



Mi Universidad

Mapa Conceptual.

Nombre del Alumna: Beatriz Adriana Gómez Robrero.

Nombre de Los Temas: 3.2 Padecimientos Esquelético y Muscular.

Nombre de la Materia: Enfermería y Prácticas Alternativas de Salud.

Nombre del Profesor: Rebeca Marili Vázquez Escobar.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Parcial: 1er. Parcial.

Cuatrimestre: 8vo. Cuatrimestre.

18 de febrero de 2025.

3.2 PADECIMIENTOS ESQUELÉTICO Y MUSCULAR

3.2.1. Las Luxaciones.

Es una separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación. Una articulación es el lugar en donde dos huesos se conectan, lo que permite el movimiento.

CAUSAS.

Las luxaciones generalmente son causadas por un impacto súbito a la articulación. Esto por lo general se presenta después de un golpe, una caída u otro traumatismo.

SINTOMAS.

- ◆ Esta a 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
- ◆ Esta limitada en el movimiento
- ◆ Esta hinchada o amoratada
- ◆ Esta visiblemente fuera de lugar, de color diferente o deforme

PRIMEROS AUXILIOS

- 1.- Llamar a emergencias
- 2.- Si existe una lesión grave, revisar vías respiratorias.
- 3.- No mueva a la persona
- 4.- Si la piel está rota prevenir infecciones.
- 5.- Entablillar o poner cabestrillo.
- 6.- Revisar la circulación de la sangre.
- 7.- Aplicar compresas de hielo para evitar dolor
- 8.- Tomar medidas para prevenir un shock

PREVENCIÓN EN NIÑOS.

- ◆ Cree un ambiente seguro en torno a su casa.
- ◆ Supervise a los niños visualmente en todo momento
- ◆ Enséñeles a los niños cómo estar a salvo y cuidarse solos.

CONTACTAR A EMERGENCIAS SI:

- ◆ Un hueso sobresale a través de la piel
- ◆ Hay una luxación confirmada o sospecha.
- ◆ Zona debajo de la articulación lesionada
- ◆ Sangrado Intenso
- ◆ Signos de infección.

3.2.2. Fractura.

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

TIPOS DE FRACTURA

Fractura abierta (también llamada fractura compuesta): El hueso asoma por la piel y se puede ver, o una herida profunda expone el hueso a través de la piel.

Fractura cerrada (también denominada fractura simple). El hueso se rompe, pero la piel permanece intacta.

- 1.- **Tallo Verde** - Fractura incompleta
- 2.- **Transversal** - Ruptura en línea recta
- 3.- **Espiral** - Al rededor del hueso.
- 4.- **Oblicua** - Ruptura en diagonal
- 5.- **Compresión** - El hueso se aplasta
- 6.- **Conminuta** - Ruptura en 3 o mas piezas.
- 7.- **Segmentaria** - Mismo hueso se fractura en dos sitios.

CAUSAS:

Las fracturas se producen cuando hay más fuerza aplicada al hueso que la que el hueso puede soportar. Las fracturas de los 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

Los síntomas de un hueso roto pueden parecerse a los de otras condiciones o problemas médicos. Siempre consulte a un proveedor de atención médica para tener un diagnóstico.

DIAGNOSTICO

- ◆ Radiografía: Examen diagnóstico que se utiliza con rayos x
- ◆ Resonancia Magnética: Utilización de imanes grandes, radiofrecuencia y una computadora.
- ◆ Tomografía: Prueba combinada de radiografía y computadora para producir imágenes más detalladas.

PUNTOS CLAVE.

- ◆ Una fractura es una ruptura parcial o total del hueso.
- ◆ Esta puede ser a consecuencia de caídas, traumatismo, un golpe, etc.
- ◆ Tratamiento es volver a colocar las partes del hueso roto para soldarlas

3.2.3. ESGUINCE

Un esguince es un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones. La ubicación más común de un esguince es el tobillo.

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

CONSULTAR AL MÉDICO

- ◆ No te puedes mover ni soportar peso sobre la articulación afectada.
- ◆ Experimentas dolor directamente sobre los huesos de una articulación lesionada.
- ◆ Experimentas adormecimiento en cualquier parte de la zona lesionada.

CAUSAS

- ◆ **Tobillo:** caminar o hacer ejercicio en una superficie desnivelada, y caer torpemente de un salto
- ◆ **Rodilla:** girar durante 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

FACTORES DE RIESGO.

- ◆ Condiciones Ambientales.
- ◆ Fatiga
- ◆ Equipo inadecuado.

PREVENCIÓN.

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. Intenta estar en forma para practicar deportes