



**Diego Solorzano Deleón**

**Ensayo**

**Materia: Enfermería medico  
quirúrgica**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado y grupo: 6A**

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de julio 2020

### **3.1. Fisiopatología del sistema músculo esquelético.**

#### **3.2. Valoración y problemas generales en pacientes con alteraciones musculo esqueléticas**

El sistema musculo esquelético proporciona forma, estabilidad y movimiento al cuerpo humano sufre muchos cambios con la edad.

Mientras que envejecemos, nuestros tejidos articulares se vuelven menos resistentes al desgaste y comienzan a degenerar manifestándose como hinchazón, dolor, y muchas veces, la pérdida de la movilidad de las articulaciones. Los cambios ocurren en ambos tejidos de las articulaciones blandos y los huesos opuestos, una condición llamada osteoartritis. Una forma más grave de la enfermedad se llama artritis reumatoidea. Esta última es una enfermedad autoinmune en la que el cuerpo produce anticuerpos contra tejidos de las articulaciones causando inflamación crónica resultando en severo daño articular, dolor e inmovilidad.

Los diagnósticos pueden ser neuropatías periféricas, el tratamiento inicial incluye fisioterapia, con un programa de ejercicios para el fortalecimiento, o la elongación, así como la aplicación de calor o hielo. Si el tratamiento fisioterapéutico inicial, el uso de fármacos o los programas de ejercicio han fallado, todavía nos queda una alternativa. Las técnicas intervencionistas guiadas con ecografía son una opción válida, mínimamente invasiva y eficaz para el tratamiento de patologías complejas del sistema musculo esquelético que no han podido ser resueltas mediante tratamientos convencionales.

#### **3.3. Alteraciones articulares.**

- Artritis: Inflamación de las articulaciones, se hinchan y producen dolor o malestar. Las articulaciones afectadas pierden movilidad y pueden llegar a deformarse.
- Sarcomas sinoviales: Uno de los tumores malignos más frecuentes de los tejidos blandos; representan aprox. el 8% de todos ellos
- Fiebre reumática: Enfermedad inflamatoria que se puede presentar después de una infección con las bacterias estreptococos del grupo A. Puede causar efectos graves en el corazón y las articulaciones.
- Bursitis: Inflamación de las bursas, unas bolsas llenas de líquido que evita que se produzcan fricciones entre las articulaciones cuando se produce un movimiento. Aunque hay bursas en todo el cuerpo humano, la bursitis se manifiesta, sobretodo, en aquellas zonas donde el movimiento articular es más repetitivo: es decir, en los hombros, rodillas, caderas, pelvis, codos, muñecas, dedos de los pies y talones.

– Necrosis aséptica: Enfermedad que se caracteriza por la pérdida de flujo sanguíneo de forma temporal o permanente en el interior de los huesos. Debido a ello, el tejido óseo sin sangre muere.

– Artropatía neurogénica: Enfermedad de las articulaciones que se caracteriza por una lesión en los nervios que no permite la percepción del dolor articular en la persona afectada. De modo que las lesiones y fracturas insignificantes y repetitivas pasan inadvertidas, hasta que se produce la destrucción de la articulación de forma permanente debido al deterioro acumulado.

### **¿Qué podemos hacer para prevenirlas?**

Tanto si se trata de dolor articular como de alguna afectación en las articulaciones es necesario llevar a cabo ciertas prevenciones que permitan proteger dichas articulaciones y no agravar los síntomas

- Después de estar sentado en un sillón o acostado en la cama de forma prolongada, se recomienda mover las piernas al levantarse y ir con cuidado que el peso del cuerpo no recaiga de golpe en las rodillas.
- En los casos en que uno permanece sentado es recomendable también estirar las piernas todas las veces que se pueda; porque es una forma de evitar que la rótula ejerza más presión sobre el fémur.
- Hacer pequeños descansos durante el día, de entre 5 y 10 minutos también puede ayudar a prevenir el dolor articular.
- De igual manera, es muy importante llevar un tipo de calzado adecuado: que no mueva el pie y tenga buena sujeción, que sea preferiblemente cerrado y, en aquellos casos donde los problemas se producen en las rodillas, que la suela sea plana, sin tacón.
- Tampoco debe cargarse mucho peso. Es recomendable no llevar todo al mismo tiempo y tratar de equiparar la carga. Cuando se toma algo del suelo, es preferible de igual manera agacharse en cuclillas y no encorvar la espalda.
- Al subir y bajar escaleras, es importante también apoyarse en las barandillas y ir a una velocidad lenta, de a un escalón a la vez.

### **3.4. Cuidados de enfermería a pacientes con procesos articulares, osteoporosis y osteomielitis.**

- Cambios en el estilo de vida, como la dieta y el ejercicio
- Tomar calcio y vitamina D
- Usar medicamentos

Se utilizan medicamentos para fortalecer los huesos cuando:

- La osteoporosis ha sido diagnosticada por medio de un estudio de la densidad ósea, sea que usted tenga o no una fractura.
- Se ha presentado una fractura de hueso y una prueba de la densidad ósea muestra que usted tiene huesos delgados, pero no osteoporosis.
- Los adultos menores de 50 años deben obtener 1,000 mg de calcio y 400 a 800 UI de vitamina D al día.
- Las mujeres de 51 a 70 años deben obtener 1,200 mg de calcio y 400 a 800 UI de vitamina D al día; los hombres de 51 a 70 años necesitan 1,000 mg de calcio y 400 a 800 UI de vitamina D al día.
- Los adultos mayores de 70 años deben recibir 1,200 mg de calcio y 800 UI de vitamina D al día.
- El médico le puede recomendar un suplemento de calcio.
- Siga una dieta que proporcione la cantidad adecuada de calcio y vitamina D.

Suspenda los hábitos malos:

- Deje de fumar, si es fumador.
- Reduzca el consumo de alcohol. Demasiado alcohol puede dañar los huesos y ponerlo a uno en riesgo de caerse y romperse un hueso.