



**Nombre de alumno: Jorge Francisco
López Gordillo**

**Nombre del profesor: Beatriz Gordillo
López**

Nombre del trabajo: ensayo

Materia: Submódulo 1

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 3

Grupo: A

INTRODUCCION

En este ensayo hablaremos sobre enfermedades en humanos, explicaremos cada uno de los temas a tratar para que quede mejor comprendido los siguientes temas:

1. **Enfermedades del sistema musculoesqueletico: osteoartritis, artritis reumatoide. Cuidados de enfermería**
2. **Fracturas. Osteoporosis. Cuidados de enfermería.**

ENFERMEDADES DEL SISTEMA MUSCULOESQUELETICO: OSTEOARTRITIS, ARTRITIS REUMATOIDE. CUIDADOS DE ENFERMERÍA

OSTEOARTRITIS

Durante el examen físico, el médico revisará la articulación afectada para detectar sensibilidad, inflamación, enrojecimiento y flexibilidad.}

Pruebas por imágenes

- **Radiografías.** El cartílago no aparece en las radiografías, pero la pérdida de cartílago se revela por el estrechamiento del espacio entre los huesos de la articulación. Una radiografía también puede mostrar espolones óseos alrededor de una articulación.
- **Imágenes por resonancia magnética (RM).** Una RM utiliza ondas de radio y un fuerte campo magnético para producir imágenes detalladas de los huesos y los tejidos blandos, incluido el cartílago. No suele ser necesario realizar una resonancia magnética para diagnosticar la artrosis, pero puede ayudar a proporcionar más información en casos complejos.

Análisis de laboratorio

El análisis de sangre o del líquido articular puede ayudar a confirmar el diagnóstico.

- **Análisis de sangre.** Aunque no hay análisis de sangre para la artrosis, ciertos exámenes pueden ayudar a descartar otras causas de dolor articular, como la artritis reumatoide.
- **Análisis del líquido sinovial.** El médico podría usar una aguja para extraer líquido de una articulación afectada. Luego, se examina el líquido para detectar inflamación y determinar si el dolor es causado por gota o una infección en lugar de por artrosis.

ARTRITIS REUMATOIDE

CUIDADOS DE ENFERMERIA

1. Practicar deporte, y en general estar físicamente activo. Favorece el fortalecimiento de los músculos y flexibles las articulaciones. Eso sí, hay que fijarse bien en que ejercicios serán beneficiosos por lo que para ello es recomendable preguntar primero a nuestro médico de cabecera o fisioterapeuta para tener un mejor asesoramiento.

2.-Aplicando hielo en las articulaciones que tengamos más inflamadas alivian el dolor y ayuda a disminuir dicha inflamación. La bolsa de hielo nunca se debe aplicar directamente sobre la zona, siendo más recomendable utilizar una toalla. Por otra parte, la utilización de calor nos servirá para fortalecer las articulaciones. Los tratamientos con cera de parafina y baños templados son bastante eficaces.

3.-Utilizar apoyos como por ejemplo las rodilleras o las muñequeras y dispositivos como los tiradores de cremalleras, calzadores de mango largo ayudan a reducir el dolor al dar un respiro a las articulaciones y evitar forzar de más

tiradores de cremalleras, calzadores de mango largo, maletines o carritos con ruedas y otros dispositivos que ayuden a levantarse o sentarse en sillas, retretes y camas.

4.-Mantener una vida saludable. Esta es siempre la mejor solución: la buena alimentación y mantenerse activos nos ayuda física y psicológicamente. Dormir bien, eliminar el tabaco y realizar actividades como yoga o meditación para evitar el estrés.

FRACTURAS. OSTEOPOROSIS. CUIDADOS DE ENFERMERÍA.

Es la **ruptura total o parcial de un hueso** por diversas causas; lo más común es que se deba a un accidente, una caída fuerte o una lesión deportiva. La fractura provoca un dolor intenso y dependiendo de la gravedad puede necesitar cirugía para recomponer el hueso.

La osteoporosis es un trastorno óseo de carácter metabólico. Es una enfermedad compleja cuyos mecanismos etiopatogénicos llevan a una alteración estructural o una pérdida de masa ósea provocada por cambios en el remodelado óseo, lo cual hace aumentar la fragilidad del hueso, y con ello, un aumento del riesgo de fracturas.

La osteoporosis puede aparecer a cualquier edad, aunque puede comportarse silente y manifestarse más tarde en una caída o caídas repetitivas que conlleve una fractura de hueso; por ello es muy típico que se manifieste en muchos casos en edades algo avanzadas (70 años en adelante) o de mediana edad (50-60 años).

Factores de riesgo de Osteoporosis

- Otros casos de osteoporosis en la familia directa
- Dieta baja en calcio y vitamina D
- Estilo de vida sedentario
- Ascendencia caucásica u oriental
- Constitución delgada
- Menopausia prematura
- Consumo de tabaco
- Consumo excesivo de alcohol o cafeína

CONCLUSION

En este ensayo hablamos sobre los cuidados, prevenciones que cosas hay que evitar ingerir para no padecer de estas enfermedades

BIBLIOGRAFIAS

<https://alcance.com.uy/cuidados-con-osteoporosis/>

<https://mejorencasa.es/cuidados-de-enfermeria-para-la-artritis/>

