



## **Súper nota**

*Nombre del Alumno: Lucero el Milagro Bastard Mazariego.*

*Nombre del tema: Padecimientos musculo esqueléticos y su tx tradicional.*

*Parcial: 3er.*

*Nombre de la Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud.*

*Nombre del profesor: Sandra Yasmín Ruiz Flores.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

*Cuatrimestre: 8vo.*

## PADECIMIENTOS

# ESQUELÉTICO Y MUSCULAR

LUCERO BASTARD

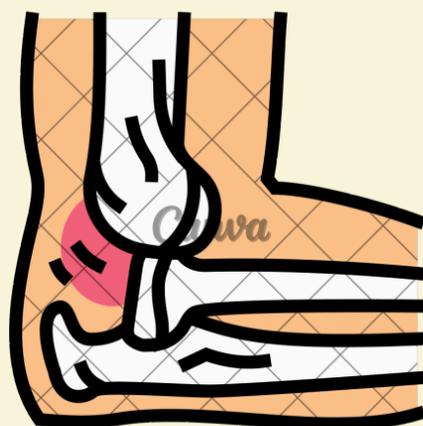


El sistema musculoesquelético (sistema locomotor) es un sistema del cuerpo humano que nos proporciona movimiento, estabilidad, forma y soporte. Es el conjunto de huesos, músculos, articulaciones, tendones, ligamentos y cartílagos

## LUXACIONES

Una dislocación es la interrupción de la posición normal de los extremos de dos o más huesos en los que estos se unen con una articulación. Una articulación es el lugar en 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.



## CONSIDERACIONES

La mayoría de las luxaciones se pueden tratar en un consultorio médico o en una sala de emergencias. A usted le pueden dar un medicamento para hacerlo dormir e insensibilizar la zona. Algunas veces, se necesita anestesia general para ponerlo en un sueño profundo.

Las lesiones a los tejidos circundantes generalmente tardan de 6 a 12 semanas en sanar. Algunas veces, se necesita cirugía para reparar un ligamento que se rompe cuando hay luxación de la articulación. Las lesiones a los nervios y vasos sanguíneos pueden ocasionar problemas permanentes o más prolongados.

## CAUSAS

La causa más frecuente de las luxaciones y otras lesiones de los tejidos musculoesqueléticos es un traumatismo. El traumatismo incluye:

- Un traumatismo directo, como sucede en caídas o accidentes de tráfico
- Las lesiones por desgaste, como ocurre durante las actividades diarias o como resultado de movimientos vibratorios o sacudidas
- El uso excesivo, como sucede con el sobreentrenamiento deportivo

Algunos trastornos aumentan la probabilidad de luxaciones. Un ejemplo es el síndrome de Ehlers-Danlos, un trastorno hereditario muy poco frecuente del tejido conjuntivo que hace que las articulaciones sean inusualmente flexibles. Las personas con este trastorno son propensas a sufrir luxaciones y esguinces.

## SIGNOS Y SÍNTOMAS

Cuando se produce una luxación, los huesos pueden estar claramente fuera de su posición. La articulación puede verse deformada o curvada. Un hueso puede sobresalir de forma anormal, provocando que la piel que lo rodea se estire y sobresalga.

Las luxaciones causan los síntomas siguientes:

- Dolor
- Hinchazón
- Incapacidad para usar la parte lesionada con normalidad
- Hematomas o alteración de la coloración
- Posiblemente pérdida de la sensibilidad (entumecimiento o sensaciones anómalas)

La zona que rodea la luxación duele, sobre todo cuando la persona afectada trata de cargar peso sobre la parte lesionada o trata de utilizarla. Es sensible al tacto.

Con frecuencia, la parte lesionada no se puede mover con normalidad. Se pueden formar hematomas alrededor de la articulación luxada. Aparecen cuando existe un sangrado por debajo de la piel. Al principio, el moratón es de color negro violáceo y, lentamente, con el transcurso de los días, se va tornando entre verde y amarillo a medida que la sangre se descompone y el organismo la reabsorbe.

