

# APENDICITIS

La apendicitis es una inflamación del apéndice. Puede aparecer a cualquier edad, aunque la más frecuente es entre los 20 y 30 años. El nivel de apendicitis es de un 25% en las mujeres y un 12% en el caso de los hombres.

Puede producirse por taponarse el apéndice (un cilindro sin salida en el ciego, donde empieza el intestino grueso) por hiperplasia linfoidea (un incremento rápido en el número de células normales), o el taponamiento del apéndice por un apendicolito.

Por lo general, la prevención de una apendicitis no es posible. Si existe la sospecha de apendicitis, es importante actuar rápidamente y acudir al centro de salud para recibir un diagnóstico. La presentación de la apendicitis suele comenzar como un dolor repentino localizado en la mitad inferior del **región epigástrica** o región umbilical, caracterizado por ser un **dolor** de moderada intensidad. Luego el dolor se dirige hasta localizarse en la **fosa iliaca derecha**, en un punto ubicado en el tercio de una línea imaginaria entre el **ombbligo** y la **espina ilíaca antero-superior**, llamado Punto de McBurney. Además al apretar sobre el Punto de McBurney duele, pero al soltar duele aún más.

Normalmente los casos de apendicitis requieren de un procedimiento quirúrgico llamado apendicectomía, que consiste en la extirpación del apéndice inflamado. El tratamiento siempre es quirúrgico. En casos sin tratamiento, el índice de mortalidad es elevado, principalmente debido a complicaciones como la peritonitis y el shock séptico, cuando la infección pasa a la sangre (en particular cuando el apéndice inflamado se rompe). Actualmente el tratamiento quirúrgico se realiza mediante laparoscopia, lo cual permite hacer incisiones mucho más pequeñas y que la recuperación sea más rápida.

Aitor B

# NARCOLEPSIA

- **DEFINICIÓN:**

La Narcolepsia es una enfermedad autoinmune que en la población es muy baja, también es conocida como síndrome de Galileu. Se caracteriza por la presencia de accesos de somnolencia irresistible durante el día. Puede cursar con cataplejía parálisis o debilidad extrema de un conjunto muscular. Puede haber interrupción del sueño nocturno. De acuerdo con **estudios epidemiológicos**, esta enfermedad consiste en el trastorno neurológico del sueño. De este modo, se genera un cuadro de síntomas secundarios por lo que el paciente suspende el tratamiento.

- **CAUSAS:**

Se caracteriza por la somnolencia irresistible durante el día, también se dice que la narcolepsia es un trastorno que se caracteriza por tendencias del sueño anormales en las que se incluye una excesiva somnolencia durante el día. La alteración del sueño nocturno y manifestaciones alteradas de la fase. Los científicos no han logrado aún determinar las causas de este trastorno, sin embargo se ha mencionado que la menstruación, el estrés, los cambios súbitos del ritmo vigilia-sueño, algunas infecciones como la mononucleosis infecciosa y los traumatismos craneales podrían ser algunos de los desencadenantes de esta enfermedad.

- **PREVENCIÓN:**

El tratamiento es sintético. La somnolencia se trata con estimulantes: Dextafetamina y la

Metanfetamina. Pueden causar **hipertensión**, alterar el ritmo cardíaco y provocar, además de originar cierta dependencia. De este modo, se genera un cuadro de síntomas secundarios por lo que el paciente suspende el tratamiento. Sin embargo, este fármaco presenta algunas contraindicaciones, como la interacción con los anticonceptivos orales, por lo que hay que tener precaución cuando se administra a mujeres. es aconsejable que las personas que sufren narcolepsia tomen descansos de 15 minutos durante el día y eviten consumir comidas pesadas. El descanso nocturno debe ser suficiente para evitar la descompensación en el ciclo del sueño.

- **CURACIÓN O ALIVIO:**

Esta enfermedad no tiene curación. Los síntomas suelen iniciarse en la adolescencia o al comienzo de la edad adulta, sin que exista enfermedad previa, y persisten durante toda la vida. Una persona con narcolepsia puede tener una crisis de sueño en cualquier momento y el deseo de dormir sólo podrá resistirlo temporalmente. La persona despierta del sueño narcoléptico con igual facilidad que del sueño normal. Pueden producirse una o varias crisis al día y es habitual que cada una de ellas se prolongue durante una hora o menos. Es más probable que las crisis se presenten en situaciones monótonas como las reuniones aburridas o la conducción prolongada por autopistas

Aitor S.

## DIABETES

- **DEFINICIÓN:**

La diabetes es una enfermedad que afecta al modo con el que el organismo utiliza la glucosa, un azúcar que constituye la principal fuente de combustible para el cuerpo. Nuestro cuerpo necesita glucosa para seguir funcionando. Hay tres tipos de diabetes o también conocida como diabetes mellitus:

- Diabetes tipo 1: el organismo no produce insulina.
- Diabetes tipo 2: la insulina no funciona en el cuerpo tal y como debería.
- Diabetes gestacional: suele ocurrir en el embarazo.

