

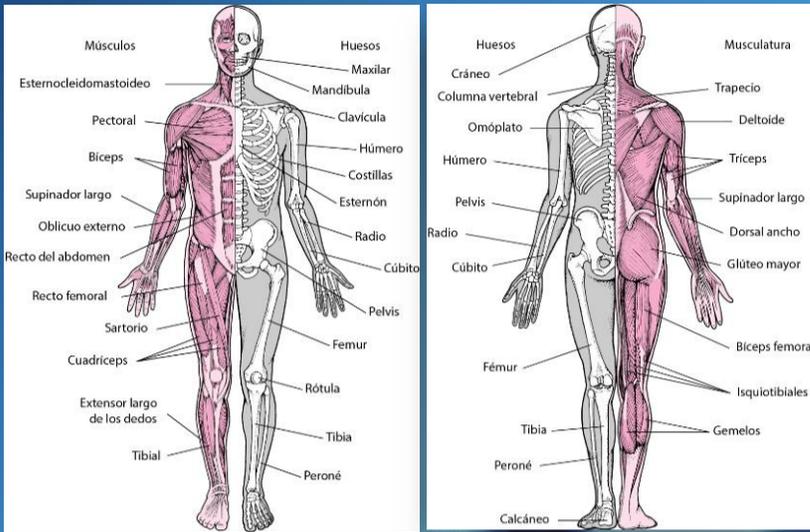
HOJA DE PRESENTACIÓN

- Nombre de la alumna: Sofi Adai Alvarez Montejo.
- Escuela: UDS (Universidad Del Sureste).
- LEN- Licenciatura En Enfermeria.
- Profesor: Víctor Geovani Montero López.
- Asignatura: Enfermería Medico Quirurgica II.
- Modulo: 1.
- Unidad 3: Cuidados A Pacientes Con Alteraciones Musculo Esquelético Y Del Tejido Conjuntivo.
- Temas De La Unidad 3: Las Principales Alteraciones Músculo Esqueléticas En Pacientes, Con Los Cuidados De Enfermería Que Se Le Deben Otorgar A Un Pacientes Con Dichos Problemas.
- Actividad 2: Súper Nota.
- 6to. Cuatrimestre.
- Grupo: LEN10SSC0520-A.
- Fecha de entrega: 14/06/2022.

PASIÓN POR EDUCAR

ALTERACIONES MUSCULOESQUELETICAS

SISTEMAS MUSCULOESQUELETICO



El sistema ósteo-artro-muscular está integrado por los huesos, los ligamentos, los cartílagos y los músculos.

- El conjunto de huesos se llama esqueleto. Una de las funciones del esqueleto es sostener las partes blandas del cuerpo.
- Las articulaciones son un conjunto de partes blandas que unen dos o más huesos. Se clasifican según su movilidad en: diartrosis (muy movibles), anfiartrosis (semimóviles), sinartrosis (inmóviles).
- Los músculos cubren casi totalmente el esqueleto (salvo la parte del cráneo); sus extremos se insertan en los huesos. Están atravesados por venas y arterias, que llevan glucosa y oxígeno a sus células.

ALGUNAS ALTERACIONES DEL SISTEMA MUSCULOESQUELETICO:

- La osteoporosis (hueso poroso)
- La luxación de hombro
- Un hombro dislocado
- Herida
- Traumatismo óseo
- Traumatismo cartilaginoso
- Los desgarros musculares
- Los esguinces



Músculoesqueléticos

quironprevenc

Los cinco trastornos musculoesqueléticos más comunes



TENDINITIS DEL MANGUITO DE LOS ROTADORES

Es la inflamación de los tendones de los músculos de hombro, especialmente del manguito de los rotadores, y suele originarse por la sobrecarga de los tendones generada por movimientos frecuentes de hombro en el ámbito laboral.

EPICONDILITIS

Conocido también como "codo de tenista" es una lesión por el esfuerzo repetitivo de el manguito de los rotadores y por el que se inflaman los tendones de los músculos de la cara anterior del codo.



SÍNDROME DEL TÚNEL CARIPIANO

Es la compresión del nervio mediano a su paso por la muñeca a nivel del interior del túnel del carpo.

LUMBALGIA

Se trata de una contractura dolorosa y persistente de los músculos que se encuentran en la parte baja de la espalda, concretamente en la zona lumbar.



SÍNDROME CERVICAL POR TENSIÓN

Es un cuadro clínico doloroso producido por una contractura muscular en la región cervical posterior y que está motivado por una sobrecarga de trabajo, o uso repetitivo de los músculos o por posturas forzadas de cuello.

SE VALORA

- 1.- las articulaciones afectadas pueden tener un aspecto normal.
 - * a) Ver si hay dolor, chirridos y crepitación.
 - * b) Palpar para observar aumentos o irregularidades del tamaño de la articulación y deformidades laterales o en flexión.
- Observar el grado de movilidad de las articulaciones principales.
- Valorar si hay limitación de movimientos en la columna vertebral a nivel cervical o lumbar.

Consejos para cuidar el SISTEMA MUSCULAR

- ✓ Haz ejercicio regularmente para fortalecer y aumentar la masa muscular.
- ✓ Estira los músculos para mejorar la flexibilidad y evitar tensiones.
- ✓ Ten una alimentación saludable y equilibrada, rica en proteínas y calcio.
- ✓ Mejora tus hábitos generales para beneficiar tu salud.
- ✓ Acude regularmente al médico para controlar tu salud.

BIBLIOGRAFÍAS:

BIBLIOGRAFÍA DE LA ANTOLOGÍA:

1. Libro LO ESENCIAL EN SISTEMA RENAL Y URINARIO 4ED JONES ELSEVIER / EDICIONES HARCOURT, S.A.
2. Libro PRINCIPIOS DE MEDICINA INTERNA HARRISON mcgraw-Hill
3. Libro ANATOMIA CON ORIENTACION CLINICA KEITH L. MOORE Lippincott
4. Video ANATOMIA Y FISIOLOGIA DEL SISTEMA DIGESTIVO
<https://www.youtube.com/watch?V=dxklbnya1k4>.