

## **ATENCION DE ENFERMERIA EN PROBLEMAS DEL SISTEMA MUSCULO ESQUELETICO**

- **Materia:** Enfermería del adulto.
- **Catedrático:** Lic. Rubén Eduardo Domínguez García.
- **Carrera:** Enfermería
- **Cuatrimestre:** 6to Cuatrimestre.
- **Alumno:** Roblero Mateo Keyla Vianey.

# ATENCIÓN DE ENFERMERÍA EN PROBLEMAS DEL SISTEMA MÚSCULO ESQUELÉTICO

¿Qué es el sistema musculoesquelético?

El esqueleto es una estructura dinámica, constituida por huesos. Cada hueso es un órgano que está formado por diversos tejidos: óseo, cartilaginoso, conectivo denso, epitelial, otros que generan sangre, adiposo y nervioso

Es el sistema que se ocupa del movimiento de nuestro organismo. Son huesos unidos por articulaciones, puestos en movimiento por los músculos al contraerse, gracias a los nervios y a los vasos (los nervios permiten el movimiento).

## Funciones del sistema esquelético

- 1: Sostén
- 2: Protección
- 3: Movimientos
- 4: Homeostasis de minerales
- 5: Producción de células sanguíneas
- 6: Almacenamiento de triglicéridos.



## Estructura de los huesos

- Diáfisis
- Epífisis
- Metafases
- Cartílago articular
- Periostio
- Cavity medular
- Endostio



## Cuidados de enfermería

- Alivio del dolor: administrar medicación, paños calientes.
- Cambios en la dieta: lácteos, dieta equilibrada.
  - Hábitos higiénicos: sol.
  - Ejercicio: con soporte de peso (es esencial), caminar, golf, natación (excelente rehabilitación de la columna).
  - Disminuir la posibilidad de traumatismos: zapatos blandos, plantillas acolchadas
  - Información: cerciorarnos que hemos sido entendidos



# ATENCIÓN DE ENFERMERÍA EN PROBLEMAS DEL SISTEMA MÚSCULO ESQUELÉTICO

¿Como afectan la patologías musculo esqueléticas?

Normalmente afectan la espalda, cuello, hombros y extremidades superiores, aunque también pueden extenderse a las extremidades inferiores

## Valoración de la postura

Valoración de enfermería

### Historia del paciente

- El sexo y la edad
- Enfermedades y accidentes previos.
- Hábitos alimenticios
- Ocupación laboral
- Antecedentes culturales
- Hábitos deportivos
- Problemas de salud actuales

Inspección general

- Puede ser erguida, encorvada, haber una ligera elevación de un hombro sobre otro, etc.
- Al valorar la marcha, el paciente debe balancear los brazos por los lados del cuerpo y con estabilidad.
- Identificar si realiza con normalidad las actividades habituales
- Evaluar la masa muscular, la cual debe ser simétrica a ambos lados del cuerpo al igual que el tamaño, la forma y la fuerza; así como la alineación de columna ( en busca de cifosis o escoliosis).
- Inspeccionar de la piel y tejidos subcutáneos que rodean músculo.
- Presencia de hipertrofias o atrofas, fasciculaciones y espasmos musculares.

Palpación

- Se deben abarcar los huesos, articulaciones y los músculos que lo rodean. En búsqueda de la presencia de zona calientes, dolorosas, tumefactas, o la presencia de crepitación, ejerciendo presión sobre huesos y articulaciones.
- Valorar el tono muscular.

Rango de movimientos

- Instruir al paciente para que mueva en toda su amplitud cada articulación y grupo muscular.
- Anotar si hay dolor o limitación de movimiento.
- Instruir a al paciente para que se relaje y le permita Comparar los rangos de movimientos con las articulaciones contralaterales.
- Utilizar un goniómetro cuando se detecta una alteración para medir el ángulo exactamente.

Fuerza muscular

- Evaluar cada grupo muscular. Sostener la articulación y pedirle al paciente que haga movimientos contra la resistencia.
- La fuerza debiera ser igual en ambos lados.

# VALORACION DE ENFERMERIA EN PROBLEMAS MUSCULO ESQUELETICAS

## Columna cervical

- Inspeccionar el cuello del paciente, desde la posición anterior y posterior, valorando la alineación y simetría de pliegues.
- Palpar las apófisis espinosas y el tono de músculos paravertebrales.
- Evaluar rango de movimientos del cuello: Flexión 45 °, hiperextensión 45 °, flexión lateral 40°, rotación 70°
- Valorar fuerza de músculos esternocleidomastoideo y trapecio pidiéndole al paciente que levante los hombros en contra de la resistencia.

## Manos y muñecas

- Inspeccionar la cara dorsal y palmar de las manos, observando el contorno, posición, forma, número e integridad de los dedos .
- Observar desviación cubital, deformidades.
- Examinar el rango de movimientos , pedirle al paciente que doble los dedos hacia adelante, sobre la articulación metacarpofalángica; tocar con el pulgar la punta de cada uno de los dedos; separar los dedos y ponerlos juntos; doblar la mano, por la muñeca, arriba y abajo; movimientos radial y cubital.

## Columna dorsal y lumbar

- Notar las curvaturas dorsal convexa y lumbar cóncava. La apófisis espinosa debe estar en la línea media.
- Pedir que realice los movimientos: flexión (tratando de tocar el piso con el dedo medio y medir distancia hasta el piso), hiperextensión, flexión lateral y rotación.

## Cadera

- Inspeccionar la asimetría en la altura de las crestas ilíacas, tamaño de nalgas o número y situación de pliegues glúteos.
- Evaluar los movimientos: extensión, flexión, abducción, aducción, rotación externa e interna y valore la fuerza de los músculos de cadera.

## Hombros

- Inspeccionar el contorno de los **hombros**, cintura escapular, clavículas y escápulas y músculos y evaluar la capacidad para realizar movimientos como: elevación de hombros, flexión, hiperextensión, abducción, rotación interna y externa; así como la fuerza muscular al elevar estos contra la resistencia.
- Palpar: articulación esternoclavicular y acromioclavicular, escápulas, apófisis coracoides, trocánter mayor del húmero, surco de bíceps y músculos y realizar una comparación simétrica.

## Rodillas

- Inspeccionar las rodillas y huecos poplíteos en posición de flexión y extensión, fijándose en: tuberosidad tibial, cóndilos tibiales, epicóndilos de fémur, rótula y la alineación de las piernas.
- Examinar rango de movimiento: flexión y extensión. Valore la fuerza muscular.

## Codos

- Inspeccionar el contorno de codos, en flexión y extensión en busca de la presencia de nódulos.
- Evaluar rangos de movimiento: flexión, extensión, supinación, pronación. Realizar resistencia contra flexión y extensión, recuerda que todo debe ser de forma simétrica.

## Pies y tobillos

- Inspeccionar los pies y tobillos soportando peso. Si hay pie varo y valgus. Los puntos de referencia que deben tomarse son el maléolo interno y externo, así como el tendón de aquiles.

## FUENTE DE INFORMACION

RUBEN EDUARDO DOMINGUEZ GARCIA. (2020). Enfermería del adulto . 17 /07 /2020, de UDS Sitio web:  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/21b6be95e16d594a568f17311fa8f559.pdf>

## FUENTE DE AYUDA

<https://blogs.ugto.mx/enfermeriaenlinea/unidad-didactica-10-atencion-de-enfermeria-a-pacientes-con-trastornos-musculo-esqueleticos/>