



**Nombre de alumnos: Paola Del
Carmen Zarquiz Aguilar**

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

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Prácticas profesionales

Grado: 9°

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 05 de Julio de 2025.

ENSAYO

SINTOMAS MÁS FRECUENTES Y SEÑALES DE DOLOR DE ALERTA

INTRODUCCIÓN

En virtud a lo que se argumenta daremos un enfoque muy importante ante los temas que se abordaran que son el dolor de pecho, la dificultad para respirar y la cefalea. Cabe señalar que el dolor de pecho es un síntoma que puede ser experimentado por personas de todas las edades y géneros a menudo este malestar provoca por lo general algunas preocupaciones ya que puede estar relacionado con una amplia variedad de condiciones médicas que lo provoquen. A parte de eso la dificultad de respira es una cierta afección que involucra una sensación de incomodidad al respirar o la sensación de no estar recibiendo el suficiente oxígeno. Habría que añadir que la cefalea mejor conocido como dolor de cabeza recurrente es visto como un trastorno común del sistema nervioso.

DESARROLLO

DOLOR DE PECHO

En eficacia a lo estudiado, podemos lograr definir primeramente que el Dolor de Pecho se presente de diferentes formas como una punzada intensa a un dolor sordo, que en algunos casos puede manifestarse como una sensación de opresión e incluso ardor que se desliza por el cuello, la mandíbula hasta radicar por la espalda, brazo o ambos. Existen indefinidamente de problemas y causas incluso peligrosas para la vida que comprometen el corazón o los pulmones el dolor de pecho.

A todo esto tener dolor en el pecho no siempre significa que se esté sufriendo un ataque al corazón las razones varían como muestra:

- ✚ Otros problemas de corazón
- ✚ Ataques de pánico

- ✚ Problemas digestivos
- ✚ Dolor muscular
- ✚ Enfermedades y trastornos pulmonares
- ✚ Costocondritis.
- ✚ Estrés

Las causas del dolor de pecho y sus primeros auxilios dependerán de la causa puede ser desde causas no peligrosas, pero otras pueden ser incluso mortales.

Signos y síntomas

Es probable que el dolor de pecho tenga diferentes sensaciones según sea el detonante de los síntomas padecidos. Si nos enfocamos en el dolor relacionado con el corazón sería atribuir a una enfermedad cardíaca, por lo general se relaciona con una sensación de molestia, presión, inflamación, ardor, dolor progresivo durante unos minutos siendo agudo y que se extiende por la espalda, mandíbula, brazos, hombro, falta de aire, sudor frío, mareos o náuseas. Se pueden relacionar a causas de un ataque cardíaco, angina de pecho, disección aórtica y pericarditis.

Cuidados de enfermería generales

Para empezar hay que:

- ✚ Mantener un ambiente tranquilo para favorecer el descanso.
- ✚ Verificar la administración del fármaco para su administración con la técnica y vías adecuadas.
- ✚ Realizar un ECG completo si se trata de una angina.
- ✚ Realizar cambios de posición, semifowler.
- ✚ Monitorizar el dolor torácico.
- ✚ Explicar brevemente todos los tratamientos y procedimientos.
- ✚ Valorar continuamente la saturación de oxígeno.
- ✚ Durante una hospitalización sería una dieta blanda.

DIFICULTAD PARA RESPIRAR

Dado que es la sensación de falta de aire, lo que también se llama disnea, una sensación desagradable de tener dificultad respiratoria, quienes lo experimentan afirman una falta de aire de manera diferente dependiendo la causa.

Considerando la duración de una actividad física o una gran altitud pero en poco común que resulta molesto. También la frecuencia puede aumentar durante el reposo como consecuencia de muchos trastornos de pulmón u otras partes del mismo organismo, como la causa de la tener fiebre la respiración es acelerada. Esta respiración en una persona con disnea suele ser acompañada de una sensación de ahogo, sensación de ser incapaz de respirar con suficiente fuerza y profundidad. Un esfuerzo para expandir o expulsa el aire. Muchos trastornos de los pulmones pueden ocasionar el dolor de pecho dependiendo de la causa de la disnea, como sería una embolia pulmonar, pleuritis, un colapso pulmonar o hipertensión pulmonar.

