



Facultad de Ciencias de Salud

Salud Integral

Conociendo mi estado de salud





COMPETENCIA



Analiza factores de riesgo en la salud, con la finalidad de modificarlos, tomando en cuenta información recopilada a través de herramientas de evaluación personal.





CONTEXTO



CONOCIENDO MI ESTADO DE SALUD

1

Sensibilidad y especificidad

Cuando una prueba de tamizaje tiene un alto nivel de sensibilidad, es muy probable que identifique correctamente a aquellos pacientes que tienen una patología o condición buscada, resultado en un bajo porcentaje de resultados falsos negativos.

3

Ejemplos

A continuación, se enlistan algunas pruebas de tamizaje que se utilizan actualmente a nivel mundial para la detección precoz de patologías con una alta prevalencia.

2

Validez y fiabilidad

Se dice que una prueba de tamizaje es válida, si ésta identifica correctamente el problema de interés. En lo que respecta a fiabilidad, se dice que una prueba lo es, si ésta es capaz de producir resultados similares bajo distintas condiciones.

4

- **Auto examen de la mama – cáncer de mama**
- **Cartilla Snellen – agudeza visual**
- **Papanicolau cervicouterino – cáncer cervicouterino**
- **Exámen prostático – cáncer de próstata**

¿Sabes qué es tamizaje? La OMS, define tamizaje como “el uso de una prueba sencilla en una población saludable, para identificar a aquellos individuos que tienen alguna patología, pero que todavía no presentan síntomas”.



CONTEXTO

TALLER CONOCIENDO MI SALUD

SALUD VISUAL

- Agudeza visual



SALUD AUDITIVA

- Susurro
- Weber
- Rinne



SALUD DENTAL

- Gotas/gel revelador de placa bacteriana



CONTEXTO

EVALUACIÓN VISUAL

Agudeza visual



Capacidad de percibir, detectar o identificar objetos con unas condiciones de iluminación buenas.



Normalmente, la agudeza visual se mide mediante una escala que compara la visión de una persona a 6 metros con la de alguien que tiene una agudeza máxima.

CONTEXTO

EVALUACIÓN VISUAL

Agudeza visual

- ➔ Una persona con una visión de 20/20 puede ver los objetos a seis metros de distancia con total claridad
- ➔ Una persona con una visión de 20/200 ve a seis metros lo que una persona con máxima agudeza ve a 60 metros.
- ➔ Legalmente, una visión inferior a 20/200 se considera ceguera.



Referencia: <https://www.freepng.es/png-tvdecd/>

EVALUACIÓN VISUAL

Prueba de Snellen



A una distancia de 6 metros de la tablilla.



Se cubre un ojo sin presionarlo y con el ojo descubierto se lee la tablilla según se indique.

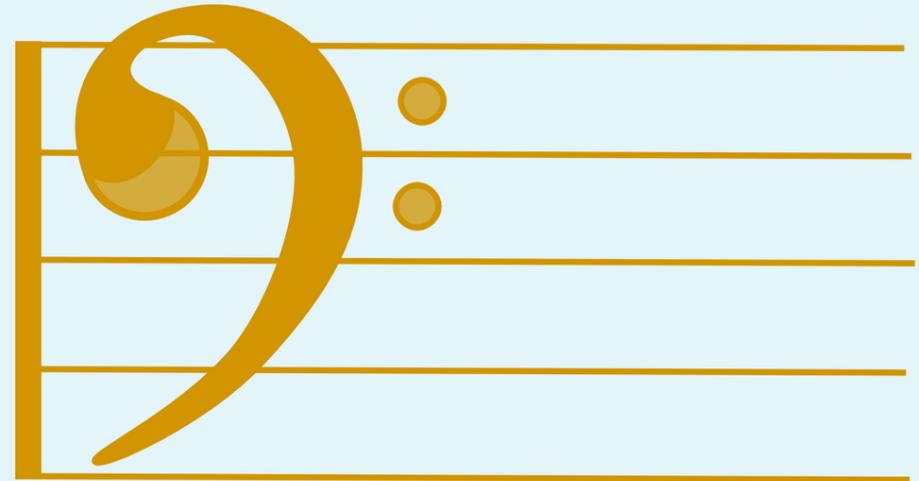


Al terminar con un ojo se cambia al siguiente.



