

# **ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA**

**ENSAYO DE LOS TRANSTORNOS FRECUENTES DEL  
ESQUELETO Y MUSCULOS**

**MTRO. FERNANDO ROMERO PERALTA**



**PRESENTA EL ALUMNO:**

**Gloria Daniela Jiménez Pérez**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**Ier. Cuatrimestre "A" Lic. En Enfermería**

**Pichucalco, Chiapas**

**16 de octubre de 2020.**

## **“INTRODUCCIÓN”**

En el siguiente ensayo abordaremos las diferentes patologías tanto del sistema esquelético como del sistema musculoso, conociendo los trastornos y afecciones más comunes. Dando un pequeño resumen acerca de cada enfermedad, los síntomas y las causas mas comunes de dichas enfermedades.

Asimismo, conoceremos los nombres de las zonas en donde comienzan las patologías, e identificaremos si se deben a causa del envejecimiento, el deporte o alguna actividad de riesgo o simplemente por desgaste.

Al conocer todo este tipo de información nos servirá mucho para nuestra formación académica como para nuestra vida cotidiana, y así poder identificar si en nuestros alrededores, nuestra familia, amigos o conocidos padecen algunas de estas enfermedades.

## **PATOLOGÍAS DEL SISTEMA ESQUELÉTICO: TRANSTORNOS Y AFECCIONES COMUNES**

El sistema esquelético, que incluye huesos, ligamentos y cartílagos, le da estructura al cuerpo. Las patologías descritas a continuación pueden ocurrir cuando el estrés y el envejecimiento afectan el sistema esquelético.

### 1.- LA CIÁTICA PUEDE PRODUCIRSE POR UNA HERNIA DE DISCO.

La columna lumbar soporta el peso y el estrés del cuerpo. Como resultado, puede producirse una hernia de disco, lo que afecta a los nervios espinales. El nervio ciático, que comienza en la parte inferior de la espalda y discurre por la parte posterior de la pierna, a menudo se ve afectado. Cuando un disco se hernia, puede pellizcar el nervio. Esta es una causa más común de la ciática. La ciática típicamente afecta un lado del cuerpo, con dolor leve o intenso, debilidad muscular o entumecimiento que pueden sentirse en cualquier punto de la vía nerviosa.

### 2.- EL CARTÍLAGO QUE SE DEGENERA CON EL TIEMPO PUEDE PROVOCAR ESPONDILOSIS CERVICAL.

A medida que las personas envejecen, los huesos y el cartílago que componen la región de la espalda y el cuello son sometidos al desgaste. La espondilosis cervical es un tipo de osteoartritis que afecta las articulaciones intervertebrales de la región del cuello. El cartílago de los discos intervertebrales y el cartílago que cubre los cuerpos de las vertebrae que miran hacia las articulaciones pueden degenerarse con el tiempo. Esta presión provoca la compresión, dando lugar a discos abultados. Para estabilizar la columna vertebral a menudo crecen en las vértebras unos espolones óseos llamados osteofitos. Estos cambios provocan dolor y rigidez.

### 3.- LA FASCITIS PLANTAR PUEDE RESULTAR DE LA TENSIÓN REPETIDA EN EL PIE.

La fascitis plantar es una banda gruesa de tejido conectivo que discurre a lo largo de la parte inferior del pie, conectando el hueso del talón con los dedos de los pies. Actividades como correr o bailar pueden golpear repetidamente los pies sobre las superficies duras o someter a la fascia plantar a demasiada tensión. Esta tensión repetida puede dar lugar a micro desgarros del ligamento, que conducen a la irritación, inflamación y dolor conocidos como fascitis plantar.

#### 4.-EL DESGASTE O EL ENVEJECIMIENTO PUEDEN CAUSAR OSTEOARTITRIS DE CADERA.

Con la edad se puede degenerar el cartílago articular de la articulación de la cadera. El tejido se desgasta y se torna rugoso, exponiendo las superficies óseas subyacentes haciendo que el movimiento sea doloroso. El diagnóstico de esta afección es la artrosis, también conocida como artritis degenerativa o enfermedad articular degenerativa. En la mayoría de los casos, la degeneración del cartílago articular y la artrosis son causadas por el desgaste y el envejecimiento. Una lesión previa en la articulación de la cadera, deformidades óseas o estrés por actividades físicas repetitivas también pueden causar o aumentar la probabilidad de esta afección. Otros factores de riesgo asociados incluyen la obesidad y antecedentes familiares de osteoartritis. Los síntomas incluyen rigidez, dolor y sensibilidad a la palpación. También pueden formarse espolones alrededor de la articulación y provocar más dolor.

