

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**



**Nombre del trabajo: Tipos de Variables y Formas de Clasificación**

**Materia: Nutrición en el Adulto Mayor**

**Catedrático : LN. Nefi Alejandro Sánchez Gordillo**

**Nombre del alumno: Diego Quiñones García**

**Cuatrimestre: 6°**



**TAPACHULA CHIAPAS, 8 DE JULIO DEL 2020**

**1 OSTEOARTRITIS**  
Es la más común de las enfermedades reumáticas crónicas. Se manifiesta por dolor, deformidad e incapacidad funcional principalmente de las articulaciones con gran movilidad o que soportan peso

**CARACTERÍSTICAS**  
Sus atributos o características pueden ser factores o marcadores de riesgo que "determinan" la aparición de un evento, enfermedad o el estado de salud. Por eso, cada vez que desarrollemos un plan de estudio, deberemos preguntarnos en quiénes, cuándo y dónde sucede el evento de Salud o enfermedad

**2 ARTRITIS**  
Es una enfermedad en la que se inflaman las articulaciones produciéndose dolor, deformidad y dificultad para el movimiento, aunque también puede afectar otras partes del organismo. Es una enfermedad crónica, con una baja frecuencia de curación espontánea, aunque con un tratamiento adecuado se consigue un buen control de la enfermedad en la mayoría de los casos

**CARACTERÍSTICAS**  

- La artritis reumatoide se presenta con más frecuencia en personas con una especial predisposición, sin embargo, no es una enfermedad hereditaria
- La artritis reumatoide no es contagiosa, la inflamación que se produce en las articulaciones es la consecuencia de la invasión de la membrana sinovial por células inmunitarias que dañan la articulación

**3 ARTROSIS**  
Es una afección crónica que causa incapacidad en sujetos mayores. Considerada de siempre como "desgaste" degenerativo de la articulación

**FACTORES DE RIESGOS**

- La edad es un factor de riesgo muy en relación con la artrosis por lo cual resulta esencial conocer las alteraciones que ocurren con la edad
- Estrés mecánico sobre el cartilago articular, puede proceder de la alteración con la marcha, debilidad muscular, cambios en la propiocepción
- La obesidad es otra causa importante de artrosis. Probablemente la causa principal que conduce a degeneración articular sea el incremento de fuerzas mecánicas en las articulaciones de carga

**4 OSTEOPOROSIS**  
Es una enfermedad que se caracteriza por baja masa ósea y deterioro de la microarquitectura del tejido óseo, lo cual conlleva un mayor riesgo de fractura. La osteoporosis se produce cuando la masa ósea disminuye con más rapidez de la que el cuerpo puede reemplazarla, lo cual conduce a una clara pérdida de fuerza ósea

**NUTRICIÓN**  
Incluir cantidades suficientes de calcio, vitamina d y proteína, esenciales para construir y mantener un esqueleto saludable en todas las edades, la proteína de la dieta le proporciona al cuerpo una fuente de aminoácidos necesarios para sostener el desarrollo de la matriz del hueso, Los nutrientes más importantes para la salud ósea son el calcio, la vitamina D y la proteína. En este informe, también se debate la función de otros micronutrientes, entre ellos, la vitamina A, las vitaminas B, la vitamina K, el magnesio y el zinc

**5 BRONQUITIS CRÓNICA**  
Es una inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones, las personas que tienen bronquitis suelen toser mucosidad espesa y, tal vez, decolorada. La bronquitis crónica es un tipo de epoc (enfermedad pulmonar obstructiva crónica porque sufre una afección a largo plazo que reaparece o nunca desaparece por completo

**SINTOMAS**  
Aparición de disnea (dificultad para respirar) o aumento de la disnea previa. Cambios en la expectoración. Se tendrá en cuenta el color. La consistencia y la cantidad del esputo. Aparición o aumento de la tos, así como la presencia de fiebre. Dolores de cabeza matutinos y somnolencia. Edemas (hinchazón en los pies)

**6 ASMA BRONQUIAL**  
Es una enfermedad crónica de vías aéreas caracterizada por su obstrucción variable y episódica, además de reversible, que se asocia a una inflamación eosinofílica e hiperreactividad de los bronquios, esta es, junto a la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), una causa importante de discapacidad

**PREVALENCIA**  
En el adulto mayor es comparable con la de la población general, que es aproximadamente de 5 a 10%;<sup>9</sup> en un grupo poblacional de la Ciudad de México se encontró en 3.6%.<sup>10</sup> En México se reporta que el asma, junto con la bronquitis crónica y el enfisema, es causa de defunción en adultos mayores en 2.2%, y como causa de morbilidad en 6% de los egresos hospitalarios.