## TRATAMIENTO

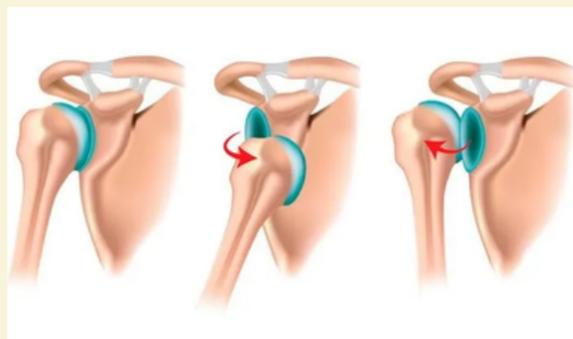
El tratamiento inicial de una luxación incluye reposo, hielo, compresión y elevación (R.I.C.E., por sus siglas en inglés). Las luxaciones pueden reducirse de manera espontánea, lo que significa que los extremos del hueso pueden reubicarse por sí solos. Sin embargo, en los casos de luxaciones que no se reubican, el proveedor de atención médica necesitará volver a colocar la articulación en la posición correcta para que se cure. Su hijo recibirá un sedante para no sentir molestias antes del procedimiento. El sedante también ayudará a que los músculos que rodean la luxación se relajen, para poder colocar la articulación nuevamente en su lugar con mayor facilidad.

El proveedor de atención médica puede recomendar cualquiera de las siguientes opciones para ayudar a reducir la luxación o facilitar la curación posterior:

- Férula o yeso, que inmoviliza la zona luxada para facilitar la alineación y curación. Protege la zona lesionada impidiendo el movimiento o uso.
- Medicamento (para controlar el dolor).
- Tracción es la aplicación de una fuerza para estirar ciertas partes del cuerpo en una dirección específica. La tracción consiste en colocar poleas, cuerdas, pesas y un marco metálico por encima de la cama o sobre esta. El propósito de la tracción es estirar los músculos y tendones alrededor de los extremos del hueso para ayudar a reducir la luxación.
- Cirugía (especialmente en el caso de luxaciones que se repiten una y otra vez, o si un músculo, tendón o ligamento se desgarró gravemente).

Otras recomendaciones adicionales pueden incluir las siguientes:

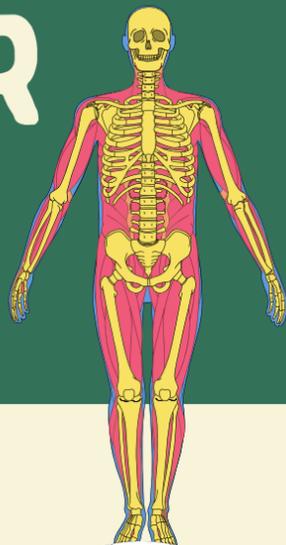
- Limitación de actividades (mientras se consolida la luxación).
- Muletas o silla de ruedas (para permitir que se desplace durante el proceso de consolidación).
- Fisioterapia (para estirar y fortalecer los músculos, ligamentos y tendones lesionados).



## PADECIMIENTOS

# ESQUELÉTICO Y MUSCULAR

LUCERO BASTARD



## FRACTURA

Las fracturas óseas son rupturas totales o parciales de un hueso, que ocurren cuando este recibe una fuerza superior a la que puede resistir. Las más comunes son causadas por lesiones deportivas, accidentes y caídas y, dependiendo de su gravedad, pueden requerir cirugía.



## TIPOS

### SEGÚN LA CAUSA DE ROTURA

- **Fracturas indirectas:** se trata de la fractura más común, y se da en un punto distante al que la fuerza ha impactado.
- **Fracturas directas:** ocurren cuando un impacto causa la fractura en el mismo punto de aplicación del golpe.
- **Fracturas patológicas:** se producen debido al debilitamiento del hueso a causa de alguna patología.
- **Fracturas por estrés:** son resultado del exceso de un esfuerzo exagerado y repetitivo.

### SEGÚN EL DAÑO

- **Fractura cerrada:** el hueso y el exterior del cuerpo no se comunican y, por tanto, el hueso no sobresale por la piel.
- **Fractura abierta:** el hueso y el exterior del cuerpo se comunican, por lo que se da una perforación de la piel y las partes blandas, y el hueso sobresale. En estos casos, hay riesgo de infección.
- **Fractura completa:** cuando el hueso se rompe en dos partes.
- **Fractura en tallo verde:** muy común en los niños, se da cuando se rompe el hueso, pero no se divide en dos partes. Es una fractura incompleta.
- **Fractura simple:** el hueso se rompe en una parte.
- **Fractura conminuta:** el hueso se quiebra en varios fragmentos.