#### 5.-UN MOVIMIENTO BRUSCO DE LA RODILLA PUEDE CONDUCIR A UN DESGARRO DEL LCA.

La articulación de la rodilla contiene huesos, músculos y ligamentos que se flexionan, giran y pivotean durante el rango de movimiento normal. Se produce un esguince de rodilla cuando un salto o un giro brusco distiende o hiperextiende la articulación. La fuerza puede dañar o desgarrar uno o más ligamentos de la rodilla, como el ligamento cruzado anterior, que conecta el extremo del fémur (hueso del muslo) con la parte superior de la tibia (hueso de la espinilla). Las lesiones de la LCA ocurren habitualmente durante las actividades deportivas.

## **PATOLOGÍAS DEL SISTEMA MUSCULAR: TRANSTORNOS Y AFECCIONES COMUNES**

Los músculos nos permiten movernos, pero a veces el desgaste que produce mover nuestros cuerpos puede conducir a trastornos del sistema muscular. A continuación, presentare algunas de las patologías musculares más comunes:

### **1.-LA INFLAMACIÓN DE LOS TENDONES PUEDE CAUSAR EL SÍNDROME DE TÚNEL CARPIANO.**

El túnel carpiano es el conducto en la muñeca donde el nervio mediano y los tendones flexores pasan a través de un estrecho orificio. El síndrome de túnel carpiano, también llamado compresión del nervio mediano, se produce cuando los tendones se inflaman, causando la compresión del nervio mediano. Los síntomas incluyen dolor, entumecimiento y eventual debilidad en la mano. El síndrome del túnel carpiano puede ocurrir por una variedad de razones, incluyendo predisposición hereditaria, movimientos repetitivos, diabetes o trastornos de la tiroides.

### **2.- LA BURSITIS DESCRIBE LAS BOLSAS INFLAMADAS**

Las bolsas son pequeños sacos llenos de líquido que amortiguan los huesos, tendones y músculos cerca de las articulaciones. La bursitis se produce cuando las bolsas se enrojecen e inflaman, causando dolor. Esta afección a menudo se produce cerca de las articulaciones que realiza movimientos repetitivos frecuentes, como el hombro, el codo, la cadera y la rodilla.

### **3.-UN DESGARRO DEL MANGUITO DE LOS ROTADORES AFECTA LOS MÚSCULOS Y TENDONES ALREDEDOR DEL HOMBRO.**

El manguito de los rotadores es un grupo de músculos y tendones que rodean la articulación del hombro. Estos músculos mantienen la parte de arriba del brazo superior en la cavidad del hombro formando un **manguito** que no solo mantiene el brazo en su lugar, sino que le ayuda a moverse en varias direcciones. Los síntomas de esta lesión incluyen dolor, disminución del rango de movimiento en el hombro y debilidad muscular.

### **4.-TENSIÓN REPETITIVA DEL ANTEBRAZO PUEDE CAUSAR EPICONDILITIS LATERAL.**

La epicondilitis lateral afecta los músculos del antebrazo que se unen en la parte lateral, por fuera del codo. Esta afección también se llama **codo del tenista** porque la tensión repetitiva de estos músculos es observada comúnmente en pacientes que juegan mucho al tenis. Los síntomas son micro desgarros en los tendones, causando inflamación y dolor.

## **“CONCLUSIÓN”**

El haber realizado este ensayo fue de mucha importancia, por todo el conocimiento adquirido durante la elaboración de dicho trabajo. En dicho trabajo e podido conocer los nombres de las enfermedades que son mas comunes en nuestro sistema esquelético y musculoso y el cual a veces nosotros confundimos con cosas a las cuales no les damos ni importancia, el cual con el paso del tiempo se va desgastando tanto que lleva a problemas mas graves y dolores mas intensos, que requieren de una medicación fuerte o de una operación para su sanación.

Desde mi punto de vista opino que toda la población aunque no estudie alguna rama de las ciencias de la salud , debería de tener algún poco de conocimiento acerca de estos temas., para que así no dañáramos nuestra salud desde un principio y pudiéremos evitar todos esos daños en un futuro.

# **ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA**

**CUESTIONARIO DE 25 PREGUNTAS UNIDAD 2**

**MTRO. FERNANDO ROMERO PERALTA**



**PRESENTA EL ALUMNO:**

**Gloria Daniela Jiménez Pérez**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**Ier. Cuatrimestre "A" Lic. En Enfermería**

**Pichucalco, Chiapas**

**16 de octubre de 2020.**

## “CUESTIONARIO”

1.- ¿Cómo se clasifican los huesos?

- a) Corto, Plano, Largo: Epífisis (Extremo) y Diáfisis (Cuerpo).
- b) Cortos y largos
- c) Convexos y Cóncavos
- d) Axial y Apendicular.