- **CAUSAS:**

Hipoglucemia es la palabra que se usa en medicina para describir un nivel de azúcar. Esta afección debe ser tratada de inmediato. Porque la glucosa, o azúcar, es la fuente de energía principal del cuerpo. Esto significa que el cuerpo (incluido el cerebro) necesita glucosa para funcionar correctamente. Hay dos tipos de causas:

-Cuando el nivel de azúcar en sangre es inferior a lo normal: puede enfermarse mucho. Tanto los padres como el equipo del cuidado de la salud de la diabetes dirán qué nivel de azúcar hay que mantener y qué hacer cuando éste baja mucho. Un nivel de azúcar en sangre bajo ocurre como consecuencia de los medicamentos que debes tomar. Los niños con diabetes suelen necesitar una hormona llamada insulina y/o píldoras, con el fin de ayudar al cuerpo a utilizar el azúcar en la sangre. Estas medicinas ayudan a eliminar el azúcar de la sangre y a hacerla entrar en las células del cuerpo, lo cual disminuye el nivel de azúcar en el torrente sanguíneo. Pero a veces es difícil mantener el equilibrio adecuado y el nivel de azúcar en sangre puede ser muy bajo. El nivel de azúcar en sangre de los niños con diabetes no debe ser ni muy elevado ni muy bajo.

-Cuando el nivel de azúcar en sangre es mayor a lo normal: Si un nivel de azúcar en sangre

elevado, necesita un tratamiento para reducir la cantidad de azúcar. Tanto tus padres como el equipo de atención de la diabetes te dirán cuál es el nivel de azúcar que debes tener y lo que debes hacer si este nivel sube mucho.

El éxito del control de la diabetes se centra en el equilibrio de tres factores:

- Las medicinas que tomas (insulina o píldoras)
- Los alimentos que comes
- La cantidad de ejercicio que haces

Los tres factores deben estar equilibrados. Si alguno de estos factores se desfasa, también pueden desequilibrarse los niveles de azúcar. Los padres y el médico pueden ayudar a mantener el equilibrio entre estos factores.

Las causas de un nivel de azúcar en sangre elevado: En general, los niveles anormales de azúcar en sangre se presentan como consecuencia de:

- No tomar la medicina para la diabetes en el momento adecuado o no tomar las cantidades correctas
- Comer más alimentos que los permitidos en tu plan alimenticio (sin modificar la cantidad de insulina o de píldoras)
- No hacer suficiente ejercicio físico
- Tener una enfermedad, como por ejemplo una gripe
- Tomar otras medicinas que afectan la manera en la que funciona la medicina para la diabetes.

#### •PREVENCIÓN:

- ◆ Tipo 1: La diabetes tipo 1 no puede prevenirse. Incluso, los médicos no pueden determinar quién padecerá esta enfermedad y quién no. Nadie sabe con certeza por qué algunos niños padecen diabetes tipo 1, pero los científicos creen que esta enfermedad guarda cierta relación con lo genético. Los genes, que se transmiten de padres a hijos, son algo así como instrucciones que determinan el aspecto físico y el funcionamiento del cuerpo. Sin embargo, para padecer diabetes, no es suficiente haber heredado los genes. En la mayoría de los casos, para que una persona tenga diabetes tipo 1, debe existir otro factor, como la presencia de una infección viral. La diabetes tipo 1 no es contagiosa. Por lo tanto, uno no puede contagiarse de otra persona ni contagiar a ningún amigo.
- ◆ Tipo 2: La diabetes tipo 2 es distinta. En algunos casos, puede prevenirse. En la diabetes tipo 2, el páncreas produce insulina, pero el organismo no responde a esta hormona como debería. La mayoría de las personas que padecen diabetes tipo 2 tienen problemas de sobrepeso. En el pasado, sobre todo los adultos con problemas de sobrepeso padecían de diabetes tipo 2. Hoy en día, un mayor número de niños padecen diabetes tipo 2, probablemente porque hay más niños con sobrepeso. Por ejemplo, logrando un peso saludable. Un exceso de sobrepeso hace que al cuerpo le resulte más difícil utilizar la insulina correctamente. Dos buenas opciones para prevenir la diabetes son elegir alimentos saludables y hacer suficiente ejercicio.

#### • CURACIÓN O ALIVIO:

Contar con un plan por escrito resulta un recurso útil. Los niños y los adultos que padecen diabetes tienen su propio plan de tratamiento. Este plan les sirve tanto a ellos como a sus padres para saber qué deben hacer si quieren mantenerse sanos, activos y sentirse bien. Trabajarán junto a sus padres y los miembros del equipo de profesionales que está tratando su diabetes para diseñar un plan de tratamiento que se ajuste a sus necesidades. Si siguen el plan de tratamiento, se mantendrán sanos y podrán evitar problemas de salud posteriores.

