



**Mi Universidad**

*Nombre del Alumno: Meylin del Rocío Velázquez Rodríguez.*

*Parcial: III.*

*Nombre de la Materia: Practicas Profesionales.*

*Nombre del profesor: María del Carmen López Silba.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 9no A.*

## **INTRODUCCION.**

Durante el desarrollo de este ensayo estaremos hablando de temas como es el dolor de pecho, dificultad para respirar (disnea) y cefalea mencionando los signos y síntomas y los cuidados que tiene cada uno de estos padecimientos que son de suma importancia conocer, ya que pueden tener diversas causas; algunas de las cuales pueden ser graves, desde problemas cardiacos hasta condiciones digestivas o musculares, y que en la actualidad se ha visto un gran incremento de ello. Es por eso que se debe conocer acerca de estos temas para poder prevenir, controlar y reducir posibles complicaciones que se puedan presentar.

### **DOLOR DE PECHO.**

Es un Malestar en el pecho que puede incluir un dolor leve, una sensación de ardor o agobio, un dolor punzante agudo y dolor que se irradia hacia el cuello o los hombros, muchos problemas diferentes pueden ocasionar dolor de pecho y causas más peligrosas para la vida comprometen al corazón o los pulmones. Dado que el dolor de pecho puede indicar un problema grave, es importante buscar atención médica de inmediato. Tener este padecimiento puede llegar a asustarlo y puede ser por muchas razones como: Otros problemas del corazón como la angina, ataques de pánico, Problemas digestivos como acidez o enfermedades del esófago, Músculos adoloridos, enfermedades de los pulmones, como neumonía, pleuresía o embolismo pulmonar, Costocondritis que es una inflamación de las articulaciones del pecho.

### **Tratamiento.**

El tratamiento y los primeros auxilios del dolor de pecho dependerá de la causa del dolor, la causa puede variar desde problemas menores, como acidez estomacal o estrés emocional, hasta emergencias médicas graves, como un ataque cardíaco o un coágulo de sangre en los pulmones.

### **Signos y síntomas.**

El dolor de pecho puede presentar diversas sensaciones y muy diferentes en las personas en ocasiones el dolor que se presenta no tiene nada que ver con el corazón pero es muy importante consultar con algún médico.

Alguno de los síntomas que se pueden presentar son:

- ✚ Presión, inflamación, ardor u opresión en el pecho.
- ✚ Dolor opresivo o agudo que se extiende hasta la espalda, el cuello, la mandíbula, los hombros y uno o ambos brazos.
- ✚ Dolor que dura más de unos pocos minutos, empeora con la actividad, desaparece y vuelve a aparecer, o varía en intensidad.
- ✚ Falta de aire.
- ✚ Sudor frío.
- ✚ Mareos o debilidad.
- ✚ Náuseas o vómitos.

### **Causas.**

Pueden ser por:

Ataque cardíaco: Se produce cuando se bloquea el flujo de sangre al músculo cardíaco, con frecuencia, por un coágulo sanguíneo.

Angina de pecho: Dolor de pecho causado por una irrigación sanguínea deficiente al corazón. Esto suele deberse a la acumulación de placas gruesas en las paredes internas de las arterias que transportan la sangre al corazón.

Diseccción aórtica. Esta afección, que puede poner en riesgo la vida, afecta a la arteria principal que sale del corazón (la aorta).

Pericarditis. Se trata de la inflamación del saco que rodea el corazón.

### **Cuidados generales de enfermería.**

1. Evaluar el dolor torácico: (intensidad, localización y la duración).
2. Mantener un ambiente tranquilo dentro de la unidad para favorecer el descanso continuo y disminuir la ansiedad.

3. Administrar la medicación con la técnica y vías adecuadas.
4. Realizar ECG completo en el momento de la angina, para determinar el tipo de angina, y monitorizar durante las primeras 12 horas para determinar arritmias.
5. Posición semifowler 45°
6. Evaluar la monitorización hemodinámica no invasiva: Especialmente de la presión arterial y de la frecuencia cardiaca.
7. Explicar brevemente todos los tratamientos y procedimientos antes de realizarlos durante la estancia del enfermo.
8. Pedir a la paciente que visite a la enfermera de su centro de salud para que realice un control del peso y la hipertensión arterial (HTA)

### **DIFICULTAD PARA RESPIRAR.**

También llamada disnea, es la sensación desagradable de tener dificultad respiratoria, las personas pueden experimentar la falta de aire de manera diferente dependiendo de la causa. Al realiza ejercicio es normal que se produzca un aumento en la frecuencia y profundidad de la respiración, pero en ocasiones resulta molesto. La frecuencia respiratoria también aumenta durante el reposo como consecuencia de muchos trastornos, ya sean de los pulmones o en otras partes del organismo.