2.- ¿En cuántas partes está dividido el esqueleto?

- a) 4
- b) 3
- c) 5
- d) 2

3.- Una de las siguientes opciones no es función del esqueleto ¿Cuál es?

- a) Contiene células madre formados de células sanguíneas.
- b) Reservorio de iones de calcio y fosfato
- c) Forma y mantiene la posición de la postura.
- d) Soporte y protección del cuerpo

4.- A continuación, se mencionan los tipos de movimientos de la articulación sinovial ¿Cuál de ellas es correcta?

- a) planas, bisagra, elevación, condíleas, inversión y eversión.
- b) Pivote, esteroideas, silla de montar, condíleas, bisagra y planas
- c) fibrosas, cartilaginosas y articulares.
- d) Rodetes marginales, meniscos, discos y capsula articular.

5.- ¿Cuál es la clasificación del tejido muscular?

- a) Estirado, liso y cardiaco
- b) Cardiaco, recto y fibroso
- c) Frontal general y posterior general
- d) Estirado, fibroso y cardiaco.

6.- ¿Cuál de los siguientes tejidos solo se encuentra en la pared del corazón?

- a) Estirado
- b) Liso
- c) Cardiaco
- d) Corazón

7.- Una de las siguientes opciones no es función del sistema musculoso.

- a) locomoción
- b) latido cardiaco
- c) peristaltismo
- c) contiene las células madre formadas de células sanguíneas.

8.- ¿Cuántas vistas tiene el sistema musculoso?



- a) 4
- b) 3
- c) 2**
- d) 1

9.- A continuación, se mencionan tres enfermedades musculares ¿Cuál de ellas no es una enfermedad?

- a) Distrofia
- b) atrofia
- c) hipertrofia
- d) Artritis**

10.- ¿Cuáles son los únicos músculos que no se forman a partir del mesodermo?

- a) Del iris y del esófago**
- b) Del corazón y el hígado
- c) Del cuello
- d) De la parte axilar

11.- ¿De cuál músculo es la contracción voluntaria?

- a) Ninguno
- b) Cardíaco
- c) Liso
- d) Esquelético**

12.- ¿Que tejido muscular tiene forma cilíndrica?

- a) Ambos
- b) Liso
- c) Ninguno
- d) Estirado**

13.- Las fibras musculares están especializadas en la.....

- a) Aliviar la carga muscular
- b) La contracción**
- c) La dilatación
- d) A y C son correctas

14.- ¿Qué tipo de músculo es el de la vejiga?

- a) Impermeable
- b) Estirado
- c) Esquelético
- d) Liso**

15.- ¿Cuál es la forma de las células del tejido estirado?

- a) Cilíndricas y alargadas**
- b) Cilíndricas y Cuadradas
- c) Ninguna
- d) Estrellada y rectangulares

16.- ¿Qué tipo de músculo está controlado por automatismo?

- a) Cardíaco
- b) Ninguno
- c) Liso
- d) Ambos

17.- ¿Cuál de los siguientes músculos puede medir entre 20 y 500 micras de longitud?

- a) Estirado
- b) Liso
- c) Cardíaco
- d) Ninguno

18.- ¿Cuántos huesos contiene el sistema esquelético?

- a) 200
- b) 207
- c) 206
- d) 118

19.- ¿A partir de qué edad existe una pérdida gradual de masa ósea?

- a) 65 a 80 años
- b) 35 a 40 años
- c) 70 a 90 años
- d) Ninguna de las anteriores

20.- ¿Cuál de las siguientes articulaciones sinoviales tienen dos caras oponentes que son cóncavas y convexas en lugar de la articulación?

- a) bisagra
- b) planas
- c) esteroideas
- d) Silla de montar

21.- Es el movimiento que acerca dos huesos largos entre sí

- a) Descenso
- b) Rotación medial
- c) Flexión
- d) Extensión

22.- \_\_\_\_\_ rodea grupos entre 10 y 100 o incluso más fibras musculares, separándolas en haces llamados fascículos.

- a) La fascia
- b) El tejido conectivo
- c) El epimisio
- d) Ninguna de las anteriores

23.- Es el que rodea y protege al tejido muscular.

- a) La fascia

b) El tejido conectivo

c) El epimisio

d) Ninguna de las anteriores

24.- \_\_\_\_\_ es una capa o lámina de tejido que sostiene y rodea a los músculos y otros órganos del cuerpo.

a) La fascia

b) El tejido conectivo

c) El epimisio

d) Ninguna de las anteriores

25.- ¿Qué tipo de músculo es el del tubo digestivo?

a) Impermeable

b) Estirado

c) Esquelético

d) Liso