

**ENSAYO**  
**(CUIDADOS DE ENFERMERÍA AL**  
**ANCIANO CON PROBLEMAS**  
**OSTEOARTICULARES)**

**ENFERMERÍA GERONTOGERIATRICA**  
**LIC. VELASQUEZ PEREZ ALFONSO**

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**JOMNY ALEXEI MORALES RAMIREZ**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**6to. Cuatrimestre “A” Enfermería Semiescolarizado**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**07 de JUNIO del 2020.**

## **CUIDADOS DE ENFERMERÍA AL ANCIANO CON PROBLEMAS OSTEOARTICULARES.**

Entre los problemas a enfrentar en el ámbito de la salud se encuentra no solo el mantenimiento de la funcionalidad de los adultos mayores, sino que también la prevención de la enfermedad y de sus consecuencias, el tratamiento adecuado de la población adulta mayor, así como también el desafío de promover en la población adulta media estilos de vida saludables que conduzcan a un envejecimiento activo de las futuras generaciones. Entonces es ahí donde la enfermería juega un papel muy importante, tanto en la participación clave en el equipo de la salud como por su potencial de respuestas a las necesidades del cuidado de la salud de los adultos mayores, generalizando en todos los niveles de atención y en forma especial en la atención primaria y cuidados a largo plazo. Hablando así en este caso sobre los problemas osteoarticulares y los cuidados de enfermería.

La osteoporosis es una enfermedad metabólica ósea crónica y progresiva que puede afectar a todo el esqueleto, cuya prevalencia es especialmente elevada en mujeres posmenopáusicas y que sin la intervención adecuada conduce a un incremento del riesgo de padecer fracturas óseas.

Las fracturas relacionadas característicamente con la osteoporosis son la de la cadera; vertebrales y de antebrazo distal. Mas sin embargo con la disminución de masa ósea es un proceso generalizando del esqueleto, casi todas las fracturas que se producen en personas de edad avanzada son debidas a esta.

Existen dos tipos de osteoporosis la posmenopáusica y la senil, en donde la posmenopáusica se observa en mujeres de 50 a 70 años y se caracteriza por una pérdida de hueso trabecular, por lo que las fracturas más frecuentes son los aplastamientos vertebrales y la fractura de tercio distal de radio y cubito, por lo consiguiente la senil suele iniciarse después de los 70 años, afecta ambos sexos y existe una pérdida de hueso trabecular y cortical.

La artritis es una enfermedad sistémica, crónica, progresiva e inflamatoria del tejido conjuntivo. Este síndrome crónico produce una inflamación por brotes simétrica en las articulaciones periféricas del cuerpo. Se caracteriza por la inflamación sinovial con la consiguiente destrucción de las articulaciones, también se va a manifestar por un fuerte dolor y la deformación progresiva de las articulaciones afectadas.

Esta suele presentarse en mujeres de 25 a 55 años de edad. El curso que el síndrome lleve varía considerablemente de persona a persona, sin embargo, factores como infecciones, genes u hormonas contribuyen al desarrollo de la misma las articulaciones que suelen ser más afectadas son, las muñecas, dedos de las manos, rodillas, tobillos.

Globalizando estas enfermedades podemos observar los problemas que estas pueden causar, así que para ello nosotros como profesionales de la salud debemos de brindar una mejor y mayor atención en nuestros pacientes garantizándoles una seguridad de sí mismos, entonces hablamos de un deterioro de estabilidad motora presentando alguna fractura, y es cuando el cuidado y la atención deben de ser prioritarios ya que estos van afectando físicamente, así como también psicológicamente hablando del entorno, esto también viene afectando el deterioro de la piel ya que esta tiende a perder movilidad y suele a estar más expuesta a daños, entonces debemos de estar atentos a las prominencias óseas en donde estas puedan surgir úlceras por presión, los cuidados en nuestros adultos mayores con problemas osteoarticulares son verdaderamente importante ya que ellos son los más susceptibles a presentar estas enfermedades, siendo así debemos de tomar en cuenta de los cambios en el estilo de vida, como la dieta y el ejercicio, tomar calcio y vitamina D, usar medicamentos para fortalecer los huesos, el ejercicio juega un papel muy importante en la prevención de la densidad ósea, algunos de ellos que son recomendados pueden ser; los ejercicio de soporte de peso, ejercicios de equilibrio, evitando cualquier ejercicio que ofrezca riesgo de caídas o ejercicios de alto impacto que puedan causar fracturas. Suspender los hábitos malos como, por ejemplo; dejar de fumar, si es fumador, reducir el consumo de alcohol, demasiado alcohol puede dañar los huesos y ponerlo a uno en riesgo de caerse y romperse algún hueso, unas formas de prevenir caídas podrían ser; utilizar barras en el baño si es necesario, dejar las luces encendidas durante la noche, quitar alfombras resbaladizas, utilizar zapatos que se ajusten bien, quizás y sean pocos cuidados, pero serán más que suficientes.

Durante este ciclo de vida suele llegar el momento en donde nuestros cuerpos están más susceptibles a cualquier enfermedad, dándonos cuenta en los cambios físicos y sintiéndolos así mismo en nuestro interior, prácticamente esto suele llegar a perjudicar el estado emocional y más si estamos hablando de los ancianitos, así que ellos necesitarán de apoyo familiar y el de la nuestra, brindándoles una adecuada mayor atención y recalcando más que nada los cuidados a realizar para que de esta forma ellos se sientan seguros de sí mismos y reintegrándolos a la sociedad.

## **Bibliografía**

Antología Enfermería Gerontogeriatrica UDS Por Velásquez Pérez Alfonso.

Manual de cuidados de enfermería en enfermedades osteoarticulares degenerativas.