basura.
- b) Ingestión de frutos no maduros.
- c) Ingestión de alimentos de difícil digestión: cáscaras de frutas, cuero de cerdo, tortillas crudas, y en el caso de los lactantes, frijol.

### Ingesta excesiva

Comer en exceso cualquier tipo de alimentos.

### Condiciones o comportamientos ante la ingesta.

- c) Comer inmediatamente después de haber "hecho un coraje", padecido un "susto" o haber "hecho bilis".
- d) Comer rápido con

### Oportunidad de la ingesta.

- a) Comer a deshoras, generalmente después de los horarios habituales; esta ingesta ansiosa provoca que se coma también excesivamente.
- b) Comer inmediatamente antes de dormir

## SIGNOS Y SINTOMAS

- Dolor de cabeza.
- Sudoración.
- Falta de apetito.
- Inflamación abdominal.
- Dolor estomacal.
- Pesadez.
- Acidez.
- Ardor estomacal.
- Eructos.
- Náuseas.
- Vómito.
- Flatulencias.



# DIARREA

La Diarrea es el padecimiento que provoca evacuar heces flojas y líquidas tres o más veces al día, dependiendo de la gravedad la diarrea puede ser Aguda y Crónica.



## CAUSAS

- Contaminación por bacterias en alimentos o agua
- Virus como la gripe, el norovirus o rotavirus. El rotavirus es la causa más común de diarrea aguda en niños
- Parásitos: Pequeños organismos que se encuentran en alimentos o agua contaminados
- Medicamentos como antibióticos, medicamentos contra el cáncer y antiácidos que contienen magnesio
- Intolerancia y sensibilidad a ciertos alimentos: Problemas para digerir ciertos ingredientes o comidas, como la intolerancia a la lactosa
- Enfermedades del estómago, el intestino delgado o el colon, como la enfermedad de Crohn
- Problemas del funcionamiento del colon, como el síndrome del intestino irritable

## MANIFESTACIONES

- Calambres o dolor en el abdomen
- Necesidad urgente de ir al baño
- Pérdida del control intestinal
- Fiebre
- Escalofríos
- Sangre en las heces.

## COMPLICACIONES

- Signos de deshidratación
- Diarrea por más de dos días si usted es un adulto. En niños, póngase en contacto con el proveedor de salud si dura más de 24 horas
- Dolor intenso en el abdomen o recto (en adultos)
- Fiebre de 102 grados F o más (38,8 grados C)
- Heces que contienen sangre o pus
- Heces negras y alquitranadas

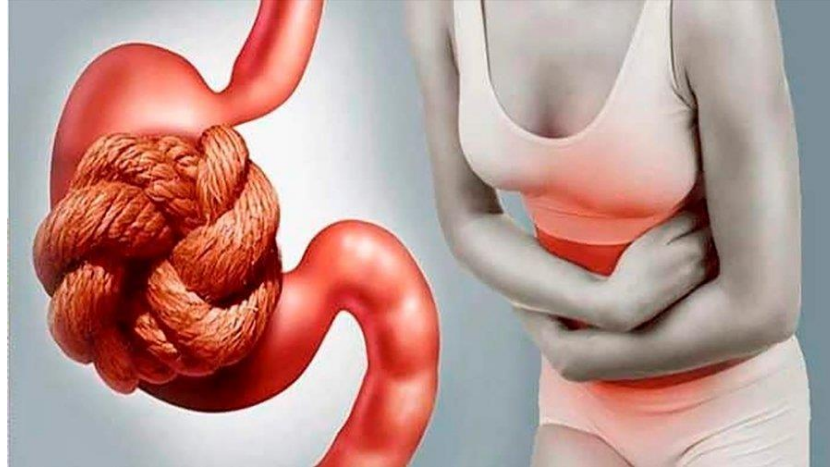
## DIAGNOSTICO

- Realizar un examen físico
- Preguntarle por los medicamentos que esté tomando
- Hacerle un análisis de las heces o sangre para buscar bacterias, parásitos u otros signos de enfermedad o infección
- Pedirle que deje de comer ciertos alimentos para ver si la diarrea desaparece



