



UDS

Mi Universidad

SUPERNOTA

NOMBRE DEL ALUMNO (A): MARISOL LÓPEZ ORDOÑEZ

NOMBRE DEL TEMA: PADECIMIENTOS MUSCULO - ESQUELÉTICO

PARCIAL: 3

NOMBRE DE LA MATERIA: ENFERMERÍA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD

NOMBRE DEL PROFESOR: SANDRA JAZMÍN RUIZ FLORES

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERÍA

CUATRIMESTRE: 8

PADECIMIENTOS MUSCULO - ESQUELÉTICO

Las enfermedades musculo-esqueléticas son condiciones adquiridas que afectan al músculo y/o al esquelético. Estas enfermedades pueden ser causadas por una lesión, por una actividad o comportamiento extenuante. Estas enfermedades pueden desencadenar en una reducción la movilidad, dolores, incluso empeorar la vida.



LUXACIÓN

Es una separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación.

Una articulación es el lugar donde dos huesos se conectan, lo que permite el movimiento.

Una articulación luxada es una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal.



TRATAMIENTO CON MEDICINA TRADICIONAL

Tratamiento inicial:

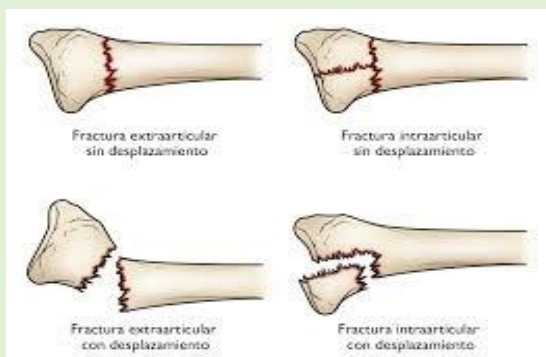
- Aplicar hielo en la articulación lesionada durante 15 a 20 minutos, cada dos horas durante el primer día o dos.
- Envolver la zona afectada con un vendaje firme, pero no apretado.
- Mantener la zona afectada en reposo.
- Tomar analgésicos

Tratamiento fisioterapéutico:

- Masajes
- Drenaje linfático manual
- Movilización
- Potenciación con ejercicios

FRACTURA

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



TRATAMIENTO CON MEDICINA TRADICIONAL

Aplicaciones externas:

- Pattu, mallum y aceites

Medicamentos internos:

- Decocciones, papilas, píldoras y polvos

Acupuntura:

- La acupuntura combinada con la osteosíntesis de la medicina tradicional china puede ser eficaz para tratar fracturas del radio distal.

Fisioterapia:

- Se recomienda realizar fisioterapia lo antes posible para no perder musculatura y para favorecer la recuperación.

- Analgésicos para aliviar el dolor.

Remedios naturales:

- Árnica. Se usa para tratar esguinces, contusiones, golpes, problemas reumáticos, hematomas y dolor.
- Baños de sal y vinagre. Se cree que tienen propiedades antiinflamatorias.
- Fisioterapia y ejercicios de fisioterapia

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.

TRATAMIENTO CON MEDICINA TRADICIONAL

Terapia rice:

- Aplicar hielo en la zona durante 15 a 20 minutos, cada dos o tres horas.
- hacer compresión en la zona con una banda para reducir la hinchazón.
- Elevar la zona lesionada a nivel del corazón.



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Antología "UDS" ENFERMERÍA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD
2. <https://www.eurogct.org/es/enfermedades/enfermedades-musculo-esqueleticas>
3. https://www.msdmanuals.com/es/hogar/traumatismos-y-envenenamientos/luxaciones/introducci%C3%B3n-a-las-dislocaciones-luxaciones#Diagn%C3%B3stico_v829728_es
4. <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=fractures-85-P04012>
5. <https://game-ready.es/5-remedios-caseros-para-un-esguince-de-tobillo/>