Tipo 1: Éstos son cuatro pasos importantes que los niños que padecen **diabetes tipo 1** deben seguir para mantenerse sanos:

- Inyectarse insulina o usar una bomba de insulina
- Tener una alimentación saludable y seguir un plan de comidas
- Medir los niveles de azúcar en sangre
- Mantenerse activos mediante el juego o la práctica de ejercicios

Tipo 2: Éstos son tres pasos importantes que los niños que padecen diabetes tipo 2 deben seguir para mantenerse sanos:

- Lograr un peso saludable (mediante una dieta sana y la práctica de ejercicio)
- Tomar medicamentos si el médico cree que es necesario
- Medir los niveles de azúcar en sangre con frecuencia

Amaiur

## LEPRA

- DEFINICIÓN:

La lepra es una enfermedad infecciosa de nula transmisión cuando está tratada, aunque los pacientes no reciben tratamiento constituyen una fuente de contagio debido a la reacción inmune algunas bacterias. Consiste en la caída de la piel.

- CAUSAS:

- La lepra es una enfermedad que se trasmite por la genética.
- Se producen grandes pérdidas de piel y grandes manchas hiperestéticas.
- Caída de las cejas. Afectación difusa de los nervios periféricos con pérdidas sensoriales.

- PREVENCIÓN:

No tiene prevención aunque se recomienda no tener contacto con leproso.

- CURACIÓN O ALIVIO:

El tratamiento es médicamente a largo plazo. Al principio del siglo XX se utilizaba aceite de guaiacum aunque fue incurable hasta que el médico e investigador venezolano Jacinto Covint descubrió la cura.

- DISTRIBUCIÓN:

Los casos de lepra suelen encontrarse frecuentemente en los países tropicales o templados

Leire A.

# PIROSIS

- **DEFINICIÓN:**

Se denomina pirosis (popularmente acidez) a una sensación de dolor o quemazón en el esófago, justo debajo del esternón que es causada por la regurgitación de ácido gástrico. El dolor se origina en el pecho y puede radiarse al cuello, a la garganta o al ángulo de la mandíbula. La pirosis se ha identificado como una de las causas de la tos crónica, e incluso pueden confundirse con asma.

- **CAUSAS:**

La sensación de ardor se origina por la exposición del esófago bajo a los contenidos ácidos del estómago. Normalmente, el esfínter esofágico inferior que separa al estómago del esófago se debería contraer para evitar esta situación. Si el esfínter se relaja por alguna razón (como ocurre habitualmente al tragar), los contenidos del estómago, mezclados con ácido gástrico, pueden regresar al esófago. Este regreso se conoce también como reflujo, y puede convertirse en enfermedad de reflujo gastroesofágico si ocurre frecuentemente. La peristalsis, la onda rítmica de contracción muscular en el esófago, en condiciones normales lleva la comida hacia abajo. Además, el ácido gástrico puede neutralizarse con la saliva.

- **PREVENCIÓN:**

Si el ardor se desencadena mientras se está acostado, alzar la cabeza con almohadas o sentarse alivia las molestias frecuentemente - aunque se debe tener cuidado de no hacer demasiado esfuerzo con el cuello. Evitar cierto tipo de alimentos poco antes de ir a la cama se aconseja también para evitar ataques futuros en el esófago puede provocar cáncer gástrico. En general, cualquier alimento (excepto los más ácidos) puede aliviar momentáneamente los síntomas, debido a que la saliva eleva el pH (el pH es una medida de acidez) esofágico y que el reflejo de tragado dificulta el reflujo de ácido desde el estómago. Algunos alimentos como la leche se han usado tradicionalmente como aliviadores transitorios, ya que, aunque poseen un pH ligeramente ácido, lo es mucho menos que el contenido gástrico, rebajando globalmente el pH del ambiente esofágico. Sin embargo, el uso de la leche es discutible según distintos autores, ya que también puede estimular la producción de ácido del estómago, debido a su contenido proteico. En efecto, entre el esófago y el estómago hay un músculo llamado esfínter cardias que una vez que ha pasado la comida se cierra para evitar que los ácidos del estómago lleguen a la boca. Si se llega a aflojar este músculo, el ácido pasa al esófago dañándolo y causando un reflujo que produce el síntoma de la pirosis. En principio la leche puede contrarrestar este síntoma por ser poco ácida. Pero al mismo tiempo, el calcio y la caseína estimulan la secreción de jugos gástricos causando un "rebote" que incrementa el ácido.

ASIER.

# ANGINAS

- **DEFINICIÓN:**

Las anginas o amigdalitis es la inflamación de una o de las dos amígdalas linfáticas.

- **CAUSAS:**

Los virus y bacterias pueden causar las amigdalitis, entre ellos:

-La bacteria estreptococo.

-Los adenovirus.

-El virus del herpes simple, etc.

Los virus causan aproximadamente 2 de cada 3 casos de anginas. Suele causar en niños entre los 3 a 15 años.

- **SÍNTOMAS:**

Las anginas se manifiestan por un dolor intenso en la garganta, fiebre, voz gangosa (porque están inflamadas) y dificultad para tragar.

- **PREVENCIÓN:**

Una de las formas de prevenir las anginas es no beber bebidas frías, no andar descalzos y en los días de mucho frío ir bien abrigados.

- **CURACIÓN:**

Si la infección es por bacteria, se deben de tomar antibióticos y si la infección es por virus, tomar analgésicos. Tomar pastillas de chupar para la garganta.

