



UDS

Mi Universidad

Súper notas.

Nombre del alumno: Yuliana Cristell Jiménez Esteban.

Nombre del tema: Cefalea y técnicas de vendajes.

Parcial: 1°.

Nombre de la materia: Prácticas profesionales.

Nombre de la profesora: Mtra. Guadalupe Cristell Rivera Arias.

Nombre de la licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 9°.



CEFALEA

¿Qué es?

Sensación dolorosa en cualquier parte de la cabeza, que va desde un dolor agudo a un dolor leve y puede ocurrir con otros síntomas



Frecuencia

- La cefalea que se presenta 15 días o más cada mes afecta de un 1,7% a un 4% de la población adulta del mundo.
- Al menos una vez en el último año.



Afecta todas las edades, razas, niveles de ingreso y zonas geográficas.

Que cargas imponen

Personal.

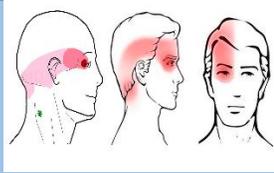
Calidad de vida.

Costos económicos.

Dañan la vida familiar.

Dañan relaciones familiares.

Dañan el trabajo.



Tipos

Migraña

Características

- Dolor en un solo lado (hemicraneal).
- Pulsátil.
- Empeora con la actividad física.
- Se acompañarse de náuseas, vómitos e hipersensibilidad a la luz y el ruido.
- Duración: 4-72 horas.
- Aparece en la pubertad.
- Afecta a adultos entre 35 a 45 años.
- Se presenta en cualquier etapa de la vida.



Tensional

Características

- Es la más común.
- Empieza en la adolescencia.
- Con mayor frecuencia en las mujeres.
- Tiene una relación directa con el estrés.
- Crónica o episódica.
- Sensación de opresión alrededor de la cabeza que a veces irradia al cuello.



En brotes

Características

- La presenta una de cada mil adultos.
- Con mayor frecuencia en hombres a partir de los 20 años.
- Episodios recurrentes y frecuentes sumamente dolorosos.
- Se presenta en torno a un ojo que lagrimea y se enrojece.
- Obstrucción de la fosa nasal del lado afectado.
- El parpado de lado afectado puede estar caído.
- Episódica o crónica.



Cefalea por uso excesivo de analgésicos (cefalea de rebote).

Características

- Causada por el consumo crónico y excesivo de medicamentos para combatir las cefaleas.
- Es la forma más común de cefalea secundaria.
- Puede afectar más a las mujeres que a los hombres.
- Es una cefalea presente la mayor parte del tiempo, opresiva, persistente y generalmente peor al despertar.



Signos y síntomas

Parpados caídos

Vómitos

Lagrimeo

Espasmos faciales

Vértigo

Enrojecimiento de ojos

Nauseas

Anisocoria



Causas

Algunas enfermedades

Depresión

Herencia

Edad

Estrés

Alimentos

Alcohol

Cambios hormonales

Cambios climáticos

Falta o exceso de sueños

Fármacos



Cuidados de enfermería

- × Descanso
- × Aplicaciones de hielo
- × Aplicación de calor.
- × Control diario de migraña.



Prevención

- ★ No fumar.
- ★ No consumir alcohol.
- ★ Hacer ejercicio regularmente.
- ★ Control del estrés.
- ★ Respetar horarios de sueño.
- ★ Control de la dieta.



TÉCNICAS DE VENDAJES

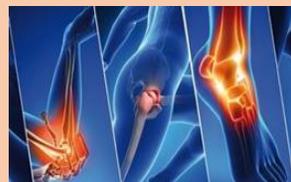
¿Qué es?

Procedimiento o técnica que consiste en envolver una parte del cuerpo cubriendo lesiones cutáneas e inmovilizando lesiones osteoarticulares con el objetivo de aliviar el dolor y proporcionar el reposo necesario para favorecer la cicatrización de los tejidos.



Usado en:

- Heridas
- Hemorragias
- Fracturas
- Esguinces
- Luxaciones



Indicaciones

- ✓ Fijar apósitos y medicamentos tópicos.
- ✓ Limitar el movimiento de la parte afectada, minimizando el dolor.
- ✓ Fijar férulas, impidiendo que se desplacen.
- ✓ Comprimir adecuadamente una zona corporal para controlar la inflamación y el edema.
- ✓ Facilitar sostén a alguna parte del cuerpo.



