

ALTERACIONES POSTURALES

* **Patología:** derivadas de aptitud postural. Se detectan mediante un examen de valores para ver hasta dónde alcanza la patología. Por ejemplo, la escoliosis se debe a una asimetría de cadera.

PATOLOGÍAS DE LOS PIES

- * **Pies planos:** no existe bóveda plantal.
- * **Pies cabos:** la bóveda plantal está muy remarcada, muy pronunciada.
- * **Pies talos:** aparición del espolón. El hueso calcáneo se va hacia atrás, y la bóveda está muy curva.
- * **Pies vados:** cuyos talones están tirados por dentro, y por eso el apoyo va por fuera.
- * **Pies zambos:** o pie equino, supinado, adubtus, escabutus... Casi en totalidad se apoya en la parte externa.

PATOLOGÍAS DE LA RODILLA

- * **En el plano sagital o antelo posterior:** existe el **genubaro**, con las rodillas en D. Se da en ancianos, motoristas... hay una separación de 4 cm. También existe el **genuvalgo**, con las rodillas en forma de X..
- * **En el plano lateral:** se da el **genurecurbaton**, derivada de la hiperextensión de las rodillas.

PATOLOGÍAS DE LA PELVIS

- * **En el plano lateral:** la **ante versión**, que es una hiperlordosis de la pelvis (ante versión pélvica).

Y la **retroversión**, la pelvis va hacia delante (retroversión pélvica)

- * **En el plano sagital:** se da una diametría de espinas iliacas.

PATOLOGÍAS DE LA COLUMNA

- * **En el plano sagital:** son curvaturas fisiológicas normales, cuando pasan a más pasan a ser patologías. Están la **cifosis sacra** (chepa, giba), que es una exageración de la curvatura dorsal, que se da en ancianos, en las preñadas, y en las que practican gimnasia rítmica. Y está también la hiperlordosis cervical, una acentuación lord ótica y lumbar.
- * **En el plano frontal:** la **escoliosis**, que se da por trastornos de crecimiento, asimetría de caderas, lesiones vertebrales, factores hereditarios y congénitos y por problemas posturales. Se da en la infancia y en la adolescencia.

PRIMEROS AUXILIOS

NORMAS

- Permanecer tranquilos y actuar con prontitud.
- Si es un accidente, hacer composición de lugar (ver número de heridos y gravedad; hacer examen rápido de lugar; si hubiese fuentes de peligro o gas)

- Dejar al herido tumbado sobre la espalda, aunque varía según sus funciones (sangre)
- Manejar al herido con precaución.
- Examinar bien al herido, fracturas, shock, quemaduras...
- Únicamente hacer lo indispensable.
- Mantenerlo caliente con mantas, chaquetas...
- No dar de beber a los inconscientes
- Tranquilizar al enfermo

TRAUMATISMOS

HERIDAS

* Son lesiones en las cuales existe una rotura de la piel. Se clasifican en tres:

- **Punzantes:** están abiertas, al introducir un objeto en la piel, sin corte, aparece en círculos.
- **Incisas:** se produce por un corte limpio, que son lineales y profundas.
- **Contusas:** además de rotura, aparecen a su alrededor daños. Hay varios tipos:
 - **Simple:** no hay pérdida de sustancia.
 - **Estrelladas:** diferentes líneas convergentes.
 - **Concordajo:** un punto se queda en unión con lo demás.
 - **Arrancamiento:** se desprende del todo una parte.

* Cuando las heridas llegan a complicarse se convierten en **hemorragias**, con salida de sangre al exterior. Hay tres tipos:

- **Arteriales:** son muy peligrosas. La sangre sale a golpes o a saltos.
- **Venosas:** la sangre sale con más lentitud y de forma fluida.
- **Capilar:** la sangre sale en forma de gotas (en sábana)

* Su **tratamiento** es sencillo, para las pequeñas basta con un vendaje compresivo, para las mayores hay que actuar por encima de la herida, cohibir la herida y prevenir la infección. En casos extremos se usan **torniquetes**, aunque estos pueden llegar a producir una **isquemia** (falta de oxigenación por debajo del corte)

FRACTURAS

* Es la falta de continuidad del hueso, producida por traumatismos, golpes, o sobre carga. Clasificación:

- **Cerradas:** piel intacta, pero pérdida de funcionalidad.
- **Abiertas:** el hueso se ve por el exterior.
- **Completa:** hueso separado del otro, produciendo crepitación (sensación de roce)
- **Incompleta:** afecta sólo a una parte del hueso.