- **ALIVIOS:**

Hay muchas maneras de aliviar las anginas: tomar muchos líquidos, a la noche antes de irnos a la cama, coger un pañuelo de algodón, mojarlo con alcohol y ponerlo alrededor del cuello. También preparar un vaso de leche con miel, ya que la miel tiene muchas propiedades curativas y suaviza la garganta.

AZEARI

## SALMONELOSIS

- **DEFINICIÓN:**

La Salmonelosis humana es una enfermedad infectocontagiosa producida por el género Salmonela. Comprende un conjunto de cuadros clínicos cuya principal manifestación es la gastroenteritis aguda, una de las intoxicaciones alimentarias más comunes causadas por agua y alimentos contaminados, especialmente carnes. Tanto Salmonelosis como el género Salmonela son una latinización del nombre de Daniel Elmer Salmón (1850-1914), un veterinario estadounidense.

- **CAUSAS:** Se produce por alimentos contaminados especialmente carnes. Síntomas que aparecen:

- Escalofríos.
- Cefalea.
- Náuseas.
- Anorexia.
- Tos.
- Diarrea o estreñimiento
- Fiebre prolongada entre 38,5°C a 40°C.
- Entre un 20 y un 40% de los casos presentan dolor abdominal.

- **PREVENCIÓN:**

Para prevenir y facilitar la cura de esta enfermedad, es fundamental impedir el abuso de los antibióticos que existe actualmente. También hay que conservar bien los alimentos.

- **CURACIÓN O ALIVIO:**

La rehidratación es el principal tratamiento en esta enfermedad, para favorecer la recuperación de agua. Los antibióticos sólo deben usarse si hay riesgo de expansión de la bacteria en el cuerpo.

BEÑAT

# ALZHEIMER

- DEFINICIÓN:

El Alzheimer es una alteración neurodegenerativa primaria, que suele aparecer a partir de los 65 años, aunque también puede presentarse entre gente más joven. Cuando una persona padece la enfermedad de Alzheimer, experimenta cambios microscópicos en el tejido de ciertas partes de su cerebro y una pérdida progresiva, pero constante, de una sustancia química, vital para el funcionamiento cerebral, llamada acetilcolina. Esta sustancia permite que las células nerviosas se comuniquen entre ellas y está implicada en actividades mentales vinculadas al aprendizaje, memoria y pensamiento.

- CAUSAS:

El Alzheimer es muy difícil de determinar quien va a desarrollar la enfermedad, porque se trata de una alteración compleja y de causas desconocidas en la que intervienen múltiples factores, hay elementos que pueden aumentar a desarrollarla. La edad, suele estar muy relacionada con el Alzheimer, suele afectar a los mayores de 60 y 65 años aunque se han encontrado casos de menores de 40 años. El sexo, las mujeres lo padecen con más frecuencia, porque viven más tiempo. Afecta igual a todas las razas. El 1 % de los casos puede suponer que se transmite genéticamente, aunque el 40% presenta antecedentes familiares. Dentro de los factores medioambientales, el tabaco, las grasas así como pertenecer a una familia numerosa, son un claro factor de riesgo para sufrir esta enfermedad.

- SÍNTOMAS:

En un principio, surgen pequeñas e imperceptibles pérdidas de memoria, pero con el paso del tiempo, esta deficiencia se hace cada vez más notoria e incapacitante para el afectado, que tendrá problemas para realizar tareas cotidianas y simples, y también, otras más intelectuales, tales como hablar, comprender, leer, o escribir. Dependiendo de la etapa en que se encuentre el paciente, los síntomas son diferentes:

Hay tres tipos de síntomas:

-Estado leve : El daño de la enfermedad todavía pasa desapercibido, tanto para el paciente, como para los familiares. El enfermo olvida pequeñas cosas, como dónde ha puesto las llaves, o tiene alguna dificultad para encontrar una palabra. En esta etapa todavía puede trabajar o conducir un coche, aunque es posible que empiece a experimentar falta de espontaneidad, de iniciativa y ciertos rasgos . La capacidad de juicio se reduce y tiene dificultad para resolver nuevas situaciones y organizar actividades. Pueden aparecer signos de apatía y aislamiento y cambios de humor.

-Estadio Moderado: La enfermedad ya resulta evidente para la familia. El paciente presenta dificultades para efectuar tareas como hacer la compra, seguir un programa de televisión, o planear una cena. Ya no es sólo una pérdida de memoria, sino también de capacidad de razonamiento y comprensión. En esta etapa, el deterioro avanza con bastante rapidez y los afectados pueden llegar a perderse en lugares conocidos por ellos. Además se muestran visiblemente apáticos y deprimidos.