### SEGÚN EL TRAZO

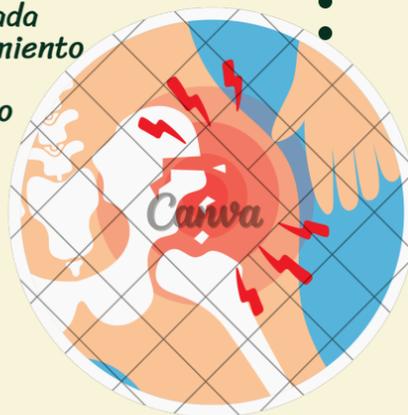
- **Fractura transversa:** el trayecto de la fractura es perpendicular al eje mayor del hueso. Suele ser provocada por un golpe directo.
- **Fractura lineal:** la fractura está en el mismo sentido que el eje mayor del hueso, aunque no se mueve ninguna parte del tejido óseo.
- **Fractura oblicua:** el trazo está inclinado sobre el eje mayor del hueso. Puede ser sin desplazamiento, de modo que los extremos fracturados queden unidos, o con desplazamiento, en caso de que haya una separación entre estos.
- **Fractura en espiral:** similar a la oblicua, en este caso el trazo de la fractura tiene un trayecto espiral alrededor del eje del hueso.

## SÍNTOMAS

- Dolor, normalmente en el punto de fractura
- Deformación en la zona afectada
- Incapacidad o limitación de movimiento
- Hinchazón o hematomas
- Entumecimiento y hormigueo
- Fiebre

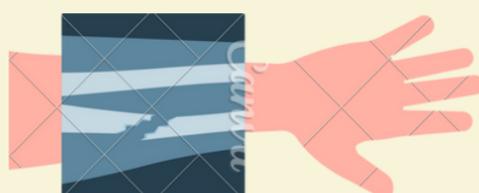
## PREVENCIÓN

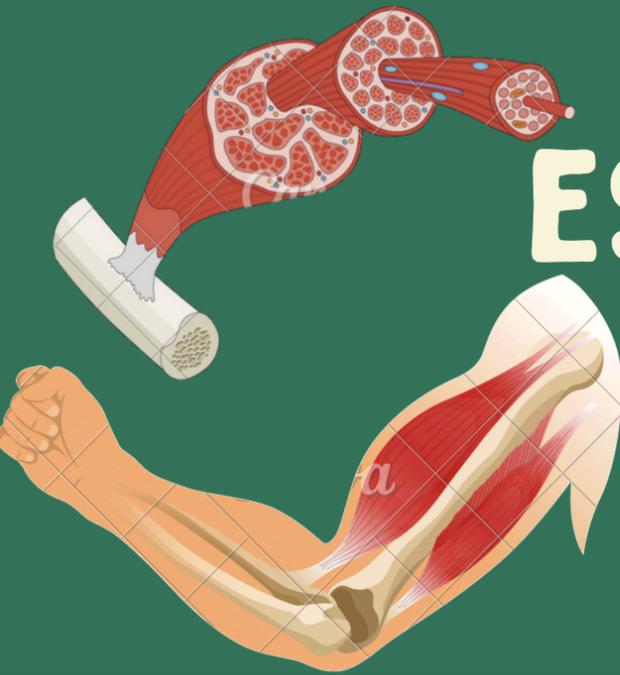
- Hacer ejercicio regularmente, en especial ejercicios de fuerza muscular.
- Ingerir calcio y vitamina D.
- Evitar tabaquismo y alcoholismo.
- Mantenerse en tu peso óptimo.



## TRATAMIENTO

1. Inmovilización con férula.
2. Reducción abierta y fijación interna. Requiere una operación quirúrgica para reparar la fractura. Con frecuencia se utilizan varillas de metal, tornillos o placas para reparar el hueso, los cuales se mantienen fijos, debajo de la piel, después de la cirugía. Este procedimiento se recomienda en los casos de fracturas complicadas que no se pueden realinear (reducir) con una férula, o cuando el uso prolongado de una férula no es recomendable.
3. Reducción abierta y fijación externa. Requiere una operación quirúrgica para reparar la fractura y la colocación de un aparato para fijación externa del miembro fracturado. Este aparato es un marco externo que sostiene al hueso y lo mantiene en la posición correcta mientras se consolida. Por lo general, esta técnica se aplica a las fracturas complejas que no pueden repararse por medio de la reducción abierta y la fijación interna.
4. Se hace una incisión sobre el hueso fracturado, mientras el paciente se encuentra sin sentir dolor (bajo anestesia general o local). Se coloca el hueso en la posición correcta y se fijan los tornillos, clavos o placas al hueso o dentro de éste, ya sea de forma temporal o permanente. Se ligan o cauterizan los vasos sanguíneos que se hayan lesionado. Si un examen de la fractura muestra que se ha perdido parte del hueso como resultado de la fractura, especialmente si hay un espacio entre los extremos quebrados, el cirujano puede decidir que es necesario hacer un injerto de hueso para evitar que se retarde el proceso de consolidación.