Muchos trastornos de los pulmones pueden ocasionar dolor de pecho, como los siguientes:

**Embolia pulmonar:** Se produce cuando un coágulo de sangre se atasca en una arteria del pulmón (arteria pulmonar) y bloquea el flujo de sangre al tejido pulmonar.

**Pleuritis:** Si la membrana que recubre los pulmones se inflama, puede provocar dolor de pecho que empeora cuando inhalas o toses.

**Colapso pulmonar:** se produce cuando el aire se filtra en el espacio entre el pulmón y las costillas.

### **Signos y síntomas y prevención.**

Los signos de alarma en los pacientes con disnea, son los siguientes:

- ❖ Dificultad respiratoria en reposo.
- ❖ Disminución del nivel de consciencia, agitación o confusión.
- ❖ Molestia en el pecho o sensación de que el corazón está latiendo con violencia o muy rápidamente o con latidos irregulares.
- ❖ Pérdida de peso.
- ❖ Sudoración nocturna.
- ❖ Cambios de color.
- ❖ Gruñidos.
- ❖ Aleteo nasal.
- ❖ Retracciones.
- ❖ Sudoración.

Algunas de las indicaciones para prevenir la disnea es ventilar el ambiente donde se encuentre, no fumar y mantener el entorno libre de humo, mantener un peso saludable, realizar ejercicio, controlar las condiciones medicas y controlar el estrés y la ansiedad.

### **Cuidados generales de enfermería.**

1. Vigilar la frecuencia, ritmo, profundidad y esfuerzo de las respiraciones.
2. Evaluar el movimiento torácico.
3. Mantener la permeabilidad de las vías aéreas.
4. Preparar el equipo de oxígeno y administrar mediante un sistema calefactado y administrar oxígeno según órdenes.
5. Vigilar el estado respiratorio y de oxigenación.
6. Vigilar la respuesta cardiorrespiratoria a la actividad.

### **CEFALEA.**

Es caracterizadas por dolores de cabeza recurrentes, son uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso, trastornos primarios dolorosos e incapacitantes como la jaqueca o migraña, la cefalea tensional y la cefalea en brotes.

### **Tipos.**

**Migraña:** Está causada por la activación de un mecanismo encefálico que conduce a la liberación de sustancias inflamatorias y causantes de dolor alrededor de los nervios y vasos sanguíneos de la cabeza.

**Cefalea tensional:** Especie de banda de presión u opresión alrededor de la cabeza, que a veces se irradia al cuello o desde este.

**Cefalea en brotes:** Es una cefalea primaria, se caracteriza por episodios recurrentes y frecuentes pero sumamente dolorosos se acompaña de rinorrea u obstrucción de la fosa nasal del lado afectado, y el párpado puede estar caído.

**Cefalea por uso excesivo de analgésicos:** Está causada por el consumo crónico y excesivo de medicamentos para combatir las cefaleas.

### **Signos y síntomas.**

La intensidad del dolor suele ser moderada o severa y puede llegar a ser incapacitante para el paciente, obligándole a suspender su actividad, además de estos síntomas también se pueden presentar otros como:

- ✓ Párpado caídos.
- ✓ Lagrimeos.
- ✓ Vértigo.
- ✓ Náuseas y vómito.
- ✓ Espasmos faciales.

### **Causas.**

**Herencia:** La mayoría de las personas que padece migraña tiene padres o hermanos que también la padecen.

**Edad:** En la infancia es menos frecuente y se da por igual en niños y niñas. Sin embargo, a partir de la pubertad es más frecuente en las mujeres.

**Alimentos:** chocolate, cacao, vainilla, frutos secos, cítricos, quesos fermentados y los aditivos de comida basura.

**Cambios hormonales:** Empeora en las mujeres durante el período de ovulación y de la menstruación, así como con la toma de anticonceptivos orales.

### **Cuidados generales de enfermería.**

1. Fomentar el descanso en una habitación oscura y silenciosa, esto ayudará a reducir el dolor.
2. Aplicaciones de hielo en la cabeza por 15 a 20 minutos cada hora o según indicaciones.
3. Control de la cefalea, anotando cuando empiezan y terminan.
4. Instruir al paciente a que realice ejercicio.
5. Administración de analgésicos por prescripción médica.
6. Realizar medidas posturales (decúbito supino)
7. Aumentar la hidratación.

### **CONCLUSION.**

Con lo antes visto podemos decir y/o llegar a la conclusión que los temas mencionados pueden llegar a tener muchas causas diferentes y no siempre indica un problema grave, pero nunca debe ser ignorado. La prevención, el cuidado de la salud y la pronta atención médica son fundamentales para manejar adecuadamente cualquier síntoma relacionado con el dolor de pecho, la disnea y cefalea; esto para garantizar una buena calidad de vida.

### **Bibliografía**

UDS. (05 de JULIO de 2024). UDS. Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/3ecabb4b8d938309ac53b06f47d64c65-LC-LEN901%20PRACTICAS%20PROFESIONALES.pdf>