

**NOMBRE DEL ALUMNO:**

PAOLA DE LEON TOMAS

**NOMBRE DEL PROFESOR:**

DRA. CINDY DE LOS SANTOS CANDELARIA

**LICENCIATURA:**

ENFERMERÍA

**NOMBRE DEL TRABAJO:**

CUADRO COMPARATIVO DE: ARTRITIS REUMATOIDE Y ARTROSIS

**MATERIA:**

PATOLOGIA DEL ADULTO

## CUADRO DE ARTRITIS REUMATOIDE Y ARTROSIS

PATOLOGÍA	ARTRITIS REUMATOIDES	ARTROSIS
<b>DEFINICIÓN</b>	Es una enfermedad inflamatoria crónica, autoinmune y sistemática de etiología desconocida.	Es una enfermedad que lesiona el cartílago articular y la aparición simultánea de cambios óseos regenerativos.
<b>FACTORES DE RIESGO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• edad superior a los 65 años</li> <li>• peso corporal inferior a 58 kg</li> <li>• consumo de tabaco</li> <li>• menopausia precoz</li> <li>• amenorrea prolongada</li> <li>• antecedentes de fractura por fragilidad después de 40 años.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ la obesidad</li> <li>✚ determinadas ocupaciones</li> <li>✚ actividades laborales</li> <li>✚ Herencia</li> <li>✚ la raza</li> <li>✚ el excesivo ejercicio físico.</li> </ul>
<b>CUADRO CLÍNICO</b>	<p><b>signos y síntomas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ articulaciones inflamadas</li> <li>❖ artritis de mano</li> <li>❖ rigidez articular matutina</li> <li>❖ dolor a la compresión de articulaciones metacarpofalángicas y metatarsfalángicas</li> <li>❖ Astenia</li> <li>❖ anorexia,</li> <li>❖ debilidad generalizada.</li> </ul>	<p><b>Síntomas y signos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ dolor provocado por el esfuerzo a la articulación</li> <li>✓ discapacidad funcional</li> <li>✓ hinchazón ,</li> <li>✓ derrame.</li> </ul>
<b>MEDIDAS GENERALES</b>	<p><b>Apoyo de ejercicios:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ terapia ocupacional</li> <li>➤ ejercicio dinámico</li> <li>➤ hemoterapia</li> <li>➤ ejercicios aeróbicos de fortalecimiento muscular.</li> </ul> <p><b>dietas específicas :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Comidas con ácidos grasos omega</li> <li>➤ Frutos secos</li> <li>➤ Té verde</li> <li>➤ Carnes rojas</li> </ul>	<p><b>Apoyo de ejercicios:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ejercicios físicos ,</li> <li>▪ ejercicio aeróbico ( natación, paseo)</li> </ul> <p><b>dietas específicas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ingerir menos calorías con la dieta para reducir el sobre peso.</li> <li>▪ Cereales</li> <li>▪ Frutas.</li> <li>▪ Verduras</li> <li>▪ Aceite de oliva</li> </ul>