Síntomas y signos

Las afecciones que se padece es la sensación incomoda de necesitar urgentemente inhalar antes de que termine de exhalar, puede a ver diversas sensación como en algunos casos sienten una opresión en el pecho. Por lo que se pide tener precaución ante los signos de alarma que son:

- ✚ Dificulta respiratoria en reposo.
- ✚ Disminución del nivel de conciencia, agitación o confusión.
- ✚ Molestia en el pecho o sensación de que el corazón late con mayor fuerza.
- ✚ Perdida de peso
- ✚ Sudoración nocturna.

Considerando que aquellos que padecen problemas para respirar manifiestan signos de que están haciendo un mayor esfuerzo para respira. Es importante saber reconocer dichos signos para saber como actuar. Ante ciertos puntos que padecen como la frecuencia respiratoria, cambios de color, gruñidos, aleteo nasal, retracciones, sudoración, silbidos al respirar, postura corporal y habla es bueno acudir a un proveedor de atención medica para un diagnostico seguro.

Cuidados generales de enfermería

Ante su cuidado hay que tomar en cuenta:

- ✚ Vigilar la frecuencia respiratoria, ritmo, profundidad y distinguir si hay esfuerzo de respiraciones.
- ✚ Evaluar el movimiento torácico.
- ✚ Mantener la permeabilidad de las vías aéreas, ante la eliminación de las secreciones, fomentando la tos.
- ✚ Administra oxígeno si procede.
- ✚ Vigilar el flujo de litro de oxígeno.
- ✚ Considerar el controlar la eficacia de la oxigenoterapia.
- ✚ Vigilar las respuestas cardiorrespiratorias.

CEFALEA

En relación con las cefaleas que son dolores de cabeza recurrentes, siendo comunes para el sistema nervioso son trastornos primarios dolorosos e incapacitantes como son la jaqueca o migraña y la cefalea en brotes. En cuanto a la frecuencia que se padece ante una prevalencia calculada un aproximado del 50% de adultos, una mitad y las tres cuartas partes de los adultos de 18 a 65 años.

Las cefaleas asignan una carga personal bajo la forma de sufrimiento, menoscabo de la calidad de vida y costo económicos. Existen una variedad de tipos de cefaleas de acuerdo a su causa como:

- ✚ La migraña, la cefalea tensional causada por consumo excesivo de analgésicos.
- ✚ Jaqueca cefalea primaria causada por la activación de un mecanismo encefálico que conduce a la liberación de sustancias inflamatorias y causantes de dolor alrededor de los nervios.
- ✚ Cefalea tensional la más común causada principalmente con el estrés, problemas osteomusculares del cuello, fiebre.
- ✚ Cefalea en brotes no se sabe con exactitud que causa este tipo de cefalea pero se caracteriza por episodios recurrentes y frecuentes varias veces al día, sumamente dolorosos y se centran en torno a un ojo.

Las causas más comunes de la cefalea son por diferentes factores como la herencia, edad, estrés, alimentos, alcohol, cambios hormonales, cambios climáticos, falta o exceso de sueño y los fármacos. En la cefalea tensional el dolor es leve o moderado que aparece en episodios. La migraña o jaqueca duele la mitad de la cabeza y en la cefalea en racimos son dolores intensos de corta duración.

Signos y síntomas

La intensidad del dolor suele ser moderada o severa, en algunas ocasiones llega a ser incapacitante para el paciente, como el dolor puede ser en zonas concretas o puede ser en toda la cabeza. Además del dolor puede mostrar síntomas de párpados caídos, lagrimeo, vértigo, náuseas y vómitos.

Cuidados generales de enfermería

- ✚ Sería tener un buen descanso
- ✚ Aplicación de hielo en la cabeza
- ✚ Control diario de migrañas.

Para no padecer dicho trastorno es bueno no fumar, no consumir alcohol, hacer ejercicio, control del estrés, respetar los horarios de sueño y un buen control de la dieta.

CONCLUSIÓN

De este modo podemos finalizar con dichos temas que cada uno tiene un proceso diferente ante su causa y si no tiene el cuidado necesario puede tener una gran consecuencia desde un mínimo error o incumplimiento de su cuidado no se podrá obtener los resultados deseados y con ello la recuperación del paciente siendo que tenemos que verificar con precisión cada una de las etapas y métodos. La recuperación segura del paciente es lo primordial así que es importante un mayor conocimiento y esfuerzo ante todo.

(UDS, 2024)

Bibliografía

UDS. (04 de Julio de 2024). *Plataforma educativa, UDS*. Obtenido de Plataforma educativa, UDS:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/4f01ae8fc4adbaffe928ddf884d40f01.pdf>