EVALUACIÓN AUDITIVA

- ✓ La indicación más común de evaluación auditiva es por sospecha de hipoacusia.
- ✓ Existen diferentes métodos para evaluar la audición, dependiendo de la edad y colaboración del paciente.
- ✓ Los exámenes se complementan entre sí.



EVALUACIÓN AUDITIVA

Prueba de susurro

- ❑ Hay que colocarse detrás del paciente para evitar que lea los labios.
- ❑ Tapar el oído del lado contrario al que vamos a explorar, presionando y friccionando con un movimiento circular, para provocar un enmascaramiento auditivo.
- ❑ El examinador espira completamente (lo que reduce el volumen de la voz) y, desde la distancia aproximada de un brazo (60 cm) de la oreja en la que se está practicando la prueba, se le susurra 2 series de 3 números.
- ❑ Si el paciente no puede repetir el 50% (3 o más números), se considera que no ha superado la prueba.



EVALUACIÓN AUDITIVA

Prueba de Rinne

Consiste en comparar la audición. Lo normal es oír mejor o por más tiempo por vía aérea, lo que se denomina Rinne positivo.

1

PRIMERO: VÍA ÓSEA

Diapasón ubicado en apófisis mastoides en cada oído por separado.

2

SEGUNDO: VÍA AÉREA

Diapasón ubicado cerca de conducto auditivo externo.



1

2

Referencia:
<https://url2.cl/HWFUv>

EVALUACIÓN AUDITIVA

Prueba de Weber



- ❑ Consiste en aplicar el diapasón por vía ósea, pero en los dos oídos simultáneamente
- ❑ Aplicarlo en la línea media (frente, huesos nasales o incisivos superiores)
- ❑ Lo normal es que el sonido sea escuchado al centro de la cabeza o en los dos oídos simultáneamente.
- ❑ A lo que se denomina que el "Weber no lateraliza"

Referencia:
<https://url2.cl/2jesk>

HIGIENE ORAL

La placa bacteriana que se forma en los dientes y debajo de la encía, actúa como irritante de los tejidos periodontales

Causas:

- ❖ Maloclusión
- ❖ Aparatos dentales
- ❖ Alteraciones nutricionales
- ❖ Embarazo
- ❖ Medicamentos
- ❖ Mala higiene

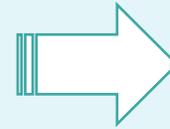


Referencia: <https://pixabay.com/es/illustrations/los-dientes-dentista-la-boca-3414722/>

HIGIENE ORAL

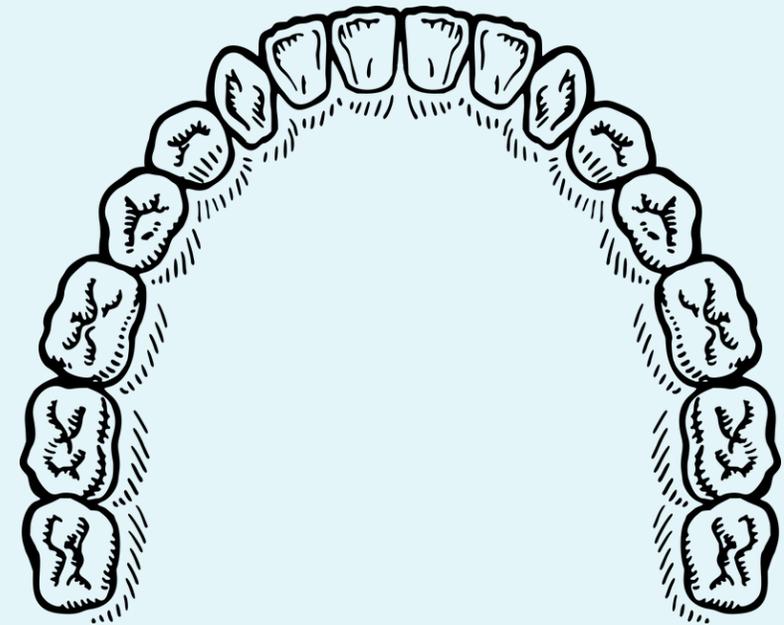
Evaluación de la salud dental

1. Conocer el número de piezas dentales según la edad.
2. Visualización de las diferentes piezas dentales utilizando un espejo, en búsqueda de:
 - ✓ Irregularidades
 - ✓ Manchas oscuras
 - ✓ Manchas claras
 - ✓ Revisión de la boca, encías y lengua
 - ✓ Visualización de la placa bacteriana en dientes



32 dientes cada arco con:

- ❖ 4 incisivos
- ❖ 2 caninos
- ❖ 4 premolares
- ❖ 6 molares



Referencia: <https://pixabay.com/es/illustrations/los-dientes-dentista-la-boca-3414722/>



HIGIENE ORAL

Gel revelador de placa bucal



Es una sustancia colorante, la cual disuelta en la boca pigmenta la superficie dental que presenta acumulación de placa bacteriana.