-Estado Grave: Todas las áreas relacionadas con la función cognitiva del paciente se encuentran

afectadas. Pierde la capacidad para hablar correctamente, o repite frases inconexas una y otra vez. No puede reconocer a sus familiares y amigos; ni siquiera se reconocen a ellos mismos ante un espejo. La desorientación es constante. Los pacientes más graves se olvidan de andar y sentarse y, en general, pierden el control sobre sus funciones orgánicas. Se olvidan de hechos recientes y lejanos. Permanecen horas inmóviles sin actividad, y generalmente no pueden andar. Dejan de ser individuos autónomos y necesitan que les alimenten y les cuiden. Gritan, lloran o ríen sin motivo y no comprenden cuando les hablan. En su etapa más grave surgen rigideces y contracturas en flexión, permanecen en mutismo y pueden llegar a presentar trastornos deglutorios. Muchos de ellos acaban en estado vegetativo

- **PREVENCIÓN:**

Lo más importante es una detección rápida de los primeros síntomas, ejercitar la memoria y mantener una dieta baja en grasas. Las pruebas que se hacen para indagar las zonas que con frecuencia afecta dicha enfermedad son:

a) La orientación, saber el día, mes y año que está.

b) La memoria, relacionar 16 figuras con objetos y al cabo de un rato poder volver a relacionarlos.

c) Percepción visual : se les pide dibujar un reloj con las manecillas marcando las 15'45 valorando la dirección del dibujo.

d) El lenguaje, se valora la fluidez oral, pidiendo que nombre todos los animales que ve en un minuto.

- **DIAGNÓSTICO:**

Con todos los datos recabados, un análisis de sangre y de orina para descartar otro tipo de enfermedad, así como hacer una resonancia magnética, se puede determinar el diagnóstico del Alzheimer.

- **TRATAMIENTO:**

Esta enfermedad se desarrolla lentamente puede durar entre 5 y 20 años su desarrollo. No existe a día de hoy de un tratamiento que evite su degeneración, si se dispone de fármacos que pueden retrasar el deterioro de las primeras etapas.

HODEI



# HIPOTERMIA

- DEFINICIÓN:

Hipotermia es el descenso involuntario de la temperatura corporal por debajo de 30°C medida con termómetro en el recto .

- CAUSAS:

Si hace mucho frío, la temperatura corporal desciende bruscamente: una caída de sólo 2°C puede entorpecer el habla y el afectado comienza a dormirse. Si la temperatura desciende aún más, el afectado puede perder la consciencia e incluso morir. Por debajo de los 30°C se trata de una hipotermia grave, y comporta pérdida de la consciencia, dilatación de pupilas, bajada de la tensión y latidos cardíacos muy débiles y casi indetectables.

En algunas intervenciones quirúrgicas, los cirujanos provocan una hipotermia artificial en el paciente, para que la actividad de los órganos sea más lenta y la demanda de oxígeno sea menor.

Es un síndrome grave con alta mortalidad, una urgencia médica que requiere tratamiento, generalmente en la Unidad de Cuidados Intensivos. Otra forma de cogerse la hipotermia es por intoxicación por alcoholismo u otras drogas. Exposición a un frío intenso.

- PREVENCIÓN:

- Proteger y ocultar las partes expuestas: la nariz, las orejas, las manos, los pies.
- Vestirse con tres o cuatro capas de ropa, una de ellas al menos impermeable.
- Comer adecuadamente (muchas calorías).
- Hidratarse.
- No beber alcohol (que es un vasodilatador y, por tanto, ayuda a perder temperatura).
- No fumar (tiene un efecto similar en los pulmones).
- Llevar mantas para aislarse del suelo frío; si no hay mantas, con algo similar.
- Llevar algún móvil o instrumento de comunicación cargado y otro de repuesto.

- FASES:

En la última fase, la temperatura del cuerpo desciende por debajo de aproximadamente 32°C . La presencia de escalofríos por lo general desaparece. Empiezan a ser patente la dificultad para hablar, lentitud de pensamiento, y amnesia; también suele presentarse la incapacidad de utilizar las manos y piernas. Los procesos metabólicos celulares se bloquean. Por debajo de 30°C , la piel expuesta se vuelve azul, la coordinación muscular se torna muy pobre, caminar se convierte en algo casi imposible. Incoherente / irracional, incluyendo esconderse entre cosas o incluso . El estupor y ritmo respiratorio disminuyen de manera significativa, pero pueden aparecer ritmos cardíacos rápidos. Los órganos principales fallan. Se produce la muerte clínica.

- CURACIÓN O ALIVIO

El riesgo principal es que se transfiera sangre fría de la periferia a los órganos vitales del interior del cuerpo causando mayor disminución de su temperatura. Esto puede suceder si hacemos moverse a la víctima o nosotros mismos la movemos sin cuidado o si se le aporta calor de forma activa (con fricción o contacto con un objeto caliente): esto activa la circulación en la piel. Por eso la lucha contra la hipotermia es esencialmente un calentamiento pasivo: la víctima es colocada en un ambiente cálido y se calienta a sí misma. De lo contrario, debe ser aislada (manta) del frío del exterior.

# ICTERICIA DEL RECIÉN NACIDO

- **DEFINICIÓN:**

Es un signo clínico caracterizado por el color amarillento de la piel, conjuntiva (lo blanco de los ojos) y mucosa. Se debe a un aumento de bilirrubina en sangre. La bilirrubina es un pigmento biliar que resulta de la destrucción de los glóbulos rojos (células de la sangre). Ésta está producida en el hígado.

