



Nombre de los alumnos: EDSON DANIEL DE LEON DOMINGUEZ.

Nombre del tema: SINTOMAS MAS FRECUENTES Y SEÑALES DE DOLOR DE ALERTA.

Nombre de la Materia PRACTICAS PROFECIONALES

Nombre del profesor: MARIA DEL CARMEN LOPEZ SILVA.

Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA.

Cuatrimestre: NOVENO Grupo: A

## INTRODUCCION:

Cuando se trata de síntomas frecuentes y señales de alerta en relación con el dolor es crucial entender algunas pautas comunes los síntomas más frecuentes pueden variar ampliamente según la condición médica específica pero algunos incluyen dolor agudo o crónico sensación de presión o pesadez. Las señales de alerta de dolor que requiere atención médica inmediata puede incluir dolor repentino e intenso dolor que irradia hacia otras partes dolor persistente que no mejora con el reposo.

## DESARROLLO.

### DOLOR DE PECHO:

El dolor de pecho se presenta en diferentes formas, desde una punzada intensa hasta un dolor sordo. En algunos casos, el dolor de pecho puede manifestarse como una sensación de opresión o ardor.

Muchos problemas diferentes pueden ocasionar dolor de pecho, las 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 dolor en el pecho puede asustarlo, pero no significa que usted esté sufriendo un ataque al corazón, hay muchas otras razones.

- Ataques de pánico
  - Problemas digestivos como acidez o enfermedades del esófago
    - Músculos adoloridos
  - Enfermedades de los pulmones, como neumonía, pleuresía o embolismo pulmonar
  - Costocondritis: una inflamación de las articulaciones del pecho.
- Los primeros auxilios para el dolor en el pecho dependen de la causa, la causa de dolor en el pecho 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 (embolia pulmonar).

Puede ser difícil saber si tu dolor en el pecho se debe a un ataque cardíaco o a otra afección médica, en especial si nunca tuviste dolor en el pecho antes, no intentes auto diagnosticar

la causa, busca ayuda médica de emergencia si tienes dolor en el pecho sin causa aparente que dura más de unos minutos.



## SIGNOS SINTOMAS:

El dolor de pecho puede provocar varias sensaciones diferentes según cuál sea el detonante de los síntomas.

Por lo general, la molestia en el pecho relacionada con un ataque cardíaco o con otro problema cardíaco se puede describir o relacionar con una o más de las siguientes:

- Dolor opresivo o agudo que se extiende hasta la espalda, el cuello, la mandíbula.
  - hombros y uno o ambos brazos.
- Dolor que dura más de unos pocos minutos, empeora con la actividad.
  - vuelve a aparecer, o varía en intensidad.
    - Falta de aire.
    - Sudor frío.
    - Mareos o debilidad.
- Verificar la receta o la orden antes de administrar el fármaco
- Administrar la medicación con la técnica y vías adecuadas.
- Observar los efectos terapéuticos de la medicación en el paciente.
- 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.
- Asistir al paciente durante su movilización en la cama.
- Realizar cambios de posición y lubricación de la piel cada 2 a 4 horas.
  - Posición semifowler 45°
- Evaluar el dolor torácico: (intensidad, localización y la duración).
- Evaluar la monitorización hemodinámica no invasiva: Especialmente de la presión.
  - arterial y de la frecuencia cardiaca.

## DIFICULTAD PARA RESPIRAR

La sensación de falta de aire, lo que los médicos llaman disnea, es la sensación desagradable de tener dificultades respiratoria, las personas experimentan y describen la falta de aire de manera diferente dependiendo de la causa durante el ejercicio o a gran altitud es normal que se produzca un aumento en la frecuencia y la profundidad de las respiraciones, pero dicho aumento rara vez resulta.

### PREVENCIÓN:

La mayoría de los dolores de cuello se asocian con una mala postura combinada con un desgaste relacionado con la edad, para ayudar a evitar el dolor de cuello, mantén la cabeza centrada sobre la columna vertebral.

### Signos y síntomas y prevención:

La siguiente información puede ayudar a decidir si es necesaria la evaluación de un médico y a saber qué esperar durante esta.

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 (palpitaciones).

Por lo general, las personas que tienen problemas para respirar manifiestan signos de que están haciendo un mayor esfuerzo por respirar o de que no están recibiendo oxígeno suficiente, lo cual es indicio de dificultad respiratoria.

**Frecuencia respiratoria:** El aumento en la cantidad de respiraciones por minuto quizás signifique que la persona está teniendo problemas para respirar o no está recibiendo oxígeno suficiente.

**Aleteo nasal.** Si las fosas nasales se abren mucho al respirar, es posible que la persona se esté esforzando más para respirar.

**Retracciones:** Parece que el pecho se hunde justo debajo del cuello o del esternón, o ambos, con cada respiración.

### CUIDADOS GENERALES DE ENFERMERIA:

- Eliminar las secreciones fomentando la tos o mediante succión, si es necesario.
  - Enseñar a toser de manera efectiva.
- Vigilar el estado respiratorio y de oxigenación, según corresponda.
  - Utilizar instrumentos para medir la fatiga.
- Observar al paciente por si aparecen indicios de exceso de fatiga física y emocional.
  - Vigilar la respuesta cardiorrespiratoria a la actividad.
  - Ayudar al paciente a identificar objetivos realistas y asequibles.
  - Ayudar al paciente a desglosar los objetivos complejos en pasos pequeños.
    - manejables.

### CEFALEA:

¿Qué son las cefaleas?

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

### SIGNOS Y SINTOMAS:

La intensidad del dolor suele ser moderada o severa, en ocasiones puede llegar a ser incapacitante para el paciente, obligándole a suspender su actividad.

### CUIDADOS GENERALES DE ENFERMERIA:

Descanso en una habitación oscura y silenciosa. Esto ayudará a reducir el dolor.

Aplicaciones de hielo en la cabeza por 15 a 20 minutos cada hora o según indicaciones.

El hielo ayuda a disminuir el dolor.

Aplicación de calor a su cabeza por 20 a 30 minutos cada 2 horas por los días indicados.

El calor ayuda a disminuir el dolor y los espasmos musculares. Se puede alternar entre el calor y el frío.

### CONCLUSION:

En conclusión, al tratar con pacientes que experimentan cefalea tensional, es fundamental que los cuidadores de enfermería estén alerta a los síntomas más frecuentes como el dolor constante y opresivo en la cabeza, sensibilidad muscular y problemas para conciliar el sueño. Además, deben estar atentos a las señales de alerta que podrían indicar complicaciones graves, como dolores de cabeza súbitos e intensos o síntomas neurológicos como mareos y visión borrosa, proporcionar cuidados generales como educación sobre técnicas de relajación, manejo del estrés y terapias físicas puede ser beneficioso para ayudar a los pacientes a manejar sus síntomas y mejorar su calidad de vida.