- ✓ Fijar en su sitio los aparatos de tracción.
- ✓ Favorecer el retorno venoso.
- ✓ Moldear zonas del cuerpo.
- ✓ Proteger la piel como prevención de lesiones.
- ✓ Contener una hemorragia.



Tipos de vendajes

♣ Suspensorio: sostiene escroto o mamas.



♣ Funcional: Realiza una inmovilización selectiva de la articulación afectada para limitar y disminuir los movimientos que producen dolor.



♣ Compresivo: Es un vendaje blando que se utiliza para obtener un gradiente de presión.



♣ Contentivo o blando: usado para contener el material de una cura o un apósito, proteger la piel de erosiones y sostener otra inmovilización (férulas).



Tipos de vendas

- ✚ De gasa orillada: Es un tipo de venda de algodón, porosa y que se suele utilizar para la realización de vendajes contentivos.
- ✚ Algodonada: Venda de algodón prensado que se emplea para almohadillar vendajes compresivos o de yeso.
- ✚ Elástica: Son vendas de algodón y tejido elástico que se usan en aquellos vendajes en los que se requiere aplicar cierto grado de presión.
- ✚ Elástica adhesiva: Es una venda realizada con tejido elástico con una cara adhesiva.
- ✚ Tubulares: Son vendas en forma de tubo que permiten la adaptación a diferentes partes del cuerpo según su tamaño.



- ✚ Impregnada en materiales: Es aquella venda impregnada de yeso, que al humedecerla, se vuelve rígida.
- ✚ De papel: Es papel pinocho con cierto grado de elasticidad.
- ✚ Espuma: utilizada como prevendaje a fin de evitar el contacto de la piel con vendajes adhesivos.
- ✚ Cohesiva: Es una venda de fibra de poliéster que se adhiere a si misma pero no a la piel.
- ✚ Tape: Tipo especial de esparadrapo.



Técnicas de vendajes

❖ Vuelta recurrente: Se realiza comenzando con una vuelta circular, a continuación se lleva el rollo de venda hacia el extremo del dedo, muñón o cabeza, realizando pliegues sobre sí misma en distintas direcciones hasta completar el vendaje.



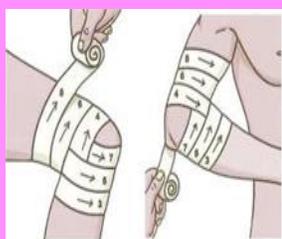
❖ Vuelta circular: consiste en dar vueltas sobre la vuelta anterior.



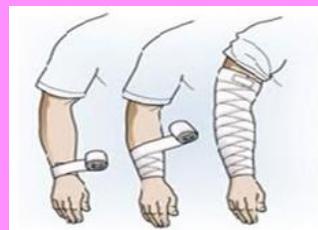
❖ Vuelta en espiral: Cada vuelta de la venda cubre 2/3 partes de la vuelta anterior de forma oblicua al eje de la extremidad que se está vendando.



❖ Vuelta en ocho: Las vueltas ascendentes y descendentes se alternan cruzándose en el centro de la articulación formando una figura en ocho.



❖ Vuelta en espiga: Se comienza por la zona distal de la extremidad, realizando vueltas hacia arriba y hacia abajo con una inclinación de 45° en cada una de ellas.



Recomendaciones al iniciar un vendaje

- Informar al paciente sobre el procedimiento al que va a ser sometido.
- Adoptar una postura cómoda y hacer que el usuario, dentro de lo posible, la adopte también.
- Elegir el tamaño de venda adecuado para la zona que se va a vendar.
- Inspeccionar la piel: color, temperatura, limpieza, lesiones en la zona, etc.
- Retirar anillos, pulseras y otros objetos de la extremidad lesionada, aunque no se encuentre en la zona a vendar.
- La posición del paciente para realizar el vendaje es aquella en que la presión capilar es menor, es decir, no debe hacerse con el miembro en declive.



Referencias bibliográficas.

Universidad del Sureste. (2024). *Prácticas profesionales. Cefalea y técnicas de vendajes*. Pág. 65-71; 97-100. Villahermosa, Tabasco, México: UDS.