



**Nombre del alumno: Cynthia
Mariana Jimenez Ramirez.**

**Nombre del profesor: Beatriz
Gordillo López.**

Nombre del trabajo: Ensayo.

Materia: Submódulo 1.

Grado: Tercer Semestre.

Grupo: A.

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas 18 de diciembre de 2022.

INTRODUCCION:

4.7 ENFERMEDADES DEL SISTEMA MUSCOESQUELETICO:

- OSTEOARTRITIS
- ARTRITIS REUMATOIDE
- CUIDADOS DE ENFERMERIA

4.8 FRACTURAS

- OSTEOPOROSIS
- CUIDADOS DE ENFERMERIA

4.7 ENFERMEDADES DEL SISTEMA MUSCOESQUELETICO:

LAS ENFERMEDADES MUSCOESQUELETICAS SON LESIONES O DOLOR EN LAS ARTICULACIONES DEL CUERPO, LIGAMENTOS, MUSCULOS, NERVIOS, TENDONES Y EN LAS ESTRUCTURAS QUE SOSTIENEN LAS PIERNAS, BRAZO, CUELLO Y ESPALDA.

4.8 FRACTURAS

LAS FRACTURAS SON LAS RUPTURAS TOTAL O PARCIAL DE UN HUESO POR DIVERSAS CAUSAS. LO MAS COMUN ES QUE SE DEBA A UN ACCIDENTE UNA CAIDA ENTRE OTROS.

4.7 ENFERMEDADES DEL SISTEMA MUSCOESQUELETICO:

¿QUE ES LA OSTEOARTRITIS?

Es la forma más común de la artritis, afecta al cartílago que es el tejido que recubre los extremos de los huesos de una articulación permitiendo que se deslicen suavemente uno contra el otro además de ser un amortiguador en el movimiento físico.



Cuando se presenta osteoartritis el cartílago se rompe y desgasta por lo que los huesos comienzan a rozar uno contra el otro lo que provoca dolor, hinchazón y pérdida de movimiento en la articulación.

Generalmente afecta a las personas mayores (más del 70% de los adultos mayores de 70 años).

Puede presentarse en cualquier articulación, aunque es más común en manos, rodillas, caderas y columna.

No existe cura para la osteoartritis, pero es posible controlar los síntomas administrando analgésicos y antiinflamatorios.



¿QUE ES LA ARTRITIS REUMATOIDE?

Es una enfermedad inflamatoria que afecta las articulaciones y sus tejidos circundantes de manera crónica; causa dolor, rigidez, hinchazón, y movimiento limitado de estas. Es el tipo más común de artritis autoinmune.

Este padecimiento afecta a las articulaciones pequeñas, medianas, como muñecas, codos, manos, rodillas, tobillos, y hombros, así como a otros órganos del cuerpo: piel, ojos, corazón, sistema nervioso, pulmones, sangre, y aparato musculo-esquelético.



Las mujeres son mas propensas que los hombres. Se puede producir a cualquier edad, pero regularmente el inicio es a los 40 años. Si un familiar padece artritis reumatoide, el riesgo de padecerla es mayor.

Alas personas que tienen sobrepeso o son obesas, especialmente las mujeres de hasta 55 años, parecería que presentan un mayor riesgo de desarrollo de artritis reumatoide.

Los síntomas varían de una persona a otra, entre ellos están: articulaciones sensibles a la palpación, hinchazón y rigidez.

¡CUIDADOS DE ENFERMERIA DEL SISTEMA MUSCOESQUELETICO!

El sistema muscular nos permite movernos, levantarnos, y mantenernos en pie.

Para mantener un cuidado adecuado del sistema muscular y continuar disfrutando del buen funcionamiento de nuestro cuerpo, el ejercicio y la alimentación adecuada es muy importante.