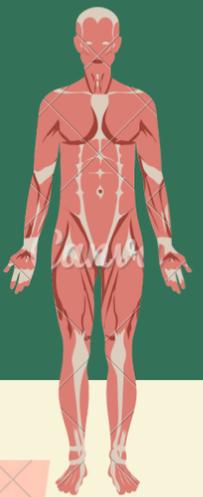




## PADECIMIENTOS

# ESQUELÉTICO Y MUSCULAR

LUCERO BASTARD



## 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.



### SIGNOS Y SÍNTOMAS

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas
- Capacidad limitada para mover la articulación afectada
- Escuchar o sentir un "pop" en la articulación en el momento de la lesión



### CAUSAS

Un esguince se produce cuando se extiende demasiado o se desgarra un ligamento mientras se tensa intensamente una articulación. Los esguinces se producen a menudo en las siguientes circunstancias:

- 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
- Los niños tienen zonas de tejido más suave, llamadas placas de crecimiento, cerca de los extremos de los huesos. Los ligamentos que rodean una articulación suelen ser más fuertes que estas placas de crecimiento, por lo que los niños tienen más probabilidades de experimentar una fractura que un esguince.



## TRATAMIENTO

- Aplique hielo inmediatamente para reducir la inflamación. Envuelva el hielo en un pedazo de tela y no lo aplique directamente sobre la piel.
- Envuelva firmemente un vendaje alrededor de la zona afectada, pero no apretado, para limitar el movimiento. Use una férula (tablilla) si es necesario.
- Mantenga elevada la articulación inflamada por encima del nivel del corazón, incluso mientras duerme.
- Descanse la articulación afectada por varios días.
- Evite poner peso sobre la articulación ya que puede empeorar la lesión. Un cabestrillo para el brazo, o muletas o un aparato ortopédico para la pierna pueden proteger la lesión.

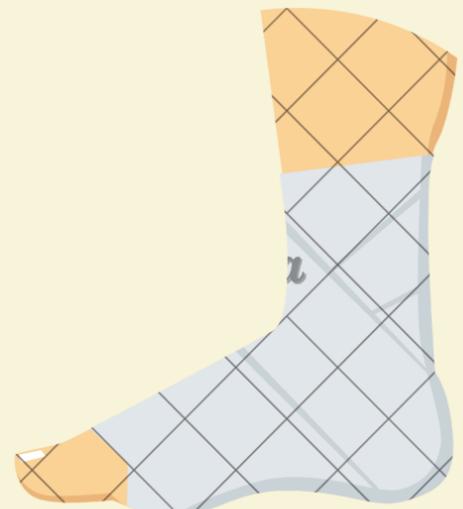
El ácido acetilsalicílico (aspirin), el ibuprofeno y otros medicamentos para el dolor pueden ayudar. Quite la presión de la zona afectada hasta que el dolor desaparezca. La mayoría de las veces, un esguince leve sanará en 7 a 10 días. Pueden pasar varias semanas para que el dolor desaparezca después de un esguince grave. Su proveedor de atención médica puede recomendar el uso de muletas. La fisioterapia puede ayudar a recuperar el movimiento y la fuerza de la zona lesionada.

## CONSULTA A UN MÉDICO SI...

- Piensa que tiene una fractura.
- La articulación parece estar fuera de su posición.
- Tiene una lesión grave o un dolor fuerte.
- Escucha un sonido explosivo y tiene inmediata dificultad para usar la articulación.

Comuníquese con su proveedor si:

- La inflamación no empieza a desaparecer al cabo de dos días.
- Presenta síntomas de infección, como piel roja, caliente y con dolor o fiebre por encima de 100 grados F (38° C).
- El dolor no desaparece después de varias semanas.



## Referencias:

- Serrano, D. C., & Guzmán, M. (2022, mayo 24). Introducción al sistema muscular.
- Manuales, M. S. D. (2017, enero 20). Cómo ajustar y usar las muletas.
- Dislocations. (s/f). Stanfordchildrens.org. Recuperado el 08 de marzo de 2025, de <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=dislocations-90-P05867>
- Fracturas óseas: tipos y síntomas. (s/f). Clínica Corachan. Recuperado el 08 de marzo de 2025, de [https://www.corachan.com/es/blog/fracturas-oseas-tipos-y-sintomas\\_113195](https://www.corachan.com/es/blog/fracturas-oseas-tipos-y-sintomas_113195)
- Tratamiento de fracturas de huesos - Serie—Procedimiento. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 08 de marzo de 2025, de [https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp\\_presentations/100077\\_3.htm](https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_presentations/100077_3.htm)
- Esguinces. (s/f). Mayoclinic.org. Recuperado el 08 de marzo de 2025, de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/sprains/symptoms-causes/syc-20377938>
- Esguinces. (s/f-b). Medlineplus.gov. Recuperado el 08 de marzo de 2025, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000041.htm>