# ESTREÑIMIENTO

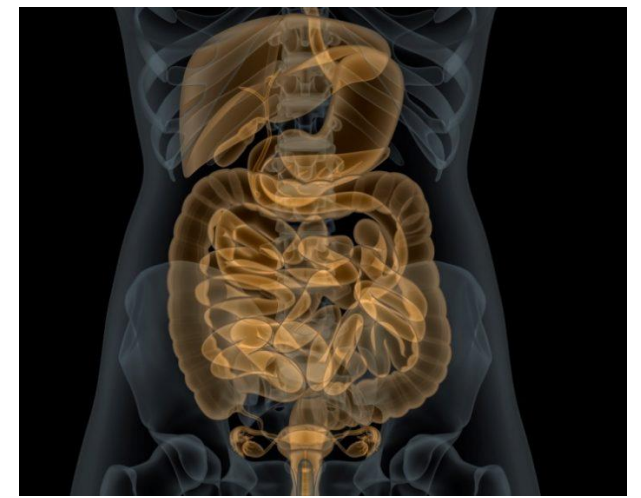
El estreñimiento crónico se caracteriza por las deposiciones poco frecuentes o la dificultad para evacuar, lo que se manifiesta durante varias semanas o más. El estreñimiento crónico también puede provocar que las personas hagan demasiada fuerza para defecar.



## SINTOMAS

Entre los signos y síntomas del estreñimiento crónico se incluyen los siguientes:

- Defecar menos de tres veces por semana.
- Tener heces grumosas o duras.
- Hacer esfuerzo para defecar.
- Sentir como si tuvieras una obstrucción en el recto que evita que puedas defecar.
- Sentir como si no pudieras vaciar completamente el recto.
- Necesitar ayuda para vaciar el recto, como usar las manos para presionar tu abdomen y usar un dedo para quitarte las heces del recto.



El estreñimiento puede considerarse crónico si tuviste dos o más de estos síntomas durante los últimos tres meses.

## CAUSAS

### Obstrucciones en el colon o el recto

Las obstrucciones en el colon o el recto pueden retardar o detener el movimiento de las heces.

### Problemas con los nervios alrededor del colon y el recto

Los problemas neurológicos pueden afectar los nervios que hacen que los músculos en el colon y el recto se contraigan y muevan las heces a través de los intestinos.

### Dificultad con los músculos relacionados con la eliminación

Los problemas con los músculos pélvicos relacionados con la defecación pueden causar estreñimiento crónico.

## TRATAMIENTO

Incorpora abundantes cantidades de alimentos ricos en fibra en tu dieta, incluidos los frijoles, vegetales, frutas, cereales integrales y salvado.

Consume menos alimentos con bajo contenido de fibra, como los alimentos procesados y los productos lácteos y la carne.

Bebe mucho líquido.

Mantente lo más activo posible y procura hacer ejercicio periódicamente.

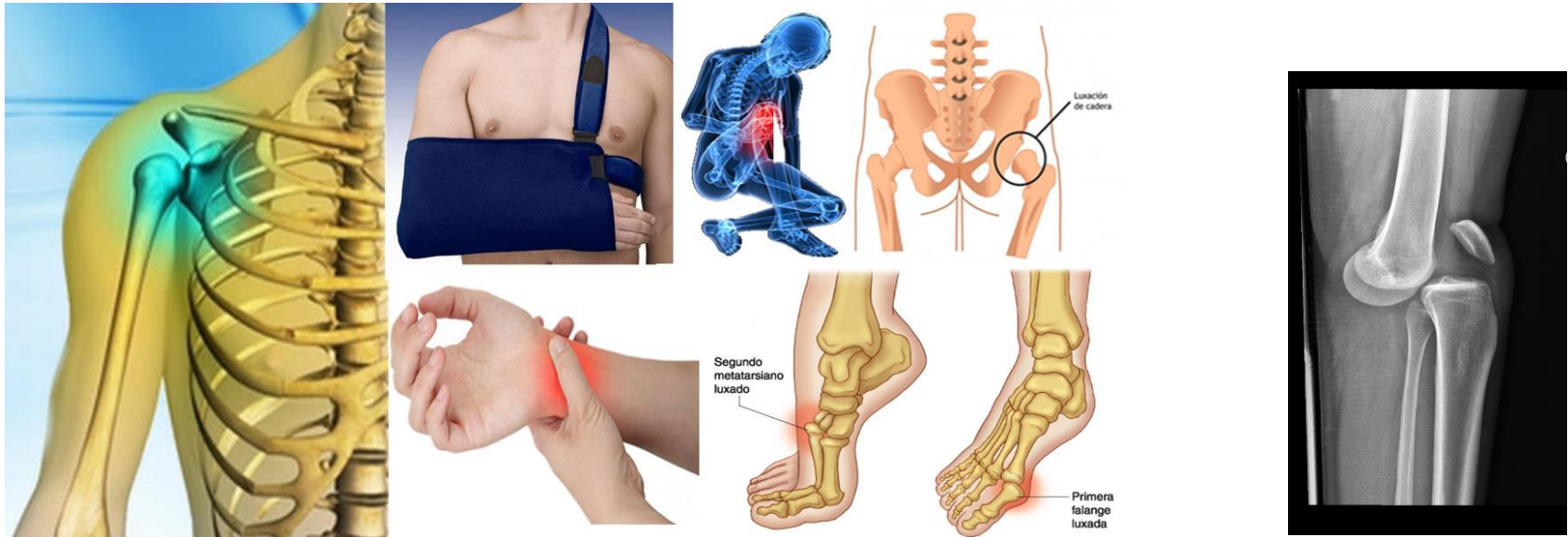
Procura controlar el estrés.



