

Materia

Submodulo 1

Alumna

Norma Guadalupe Pérez Pinto

Maestro

Maria del Carmen López Silva

Enfermería general

Tema:

Fracturas osteoporosis cuidados de enfermería

Fracturas. Osteoporosis. Cuidados de enfermería

Cuidados de enfermería

Tipos

Concepto

Los fármacos que se emplean en la actualidad para combatir la osteoporosis consiguen detener la resorción ósea y evitar la pérdida del mineral

Osteoporosis posmenopáusica: la causa principal es la falta de estrógenos. En general, los síntomas aparecen en mujeres de 51 a 75 años de edad, aunque pueden empezar antes o después de esas edades.

La osteoporosis es una enfermedad sistémica esquelética que se caracteriza por una disminución de la masa ósea y un deterioro del micro arquitectura de los huesos, lo que supone un aumento de la fragilidad de los huesos y del riesgo de sufrir fracturas.

Son los llamados inhibidores de la resorción entre los que se encuentran los estrógenos, las calcitoninas, los bisfosfonatos (etidronato, alendronato y risedronato), los moduladores selectivos de los receptores iatrogénicos (raloxifeno) e incluso las está tinas, unos fármacos que inicialmente se empleaban para combatir el colesterol.

Osteoporosis senil: resultado de una deficiencia de calcio relacionada con la edad y de un desequilibrio entre la velocidad de degradación y de regeneración ósea.

Factores de riesgo

Además de la masa ósea, existen otros factores de riesgo independientes predictores de fractura:

Osteoporosis secundaria: puede ser consecuencia de ciertas enfermedades, como la insuficiencia renal crónica y ciertos trastornos hormonales; o de la administración de ciertos fármacos, como cortico esteroides, barbitúricos, anticonvulsivantes y cantidades excesivas de hormona tiroidea.

* Tener antecedentes familiares de fractura de cadera.
* Haber tenido fracturas después de los 50 años.
* Poseer un [índice de masa corporal (IMC)](https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/indice-masa-corporal-imc.html) menor a 20.
* Presencia de deformidad vertebral morfo métrica.
* Consumir tóxicos, como el [alcohol](https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2019/03/05/beber-alcohol-causa-osteoporosis-hombre-169770.html) o el tabaco.

Según la SER, lo más importante es que el paciente tome las cantidades necesarias de calcio y vitamina D. Respecto al calcio, al ser un nutriente, la mejor forma de ingerirlo es con la comida. La mayor parte del calcio se obtiene con la leche y los derivados lácteos. El contenido de vitamina D de los alimentos es muy bajo, a excepción de algunos pescados grasos, por lo que la mejor forma de adquirir esta vitamina es a través de tomar el sol de forma prudente.

BIBLIOGRAFIAS:

https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/musculos-y-huesos/osteoporosis.html