LESIONES DEPORTIVAS. LUXACIONES

PROFESOR: VICCINI, DIEGO

- MIRA EL VIDEO Y SELECCIONA LA RESPUESTA CORRECTA.

1. UNA LUXACION ES:

- CUANDO EN UNA ARTICULACION, SE SEPARAN LAS PARTES Y VUELVEN A SU POSICION NATURAL.
- CUANDO EN UNA ARTICULACION, SE SEPARAN LAS PARTES Y NO VUELVEN A SU POSICION NATURAL.
- CUANDO SE PRODUCE UN GOLPE FUERTE.

2. LAS LUXACIONES SE DAN MAYORMENTE EN:

- LAS MUÑECAS, CUELLO Y DEDOS.
- LOS DEDOS, FLEXORES, CODO Y MANDIBULA.
- LA CADERA, LA RODILLA, EL CODO, EL TOBILLO Y EL HOMBRO.

3. QUE HACER ANTE UNA SITUACION DE LUXACION.

- REFRESCAR CON AGUA LA ZONA AFECTADA. PISAR SIN MIEDO. ESPERAR 5 DIAS PARA IR AL MEDICO.
- LOCALIZAR LA ARTICULACION AFECTADA, INMOVILIZAR LA ZONA, APLICAR HIELO Y REPOSO ABSOLUTO.
- APLICAR PAÑOS CALIENTES. NO ELEVAR LA ZONA. ESPERAR QUE SE VAYA EL DOLOR PARA VER UN MEDICO.