# LUXACIONES

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

Una articulación luxada es una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal.



## SINTOMAS

- Estar acompañada de entumecimiento u hormigueo en la articulación o fuera de esta.
- Presentar dolor intenso, especialmente si usted intenta usar la articulación o poner peso en ella

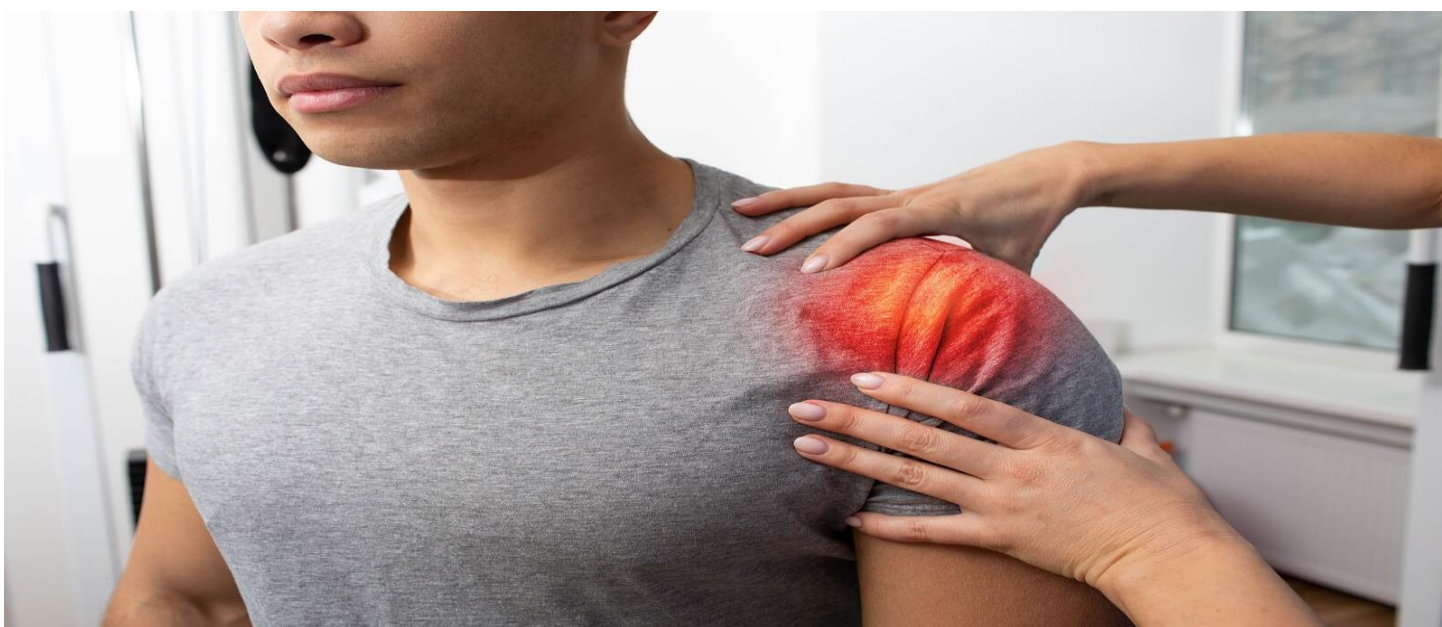
## PREVENCION

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. No hay un sustituto de la supervisión cercana, no importa cuán seguro pueda parecer el ambiente o la situación.