* **Síntomas:** a excepción de las espontáneas (osteoporosis), dolor, enema (inflamación), imposibilidad de movimiento, deformación del miembro, crepitación (roce)

LUXACIONES

* Al adoptar los huesos posiciones anormales. También tienen lesiones ligamentosas.

* **Síntomas:** dolor intenso, posición anormal, imposibilidad de movimiento del miembro.

ESGUINCES

* Es la salida del hueso de su cavidad, pero luego vuelve, al contrario que las luxaciones.

* **Síntomas:** dolor, tumefacción (hincharse)

* **Tratamiento:** aplicación de frío, inmovilizar, para el centro médico, apretar la zapatilla.

LESIONES

QUEMADURAS POR INSOLACIÓN

* Se expone una parte del cuerpo a una fuente productora de calor, aunque la exposición no se le considera quemadura, pero bueno. Si la lesión es producida por líquidos en ebullición es una escamadura. Clasificación:

– **Por profundidad:** · **Primer grado:** a la epidermis, superficial.

· **Segundo grado:** a la dermis y epidermis, a veces al tejido celular.

· **Tercer grado:** al músculo y otros tejidos.

* **Síntomas:** en las de primer grado eritemas (enrojecimiento), dolor, calor, aparecen ampollas.

En las de tercer grado, necrosis (muerte de la zona afectada), menos dolor que en las de primer grado, infecciones.

POR CONGELACIÓN

* A causa del frío. A nivel general se genera una hipotermia, aunque si afecta localmente se puede llegar a amputar, como a los montañeros.

POR ELECTRICIDAD

* También se producen quemaduras, como por ejemplo cuando metes los dedos en el enchufe. Afecta a parte o totalidad del organismo.

POR INSOLACIÓN

* Nos afectan los rayos del sol en la cabeza.

* **Síntomas:** dolor, enrojecimiento de la zona blanca del ojo, espasmos, fiebre.

* **Tratamiento:** líquido frío, compresas de agua fría en la frente, a veces duchas de agua fría.

ACCIDENTES POR CUERPOS EXTRAÑOS

* En la **nariz:** en los niños pequeños, al meterse piezas de juguetes.

* En la **faringe:** casi siempre al comer pescado (espinas) se clavan en la faringe.

- * En la **tráquea**: no es muy frecuente, pero es peligroso, porque se atasca el elemento y nos ahogamos o asfixiamos.
- * En los **oídos**: se da en los pequeños, se produce vértigos, zumbidos, tos y disminución de la capacidad auditiva.
- * En el **ojo**: si no está lavado, con un pañuelo limpio se quita. Si está lavado, al médico para que te lo quite con las tijeras.
- * En la **piel**: cuando se quita hay que limpiar y taponar.
- * **Intoxicaciones**: elementos venenosos, mordeduras, picaduras de escorpiones o serpientes, o por tomar cosas indigestibles.

CASOS DE URGENCIA

- * Desvanecimientos, shock. Se aplican técnicas de urgencia (boca a boca y masaje cardíaco, movilización externa no cruenta. Combinar con el boca a boca)
- * **Desvanecimiento**: pérdida del conocimiento de forma momentánea (lipotimia se pierde conocimiento por falta o alternación del oxígeno en los vasos sanguíneos). Los **síntomas** son palidez, debilidad, sudor frío y para el suelo. **Tratamiento**, hay que cogerlo, tumbarlo y las piernas hacia arriba.
- * **Shock**: tiene más gravedad que los desvanecimientos, mucha pérdida, total y duradera. **Síntomas**: supresión de reflejos, el pulso se debilita, el respirar también, los ojos se orbitan, palidez, piel fría, convulsiones y caída de mandíbula por una lipotimia muscular. **Clasificación** por la causa:
 - **Traumático**: un traumatismo (ruptura)
 - **Hiporolémico**: hemorragias grandes.
 - **Anafiláctico**: acumulación de productos tóxicos en la sangre.