- **DURACIÓN:**

Esta ictericia aparece entre el segundo y quinto día y puede desaparecer alrededor de las dos semanas.

- **CONSECUENCIAS:** En los casos muy altos de bilirrubina:

- Parálisis cerebral
- Sordera
- Daño cerebral

- **SÍNTOMAS:**

La ictericia causa una coloración amarillenta de la piel. El color algunas veces empieza en la cara y luego baja hasta el pecho, la cintura, las piernas y la planta de los pies. Algunas veces, los bebés con ictericia tienen cansancio extremo y mala alimentación.

- **CAUSAS:**

- Incompatibilidades del grupo sanguíneo entre la madre y el bebe
- Enfermedades de la sangre
- Infecciones
- Enfermedades de la madre (diabetes)
- Consumo de drogas durante el embarazo (tabaco, alcohol, fármacos ...)
- Hemorragias craneales por parto difícil
- Cuando no toma leche materna

- **PREVENCIÓN:**

- Analítica de sangre a la madre.
- Buena atención sanitaria en el embarazo.
- Vida sana en el embarazo (no fumar, no drogas...)
- Buena atención sanitaria en el parto.
- Vacuna a la madre.

- **TRATAMIENTO:**

Toda ictericia patológica (por enfermedades o menos de 24h de vida) debe de ser ingresada para estudios y tratamiento si procede. El tratamiento depende de las cifras de bilirrubina en sangre en relación a las horas y/o días de vida.

1º: FOTOTERAPIA (exposición a una luz desnudos y con los ojos tapados)

2º: HIDRATACIÓN (leche materna o suero)

3º: TRANSMISIÓN DE SANGRE

4º: CORRECTA LACTANCIA

# CELIAQUIA

- **DEFINICIÓN:**

La enfermedad celíaca es auto inmune, se caracteriza por una inflamación crónica de la parte próxima del intestino, causada por la exposición a la gliadina, una proteína vegetal presente en algunos cereales, también en la dieta. El gluten es la proteína que se encuentra en la semilla de muchos cereales trigo, cebada, centeno...

- **CAUSAS:** La causa de la intolerancia celíaca es desconocida, pero probablemente sea debida a:
  - Susceptibilidad genética a la intolerancia, sin embargo no existe una concordancia en el 100% de los gemelos.
  - Asociación con otras enfermedades ambientales que también son producidas por la combinación de susceptibilidad genética e infecciones.
  - Predisposición genética. Síntomas
  - Dolor abdominal, estreñimiento o diarrea ,
  - Disminución del apetito, Depresión, Retraso en la pubertad, Crecimiento lento, Cambio de el color de los dientes.

- **CURACIÓN O ALIVIO:** No hay curación. Mirar etiquetas de todos los productos que se vayan a consumir.

- Evitar que la enfermedad se desarrolle en aquellos individuos predispuestos genéticamente. La estrategia es iniciar tolerancia al gluten cuanto antes, se está investigando.
- Diagnóstico precoz en personas que ya han desarrollado la enfermedad.
- Evitar aparición de enfermedades asociadas

- **PREVENCIÓN:**

No hay, 1 de cada 3 descendientes de un celíaco también desarrollan la enfermedad. Los pacientes la enfermedad celíaca más oculta, mejora el diagnóstico de enfermedad celíaca en niños y adultos con alteraciones histológicas leves y permite utilizar esta técnica para "afinar" en el diagnóstico de esta enfermedad.

JOANES

# TUBERCULOSIS

- **DEFINICIÓN:**

La tuberculosis llamada antiguamente titis es una infección bacteriana contagiosa que compromete principalmente a los pulmones, pero puede propagarse a otros órganos

- **CAUSAS:**

La especie de bacteria mas importante Mycobacterium o bacilo de Koach.

- **PREVENCIÓN:**

Se previene con una vida sana e higiénica identificado aparatosamente a los enfermos y

asegurado su curación para no contagiar a otras personas principalmente por la vacuna BCG.

- **CURACIÓN:**  
El tratamiento de la tuberculosis se realiza con combinaciones de fármacos anti tuberculosis
- **SINTOMA :**  
-Neumonía tuberculosis

JOSU S S

## ASMA

- **Definición:**  
Enfermedad crónica del sistema respiratorio, ya que la mucosa que tenemos en los bronquios se inflama de tal manera que no llega a pasar mucho aire.
- Los síntomas son los siguientes:
  - Respiración sibilante.
  - Falta aire.
  - Opresión en el pecho.
  - Tos improductiva durante la noche o temprano a la mañana.

Sus consecuencias son que si los síntomas empeoran se produce una crisis asmática, por lo general son de corta duración aunque pueden durar varias semanas. En una crisis grave, las vías respiratorias pueden cerrarse tanto que los órganos vitales no tengan oxígeno suficiente y puedan provocar la muerte.

