

**Nombre del alumno:**

Nayeli Hernández Pérez

**Nombre del profesor:**

Lic. Alfonzo Vázquez

**Licenciatura:**

Enfermería 6 Cuatrimestre “A”

**Materia:**

Enfermería Médico Quirúrgico II

**Nombre del trabajo:**

Ensayo

Ensayo del tema:

“Fisiopatología del sistema musculo esqueletico”

El cuerpo humano está conformado por varios sistemas o aparatos que están conformado por un conjunto de elementos, cada uno sistema tiene funciones importantes en el cuerpo en este caso nos enfocaremos acerca del sistema musculo esquelético, dentro del contenido de este ensayo hablaremos de la fisiopatología de este aparato uno de los más importantes debido a la funciones que realiza cada uno de los elementos por el cual está compuesto.

Este sistema le proporciona al ser humano la capacidad de poder moverse, más adelante mencionara la composición de los huesos, es decir que células podemos encontrar en él, su esquema los tipos de huesos que tenemos por qué cada uno de nuestros huesos pertenecen a un tipo de hueso en general. Además esto nos servirá de apoyo para saber la manera en que podemos hacer más fuertes a nuestros huesos y a partir de ella ver la manera de prevenir que puedan haber alteraciones en nuestras articulaciones ya que si cuidamos nuestra alimentación podemos descartar algunos factores de riesgo que nos predisponen que más adelante con los años pudiese aparecer alguna patología.

Así como los huesos tienen funciones claras , los músculos y las articulaciones también colaboran para que se lleve a cabo el movimiento de nuestro cuerpo por eso dentro de este trabajo también hablaremos e haremos incapie en cada una de las funciones que realizan tanto como el de los músculos y las articulaciones además de los tipos de músculos que hay y de igual forma para las articulaciones , ya que cada uno de esta están enlazados de una manera correcta que hacen formar el sistema musculo esquelético.

A lo largo de este ensayo te brindamos la información más relevante acerca de este sistema que así como nos proporciona una función indispensable a nosotros que permite el movimiento así también conoceremos ampliamente como está compuesto y los tipos de huesos, articulaciones y músculos que tenemos en nuestro cuerpo y sobre todo que articulaciones o músculos se ven más afectados

## SISTEMA MUSCULO ESQUELETICO

Este sistema tiene funciones muy importantes en nuestro cuerpo, está conformado por huesos, articulaciones y músculos estos en conjunto forman a este aparato que le brinda sostén al cuerpo ya que es la estructura básica donde descansa el cuerpo, es por ello que se considera el sistema que se ocupa del movimiento de nuestro cuerpo.

Nuestros huesos están unidos gracias a las articulaciones para el movimiento intervienen nervios y vasos que van a permitir el movimiento. los huesos son uno de los elementos importantes de este sistema este es un tipo de tejido que proviene del tejido conjuntivo , los huesos están compuestos tanto como por células y matriz dentro de las células de los huesos intervienen los osteoblastos(este tipo de células se generan o producen en la medula ósea ) , células osteocitos( estas son un tipo de células maduras del hueso) y osteoclastos (estas células están en regresión y ellas tienen la función de eliminar los osteocitos muertos o no madurados y reparan las fracturas. El hueso también está compuesto por una matriz en ella podemos encontrar: fibras de colágeno que ayudan a la resistencia que forman una tipo red , también se encuentra una sustancia intercelular y también algunos minerales como el potasio, los carbonatos el calcio entre otros estos le proporcionan al hueso la dureza o lo fuertes que pueden estar los huesos por ello es importante consumir alimentos ricos en estos minerales y llevar a cabo una buena alimentación y buenos hábitos una de las más principales es la realización de alguna actividad física para que los músculos y articulaciones estén en forma y con la edad no se perjudiquen mucho. Pues en un adulto mayor es más frecuente que tenga algún tipo de alteración articular y para la prevención de la aparición de cualquier alteración es necesario fomentar e inculcar hábitos buenos.