Tres tonos y dos sencillos pasos:

1. Aplicar el gel con un bastoncillo de algodón, un micro pincel o un algodón.
2. Enjuague el área con cuidado con agua pulverizada y succione. La placa muestra tres tonos:

- Azul/violeta: placa antigua (más de 48 horas).
- Rojo/rosáceo: placa formada recientemente
- Azul claro: placa con riesgo alto

HIGIENE ORAL

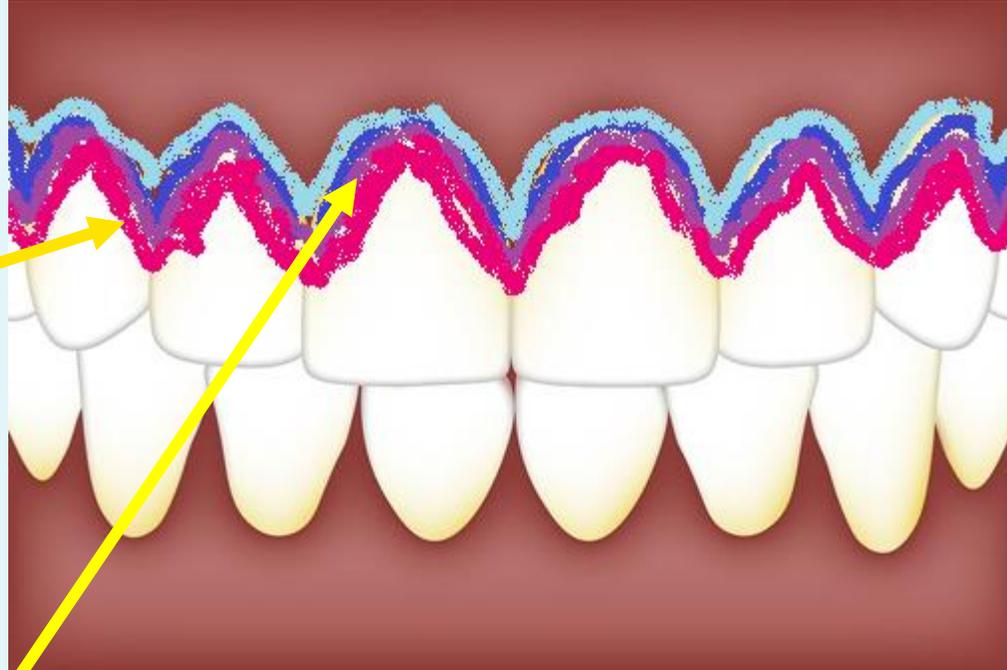
Gel revelador de placa bucal

Placa nueva:

Cuando la biopelícula de una placa es poco densa, el pigmento azul se quita fácilmente con agua y permanece el pigmento rojo que muestra un resultado rojo/rosáceo.

Placa antigua (>48 horas):

Cuando la biopelícula de una placa ha madurado, su estructura es densa y, por tanto, los pigmentos azules y rojos se fijan y forman una capa azul/violeta.



Placa con riesgo muy alto:

En la biopelícula de placa con riesgo muy alto, las bacterias acidógenas metabolizan la sacarosa de gel Tri Plaque ID de GC. El ácido resultante reduce el pH de la placa (<math>pH</math> 4,5) con lo que el pigmento rojo desaparece dejando un color azul claro.

Referencia: <https://pixabay.com/es/illustrations/dental-placa-la-biopel%C3%ADcula-3584756/>



REFLEXIÓN



Responda las siguientes preguntas de reflexión:

¿Cómo me siento?

¿Para qué me sirve esta actividad?

¿A qué me mueve esta actividad?





Este material digital **es propiedad de la Universidad Rafael Landívar**, se comparte por medio de una licencia Creative Commons CC BY-NC-ND del tipo “Atribución-No Comercial-Compartir igual”, la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales, ni se realicen obras derivadas.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/gt/>