- **HAY VARIOS TIPOS DE ASMA:**
  - Producida por el esfuerzo.
  - Nocturna.
  - Alérgica.
  - Ocupacional.
  - Estacional.
  - Inestable o caótica.
  - Intermitente.
  - Persistente.
  - Controlada.
  - Parcialmente controlada.
  - No controlada.
- **Causas:**
  - Un medio ambiente inadecuado, frío, húmedo.
  - El ejercicio en pacientes hiperreactivos.
  - El esfuerzo en pacientes hiperreactivos.
  - Estrés emocional.
- **Prevención:**  
No tiene prevención.

- Curación o alivio:

-La combinación de fármacos: ventolin, symbicort, zamene... cada dosis de la combinación de estos fármacos ayuda gratamente a que los bronquios se alivien de manera que se abran durante un periodo de tiempo.

-Cambios ambientales, cambiar de vivienda a un ambiente diferente durante un periodo de tiempo.

LEIRE L

## SIDA

- DEFINICIÓN:

Es el conjunto de enfermedades de muy diverso tipo que resultan de la infección por alivios de la inmunodeficiencia humana (V.I.H.)

- CAUSAS:

Ataca y destruye las células del sistema inmunitario que lucha contra las enfermedades y deja el organismo indefenso ante las infecciones y el cáncer.

- PREVENCIÓN:

Para prevenir el sida lo más importante es conocer la enfermedad y sus mecanismos de transmisión. Ante cualquier duda o posible exposición al virus, es preciso someterse a la prueba de detección del VIH, porque un diagnóstico precoz puede mejorar notablemente el pronóstico.

- CURACIÓN O ALIVIO:

Los medicamentos para el VIH, o fármacos ARV, que se utilizan para el tratamiento del virus del VIH, no son capaces de curar la enfermedad, aunque pueden evitar que el virus se reproduzca o haga copias de sí mismo. La medicación para el VIH tiene cuatro objetivos fundamentales:

MARKEL M

## ACNÉ JUVENIL

- DEFINICIÓN:

Esta enfermedad propia de la adolescencia, se caracteriza por la presencia de puntos negros, pápulas, pústulas, quistes llenos de pus y, en las formas mas graves lesiones profundas infectadas. Generalmente aparecen en la cara, los hombros, el cuello y en la espalda.

- **CAUSAS:**

El acné suele aparecer en la pubertad. La piel está cubierta por pequeños agujeritos llamados folículos pilosos o poros. Los poros contienen glándulas sebáceas (llamadas también glándulas aceitosas) que producen sebo, un aceite que humedece el cabello y la piel. A veces estas glándulas producen gran cantidad de sebo, células muertas de la piel y gérmenes llamados bacterias que obstruyen los poros, lo cual puede causar el acné. Cuando un poro está obstruido, se cierra y sobresale de la superficie de la piel formando un punto blanco, si un poro está obstruido pero permanece abierto, la capa superior puede oscurecerse y se produce una espinilla. A veces, las paredes de los poros se quiebran, permitiendo que el sebo, las bacterias y las células muertas de la piel se abran paso por debajo de la piel, esto produce una pequeña infección de color rojo llamada grano. Los poros obstruidos que se abren a un nivel profundo de la piel pueden provocar infecciones más grandes que reciben el nombre de quistes.

- **PREVENCIÓN:**

- Lavar la cara y las zonas más propensas a tener acné.
- Utilizar un gel o crema de acné adecuado para secar la grasa.
- Después de hacer ejercicio, lavarse la piel.
- Evitar tocar la piel de la cara si se padece el acné.
- Evitar reventar los granos.
- Cambiar las toallas y la funda de la almohada a menudo.
- Evitar las comidas grasas pues pueden favorecer la aparición del acné.
- Utilizar ropa holgada.
- Beber al menos un litro y medio de agua al día.

- **CURACIÓN:**

El tratamiento local mediante cremas, geles o lociones es suficiente en la mayoría de los casos. Tomillo nueva arma contra el acné . Una reciente investigación avala el uso de esta especia en el tratamiento de la patología cutánea al tener la misma eficacia y menos efectos secundarios que las cremas y terapias farmacológicas actuales. Los expertos secundan el estudio, pero recuerdan que se ha llevado a cabo en un ambiente de laboratorio, muy diferente a la piel humana. El uso del tomillo a nivel tópico ha llevado a un grupo de investigadores de la Universidad de Leeds (Reino Unido) a demostrar que una simple preparación a base de tomillo puede servir como tratamiento del acné con la misma eficacia que las cremas y tratamientos farmacológicos que hay en el mercado.

Margarita Gómez-Escalada, investigadora principal del departamento de Microbiología y Genética de la citada Universidad y su equipo compararon la efectividad de tres plantas –tomillo, mirra y caléndula–, para matar la bacteria «propionibacterium acnés», responsable de infectar los poros de la piel formando una obstrucción y, por tanto, la consecuente espinilla.

## OIHANE

# RONQUIDOS

- **DEFINICIÓN:**

Fenomeno que ocurre y que tiene lugar durante el sueño como consecuencia de la vibración de las estructuras nasales.