Enséñeles a los niños cómo estar a salvo y cuidarse solos.



# FRACTURAS

Una fractura es una ruptura parcial o total del hueso. Cuando se produce una fractura, esta se clasifica:

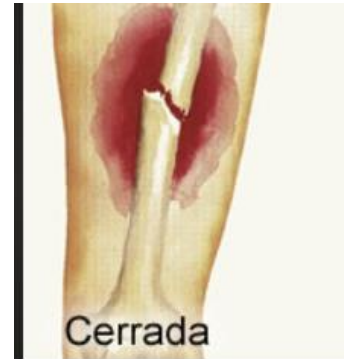
## ABIERTA

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



## CERRADA

El hueso se rompe, pero la piel permanece intacta.



## CAUSAS

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 también pueden deberse a enfermedades que debilitan los huesos, como la osteoporosis o el cáncer de huesos.

Pueden ser consecuencia de caídas, traumatismos o resultado de un golpe directo o patada al cuerpo.

## SINTOMAS

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



## DIAGNOSTICO

Radiografía.

Resonancia magnética (MRI, por su sigla en inglés).

Tomografía computarizada (También llamada escáner CT o CAT.)





# ESGUINCE

Un esguince es un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones

## SIGNOS Y SINTOMAS

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas
- Capacidad limitada para mover la articulación afectada
- Escuchar o sentir un “pop” en la articulación en el momento de la lesión

## FACTORES DE RIESGO

- **Condiciones ambientales.** Las superficies resbaladizas o desniveladas pueden hacerte más propenso a las lesiones.
- **Fatiga.** Los músculos cansados tienen menos probabilidades de proporcionar un buen soporte para las articulaciones. Cuando estás cansado, también es más probable que sucumbas a fuerzas que podrían tensar una articulación.
- **Equipo inadecuado.** El calzado u otro equipo deportivo que no calza bien o que está mal mantenido pueden contribuir al riesgo de sufrir un esguince.

## CAUSAS

- Tobillo: caminar o hacer ejercicio en una superficie desnivelada, y caer torpemente de un rante una actividad atlética
- Muñeca: caer sobre una mano extendida
- Pulgar: daño durante la práctica de esquí o sobrecarga al practicar deportes de raqueta, como el tenis

## PREVENCION

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.



# BRONQUITIS

La bronquitis aguda, a veces también llamada resfriado de pecho, ocurre cuando las vías respiratorias en el pulmón se inflaman y producen mucosidad en los pulmones. Eso es lo que lo hace toser. La bronquitis aguda puede durar menos de 3 semanas

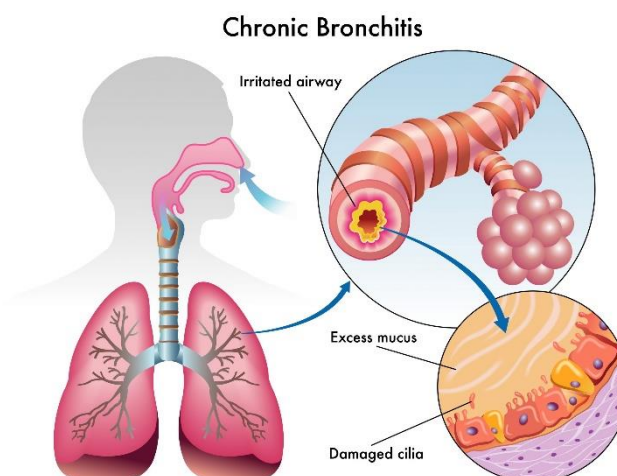
## SINTOMAS

Los síntomas de la bronquitis aguda duran menos de 3 semanas y pueden incluir:

- Tos con o sin mucosidad
- Dolor en el pecho
- Cansancio (fatiga)
- Dolor de cabeza leve
- Dolores corporales leves
- Dolor de garganta

## TRATAMIENTO

Por lo general, la bronquitis aguda mejora por sí sola, sin antibióticos. Los antibióticos no lo ayudarán a mejorar si usted tiene bronquitis aguda



# NEUMONIA

La neumonía es una infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones. Los sacos aéreos se pueden llenar de líquido o pus (material purulento), lo que provoca tos con flema o pus, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar.

