



**Mi Universidad**

**NOMBRE DEL ALUMNO:** Rosalba Mazariegos López

**TEMA:** fracturas

**PARCIAL:** 4°

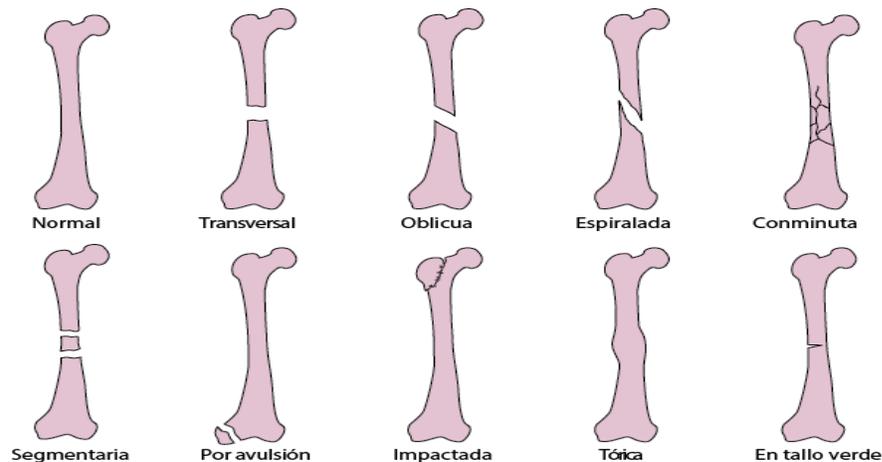
**MATERIA:** enfermería gerontogeriatrica

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Romelia de león mendez

**LICENCIATURA:** enfermería

**CUATRIMESTRE:** 6°

Fractura es una ruptura, generalmente en un hueso. Si el hueso roto rompe la piel, se denomina fractura abierta o compuesta.



Son devidos a:

Accidentes automovilísticos, Caídas, Lesiones deportivas, Otras causas son la pérdida de masa ósea, Osteoporosis que causa debilitamiento de los huesos.

Los síntomas son:

Dolor intenso.

Deformidad: La extremidad se ve fuera de lugar.

Hinchazón.

Hematomas.

Dolor alrededor de la herida.

Problemas al mover la extremidad.



Diagnostico: Radiografía, Gammagrafía ósea e Imágenes por resonancia magnética (IRM).

Prevencion:

Incluir regularmente alimentos ricos en calcio y vitamina D en tu dieta.

Evitar la vida sedentaria ejercitándonos al menos 30 minutos diarios.

Realizar ejercicio físico moderado.(para evitar estrés).

Visita a tu médico para saber el real estado de salud de tus huesos.

Usa zapatos cómodos y con suela antideslizant