**7 EFISEMA PULMONAR**  
Es una afección pulmonar que causa dificultad para respirar. Las personas que padecen enfisema tienen dañados los sacos de aire de los pulmones (alvéolos), las paredes internas de los sacos de aire se debilitan y se rompen, lo que crea espacios de aire más grandes en lugar de muchos espacios pequeños

**CARACTERÍSTICAS**

- La mayoría de las personas que padecen enfisema también tienen bronquitis crónica
- la mayoría de las personas con un enfisema relacionado con el tabaco comienza a notar síntomas de enfermedad entre los 40 y los 60 años
- Una buena alimentación saludable, así como llevar la dieta mediterránea

**8 CATARATAS**  
Son cambios en la transparencia y el color del cristalino que disminuyen la agudeza y la calidad de la visión. La catarata es un proceso irreversible y progresivo de las funciones visuales que puede llevar a la ceguera

**9 GLAUCOMA**  
Es una enfermedad ocular que deteriora gradualmente la vista

**SINTOMAS**

- Vista borrosa
- HCB La aparición de círculos de colores
- Dolor de cabeza y en los ojos alrededor de las luces brillantes
- Náusea o vómitos
- Pérdida repentina de la vista

**10 ENFERMEDAD DE LAS ENCÍAS**  
Es una infección bacteriana en la boca. Las bacterias viven en la placa que se acumula cuando no se cepilla ni usa hilo dental con regularidad. En su forma leve, la gingivitis, las encías se ponen rojas y se inflaman. También sangran más fácilmente. La periodontitis es una forma más avanzada de enfermedad de las encías

**11 SEQUEDAZ BUCAL**  
Esto sucede cuando la boca no produce suficiente saliva, la caries dental es un proceso fisicoquímico de origen infeccioso que provoca la desmineralización del esmalte dental, está pérdida de minerales es consecuencia de la actividad metabólica de ciertas bacterias que colonizan la superficie dentaria

**12 GINGIVITIS**  
Es el estadio temprano de la enfermedad de las encías, una infección de tejidos alrededor de los dientes causada por placa dental. Si tienes gingivitis, tus encías podrían enrojecerse, inflamarse y sangrar fácilmente. También podrías tener mal aliento. Ya que no suele doler, podrías no saber que la padeces

**13 ALZHEIMER O DEMENCIA SENIL**  
Son una pérdida progresiva de su memoria y sus habilidades mentales, su causa principal de estas enfermedades degenerativas es el envejecimiento del cerebro que provoca que las células nerviosas se vayan debilitando y atrofiando algunas zonas del cerebro

**14 PARKINSON**  
Es una enfermedad neurodegenerativa producida por la pérdida progresiva de neuronas en la sustancia negra cerebral, generalmente, el Parkinson se reconoce por un trastorno del movimiento

**CARACTERÍSTICAS**  
Se produce una degeneración en las células de los ganglios basales que ocasiona una pérdida o una interferencia en la acción de la dopamina y menos conexiones con otras células nerviosas y músculos.

**15 PRESIÓN ARTERIAL ALTA**  
Es una afección grave que puede causar enfermedad coronaria (conocida también como enfermedad de las arterias coronarias), insuficiencia cardíaca, accidente cerebrovascular (derrame cerebral), insuficiencia renal y otros problemas de salud

**PRIMARIA**  
Es el tipo más común de presión arterial alta. Por lo general se desarrolla con el tiempo a medida que envejece

**SECUNDARIA**  
Es causada por otra condición médica o el uso de ciertos medicamentos. Por lo general, mejora al tratarse la causa o al dejar de tomar los medicamentos que la provocan