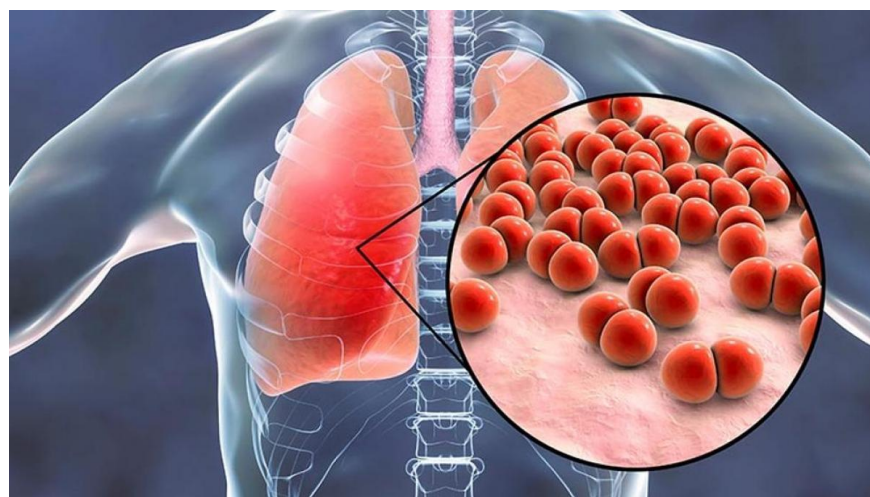
## SINTOMAS

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
- Fatiga
- Fiebre, transpiración y escalofríos con temblor
- Temperatura corporal más baja de lo normal (en adultos mayores de 65 años y personas con un sistema inmunitario débil)
- Náuseas, vómitos o diarrea
- Dificultad para respirar

## CAUSAS

Los más comunes son las bacterias y los virus en el aire que respiramos.



# TOS FERINA

Es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración. A menudo se escucha un sonido "convulsivo" profundo cuando la persona trata de inspirar.

## CAUSAS

La tos ferina o tos convulsiva es una infección de las vías respiratorias altas. Es causada por la bacteria *Bordetella pertussis*



## SIGNOS Y SINTOMAS

Los síntomas iniciales son similares a los del resfriado común. En la mayoría de los casos, se presentan aproximadamente una semana después de la exposición a la bacteria. Los episodios graves de tos comienzan alrededor de 10 a 12 días más tarde.

Otros síntomas de tos ferina incluyen:

- Rinorrea • Fiebre leve, 102°F (38.9°C) o más baja • Diarrea

## TRATAMIENTO

Los antibióticos, como eritromicina, pueden hacer desaparecer los síntomas más rápidamente si se inician a tiempo. Desafortunadamente, la mayoría de las personas reciben el diagnóstico demasiado tarde cuando los antibióticos no son muy efectivos.



# TRASTORNOS DE LA PIEL

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. Algunas de sus causas son circunstanciales, mientras que otras pueden ser genéticas. Algunas afecciones de la piel son menores y otras pueden poner en peligro la vida.

La causa de estos trastornos no siempre se conoce. Existen tratamientos efectivos para muchos de los trastornos permanentes de la piel, los cuales permiten períodos prolongados de remisión. Sin embargo, son incurables y los síntomas pueden volver a aparecer en cualquier momento.

Las afecciones crónicas de la piel incluyen:

- **ROSÁCEA**, que se caracteriza por pequeños bultos rojos, llenos de pus en la cara
- **PSORIASIS**, que causa parches escamosos y secos, con picazón
- **VITÍLIGO**, que produce parches grandes e irregulares de la piel



## **CONCLUSIÓN**

El Padecimiento abarca una amplia gama de situaciones en las que la salud de una persona se ve afectada negativamente. Comprender sus causas, síntomas y formas de manejarlo es crucial para mantener un bienestar óptimo.

*ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD.* (n.d.).

Plataformaeducativauds.com.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/069b58aff4e85c4de9fd546f2ec4451f.pdf>