



## **SUPERNOTA**

Nombre del Alumno joana  
lizeth Jiménez Juárez

Nombre del tema:  
padecimiento musculo -  
esqueletico

Parcial: 3er

Nombre de la Materia:  
enfermería y practicas  
alternativas de la salud

Nombre del profesor: Sandra  
jasmín

Nombre de la Licenciatura: Lic.  
En enfermería

Cuatrimestre: 8vo

# PADECIMIENTO MUSCULO ESQUELETICOS

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.

## 3.2.1 LAS LUXACIONES

### 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
- otro traumatismo.



### SINTOMAS

- Estar 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.
- Estar limitada en el movimiento. □
- Estar hinchada o amoratada.
- Estar visiblemente fuera de lugar, de color diferente o deforme.



La subluxación de la cabeza del radio (codo de niñera) es una luxación parcial común en los niños que empiezan a caminar. El síntoma principal es la renuencia del niño a utilizar el brazo. Esta subluxación se puede tratar fácilmente en el consultorio médico.

### TRATAMIENTO

El tratamiento tradicional para una luxación incluye:

- Cubrir la zona con vendajes estériles
- Inmovilizar la articulación lesionada con una férula o cabestrillo

- Aplicar hielo local para reducir la inflamación y el dolor
- Evitar mover la articulación
- Tomar analgésicos y antiinflamatorios



# PADECIMIENTO MUSCULO ESQUELETICOS

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

## 3.2.2 FRACTURA

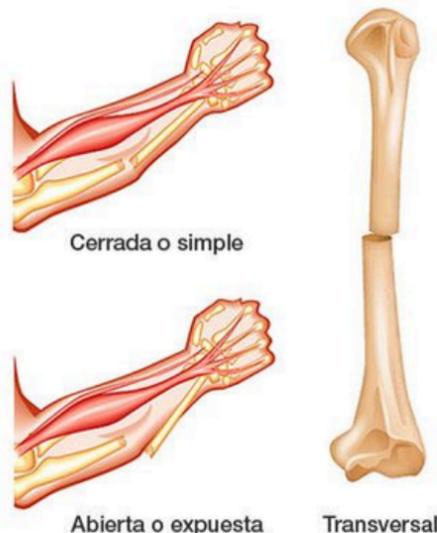
- **Fractura abierta** (también llamada fractura compuesta): El hueso asoma por la piel y se puede ver, o una herida profunda expone el hueso a través de la piel. □
- **Fractura cerrada** (también denominada fractura simple). El hueso se rompe, pero la piel permanece intacta.



## TIPOS DE FRACTURA

Las fracturas tienen diversos nombres. A continuación se muestra una lista de los tipos más comunes que se pueden presentar:

- **Tallo verde.** Esta es una fractura incompleta. Una porción del hueso se rompe, provocando que el otro lado se doble. □
- **Transversa.** La ruptura se produce en línea recta a través del hueso.
- **Espiral.** La ruptura en espiral alrededor del hueso; frecuente en las lesiones por torsión.



- **Oblicua.** La ruptura es diagonal a través del hueso. □ Compresión.
- **El hueso se aplasta,** provocando la fractura de hueso se vuelva más ancho o más plano. □
- **Conminuta.** La ruptura se produce en 3 o más piezas y hay fragmentos presentes en el sitio de la fractura. □
- **Segmentaria.** El mismo hueso se fractura en dos sitios, por lo que queda un segmento "flotante".

## TRATAMIENTO

En la medicina tradicional se utilizan aplicaciones externas y medicamentos internos para tratar fracturas.

- Aplicaciones externas Pattu, Mallum, Aceites, Polvo cicatrizante de huesos.
- Medicamentos internos Decocciones, Papillas, Píldoras.
- Otros tratamientos Acupuntura, Tui Na, Moxibustión



El tratamiento más común para una fractura es inmovilizar el hueso con un yeso o férula. El tiempo que se debe usar el yeso o férula depende del tipo de fractura y el hueso afectado



# PADECIMIENTO MUSCULO ESQUELETICOS

## 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.

### SIGNOS Y SINTOMAS

Los signos y los síntomas variarán, dependiendo de la gravedad de la lesión, y pueden incluir los siguientes:

- 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:



### Signos y Síntomas

- Dolor articular o dolor muscular
- Rigidez articular
- Hinchazón
- Cambio de color de la piel, especialmente presencia de hematomas.

- **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

### TRATAMIENTO

La medicina tradicional para tratar un esguince incluye el uso de plantas medicinales, acupuntura, y otros remedios caseros.

#### Plantas medicinales

- Árnica, que se usa para tratar esguinces, golpes, contusiones, y otros problemas inflamatorios

#### Acupuntura

- La acupuntura es una terapia complementaria y alternativa que se usa para tratar esguinces de tobillo.



#### Remedios caseros

- El método RICE, que significa descanso, hielo, compresión, y elevación, es uno de los remedios caseros más recomendados.
- Aplicar hielo en la zona afectada durante 15 o 20 minutos, cada tres o cuatro horas durante una semana.
- Usar una venda elástica para comprimir el área y reducir la hinchazón.
- Elevar el tobillo por encima del corazón para reducir el flujo de sangre y otros fluidos al sitio de la lesión.



# REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000041.htm#:~:text=Dolor%20articular%20o%20dolor%20muscular,de%20la%20piel%2C%20especialmente%20hematomas>
- <https://plataformaeducativauds.com.mx/libro.php?idLibro=17413643061>
- <https://validate.perfdrive.com/?ssa=b12b650d-4106-42fc-9c99-61bc03c4b70b&ssb=79632378291&ssc=https%3A%2F%2Fwww.davila.cl%2Ffluxacion-tratamiento-y-recomendaciones%2F&ssi=2efeb78b-c7xj-438e-a236>
- <https://www.houstonmethodist.org/es/why-choose-houston-methodist/blog/2021/feb/how-to-heal-bones-faster/>