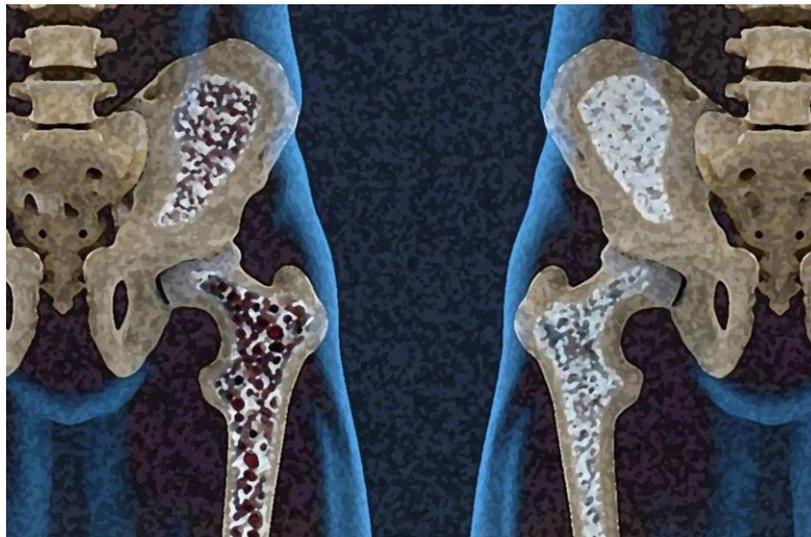
- Evitar el exceso de grasas en la dieta, esto puede causar sobrepeso y afectar a los músculos y huesos.
- Hacer ejercicio, ayuda a los musculos a ganar volumen, elasticidad y fuerza.
- Estirar los musculos antes y después del ejercicio.
- Incluir lácteos, vegetales de hojas verdes y Salmon en la dieta, esto contiene calcio que es bueno para los huesos.
- Disfrutar el sol de la mañana, este aporta vitamina D y ya que le hará bien al cuerpo.
- Evitar el alcohol y el cigarro que pueden ir desgastando poco a poco los musculos y huesos.
- Mantener una buena postura al caminar, al estar sentado, e incluso al dormir para mantener la columna en un buen estado.
- Evitar hacer esfuerzos exigentes como arrastrar cosas pesadas, para evitar lesiones musculares.
- Asistir con disciplina a los controles médicos para que un doctor evalúe el estado de los musculos y huesos frecuentemente, para así prevenir cualquier complicación.

4.8 FRACTURAS

¿QUE ES LA OSTEOPOROSIS?

Es una enfermedad que se caracteriza por una disminución de la densidad de los huesos a causa de la pérdida del tejido óseo normal.

El hueso es un tejido vivo, en constante renovación. Por un lado, se forma un hueso nuevo (formación ósea) y simultáneamente se destruye hueso envejecido (reabsorción ósea).



Aparece osteoporosis cuando se rompe el equilibrio entre ambas, bien sea porque disminuye la formación de hueso nuevo, o bien porque aumente la reabsorción o por ambas causas simultáneamente.

En la osteoporosis los huesos se vuelven mas porosos, aumentando el número y la amplitud de las celdillas que existen en su interior.



¡CUIDADOS DE ENFERMERIA EN LAS FRACTURAS!

- Administrar tratamiento pautado
- Realizar cuidados de vía venosa periférica según el protocolo.
- Valorar el estado nutricional e hidratación
- Mantener higiene corporal e integridad de la piel
- Control de la eliminación por todas las vías corporales
- Mantener la correcta alineación del miembro
- En caso de la tracción esquelética, realizar cura diaria dejando gasas impregnadas con alcohol de 70°
- Curar UPP según protocolo de la unidad

Sus signos y sus síntomas que pueden tener los pacientes son dolor, pérdida de la función de la zona fracturada, también la deformación a raíz del accidente fracturando el miembro derecho inferior siendo una de sus consecuencias la hinchazón y decoloración del miembro.

RAYOS X:

Con una radiografía de la cadera, pelvis o ambas.



CONCLUSION:

Aprendimos sobre enfermedades y problemas que puede tener o que le puede causar aun paciente, así como los temas anteriores que ya sean de enfermedades musco esqueléticas, sobre las fracturas que le puede ocasionar a una persona y hacerse daño, para evitar eso debemos de tenerles una atención buena, y saludable para cuidarlos bien.

Y evitar que sientan síntomas muy dolorosos y apoyarlos en lo que necesiten los pacientes.

BIBLIOGRAFIA:

[¿Qué es la osteoartritis? | Secretaría de Salud | Gobierno | gob.mx \(www.gob.mx\)](#)

[Artritis Reumatoide | Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores | Gobierno | gob.mx \(www.gob.mx\)](#)

[Cuidados generales del sistema muscular | Colombia \(ensure.abbott\)](#)

[Osteoporosis: Qué es, síntomas, diagnóstico y tratamiento. Clínica Universidad de Navarra \(cun.es\)](#)

[CUIDADOS DE ENFERMERIA AL PACIENTE CON FRACTURA - Trabajos - 061011 \(clubensayos.com\)](#)