Según su esquema encontramos:

- ♥ Hueso esponjoso
- ♥ Hueso compacto
- ♥ Placa epifisaria
- ♥ Cartílago articular

El cartílago articular permite unir un hueso con el otro, todos los huesos que tenemos en nuestro cuerpo no todos tiene la misma forma es por ello que la clasificación según su morfología es: huesos largos, huesos anchos o planos, huesos cortos y huesos irregulares.

Gracias a las funciones de los huesos contribuyen a la protección de algunos órganos de nuestro cuerpo (nuestras costillas protegen a nuestros pulmones corazón entre otros órganos que se encuentran en esta región) ayuda al soporte de los tejidos circulantes, al movimiento una de las más importantes, almacén de algunos minerales.

Nuestros músculos otro elemento de este sistema este se considera un órgano que tiene la capacidad de poder contraerse estos músculos se dividen en 3 tipos: los músculos de fibra lisa, músculos de fibra estriada y músculos cardiacos algunos de estas tienen contracciones voluntarias e involuntarias.

Es por ello que se diferencian 3 tipos de contracción muscular: **tónica** Tensión muscular normal de un individuo despierto, en este caso puede haber tónica de menor o mayor del tono normal, los que superan el tono normal puede causar molestias como dolor y algún tipo de molestias en las cervicales , otro tipo de contracción muscular es la de tipo **isotónica** este produce movimiento a comparación del tipo **isométrica** no produce movimiento se tensa el musculo lo cual provoca un aumento en la presión. Nuestros músculos aportan funciones tales como contribuyen a la presión, la fuerza y el movimiento.

Las articulaciones se refieren a los puntos donde entran en contacto unos huesos con otros y estas articulaciones están alrededor del hueso, estas articulaciones producen varios movimientos en los cuales se les ha clasificado como movimientos de **flexión, extensión, rotación, abducción, adduccion, circunducción, supinación y pronación** todas estos movimientos hacen nuestras articulaciones, cada una de ella con distinta función. Entre los tipos de articulaciones de nuestro cuerpo se encuentran 3 tipos:

- ♥ Sinartrosis
- ♥ Anfiartrosis
- ♥ Diartrosis

Cuando hablamos de las articulaciones sinartrosis son articulaciones inmóviles como las que se encuentran en el cráneo , las articulaciones anfiartrosis son aquellas que son ligeramente móviles como la pelvis y las articulaciones diartrosis son el tipo liberadamente móviles y generalmente hay más articulaciones diartrosis en nuestro cuerpo este tipo de articulaciones las encontramos en nuestro codo, rodillas y como consecuente estas articulaciones son los más afectados por alguna lesión o ya sea algún tipo de enfermedad las articulaciones diartrosis tienen la función de permitir mucho movimiento.

En conclusión puedo decir que este ensayo fue elaborado con un solo objetivo dar a conocer el sistema o aparato musculo esquelético pues como bien ya se mencionó este aparato está compuesto por varios elementos que en conjunto generan funciones importantes en nuestro cuerpo pues gracias a ellos nosotros podemos movernos y realizar actividades cotidianas por eso es importante conocer y saber distinguir entre las funciones y diferencias que hay en cada elemento que compone nuestro sistema musculo esquelético, así como la forma en que podemos evitar enfermedades o patologías que en donde pudiesen verse afectados alguno de estos elementos que conforman este sistema.

Por lo tanto podemos constatar que con la información ya brindada en el desarrollo podemos decir que sin este sistema en nuestro cuerpo no podríamos desplazarnos y nuestro cuerpo no tendría la fuerza para poder sostenerse y de igual manera gracias a la información brindada podemos conocer más ampliamente como está conformado nuestro sistema musculo esquelético, además ver qué cambios se podrían realizar para que nuestros huesos estén más fuertes y sano.

## BIBLIOGRAFÍA

- ♥ <https://www.efisioterapia.net/cursos/12608-curso-fisiopatologia-sistema-musculo esqueletico craneomandibular-craneocervical-y-dolor>