- **CAUSAS:**

Cuando dormimos, cuanto más difícil es la respiración nasal, la boca con frecuencia se mantiene

más abierta, los tubos de la mandíbula inferior hacia abajo, junto con los tejidos blandos y lengua en la parte trasera de la boca, dando lugar a una obstrucción respiratoria. Otras causas que pueden llegar a provocarlos es el grado de obesidad o tener el tabique doblado

- **PREVENCIÓN:**

Beber alcohol, fumar, ingerir píldoras antes de dormir puede llevar a provocarlos, y para más seguridad, debe ser motivo de consulta médica ya que puede ocultar un SAOS (síndrome de apnea obstructiva del sueño). También puede asociarse a enfermedades como: Hipertensión arterial, accidente cerebrovascular o infarto agudo de miocardio.

- **CURACIÓN O ALIVIO:**

- Dormir de lado
- Subir la cabecera de la cama 10 centímetros
- Evitar engordar, el sobrepeso dificulta la respiración
- Tomar medidas en caso de sufrir alergias.
- Evitar las bebidas alcohólicas y los tranquilizantes.

## ARITZ S

# VARICELA

- **DEFINICIÓN:**

La varicela es una enfermedad contagiosa causada por el virus de la varicela herpes zóster. Es una de las enfermedades clásicas en la infancia, que a los niños suele ser leve pero en adolescentes y adultos tiene mayor riesgo de complicaciones. Inicia con un cuadro gripal: fiebre leve o moderada, posteriormente con vesículas y costras. Puede verse en cualquier época del año, aunque es más frecuente en el invierno y la primavera. Principalmente en las zonas de clima templado y medio-frío en los países en donde no hay estaciones diferenciadas. A veces aparecen complicaciones, especialmente en adolescentes y adultos. Las más frecuentes son las infecciones de la piel, favorecidas por el rascado de las lesiones. Otra complicación típica es la neumonía, que puede ser causada por el propio virus de la varicela o por bacterias. Las embarazadas que no han pasado la varicela son especialmente sensibles dado que, además de tener más riesgo de presentar complicaciones, pueden transmitir la varicela al feto.

- **CAUSAS:**

Virus de la varicela zóster.

- **PREVENCIÓN:**

Vacuna frente al virus de la varicela-zóster. Es una vacuna de virus vivos atenuados que se desarrolló en Japón 1970, aunque no fue autorizada hasta la siguiente década. Es una vacuna muy eficaz, especialmente frente a las formas más graves de varicela. Aproximadamente en 5% de los vacunados puede aparecer una leve erupción varicelosa, con muy pocas lesiones, dos o tres semanas después de la vacunación. En España en 2005 se ha optado por vacunar entre los 10-14 años de edad a los niños que no han pasado la varicela.

- **CURACIÓN:**

En niños sanos suele ser suficiente con una serie de medidas para aliviar los síntomas. Para la fiebre se emplea paracetamol (es un fármaco con propiedades analgésicas, sin propiedades antiinflamatorias), evitando siempre la aspirina. También se desaconseja usar el ibuprofeno en niños con varicela por la posibilidad de una predisposición a infecciones oportunistas. El prurito puede aliviarse mediante lociones antipruriginosas o con antihistamínicos orales, talcos de coloides, o loción de calamina. Otras medidas que ayudan a evitar lesiones por rascado e infecciones de la piel son cortar

todas las uñas y un baño diario con jabón suave (el baño debe ser corto para no favorecer la aparición de ampollas).

SAMIRA.

## ANOREXIA

- **DEFINICIÓN:**

Es un conjunto de enfermedades mentales y uno de los principales trastornos alimenticios, lo que distingue de la anorexia nerviosa es el rechazo a la comida y el miedo al engordar.

- **CAUSAS:**

Es una enfermedad psicológica que hace verte obeso por lo tanto las personas que tengan la anorexia intentarán bajar de peso.

- **PREVENCIÓN:**

Es evitar tener poco peso y comer lo suficiente.

- **CURACIÓN O ALIVIO:**

El tratamiento de la anorexia tiene como objetivo lograr el 90% del peso corporal en comparación con el ideal.

MIKEL

## DESHIDRATACION

- **DESCRIPCIÓN**

La **deshidratación** es la alteración de agua y sales minerales en el plasma (moléculas, átomos o iones) que la constituyen de un cuerpo.

- **CAUSA:**

Puede producirse por estar en una situación de mucho calor (sobre todo si hay mucha humedad), ejercicio intenso, falta de bebida o una combinación de estos factores. Evitarlo con agua o bebidas isotónicas como la limonada.

- **SÍNTOMAS**

Sed intensa, hambre, dolor abdominal, ganas de vomitar, dolor de la columna, dolor de cabeza, dolor en extremidades, movimientos lentos del cuerpo, sueño, mareos, fatiga, respiración por la boca.

- **PREVENCIÓN O ALIVIO:**

Restablecer el equilibrio hídrico. Se ha de beber siempre que se tenga sed, no es aconsejable tal y como se suele decir beber 2 litros de agua al día o beber sin que el cuerpo lo pida, puesto que podríamos provocar un envenenamiento por agua, fenómeno que se conoce como hiperhidratación.

URKO