



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**CAMPUS TABASCO**

**LIC. EN ENFERMERÍA**

**TEMA:**

**SUPER NOTA**

**NOMBRE DEL ALUMNO: DANIEL DE JESUS JIMENEZ MARTINEZ**

**6º CUATRIMESTRE**

**GRUPO: B**

**DOCENTE: GUADALUPE CRISTEL RIVERA ARIAS**

**VILLAHERMOSA, TABASCO A 01 DE AGOSTO DEL 2023.**

# unidad 3

## OSTEOPOROSIS

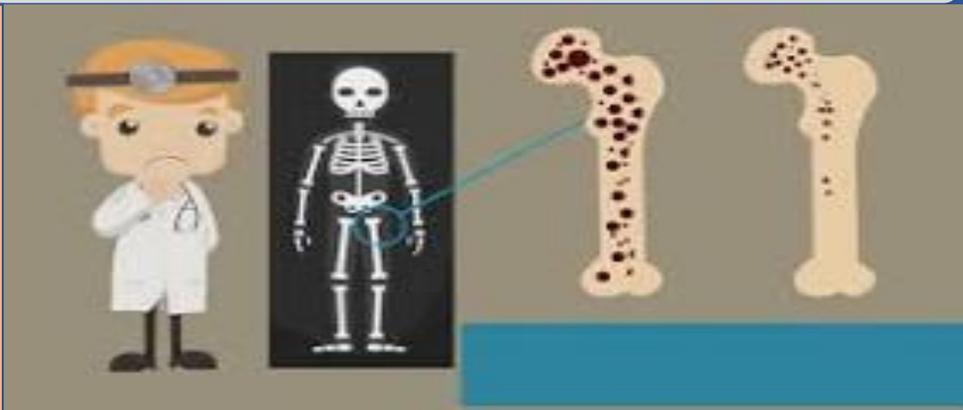
La osteoporosis es una enfermedad que se caracteriza por una disminución de la densidad de los huesos a causa de la pérdida del tejido óseo normal. Conlleva una disminución de la resistencia del hueso frente a los traumatismos o la carga, con la consiguiente aparición de fracturas.

Estas fases están reguladas por distintas hormonas, la actividad física, la dieta, los hábitos tóxicos y la vitamina D, entre otros factores. Una persona alcanza a los 30-35 años una cantidad máxima de masa ósea ("pico de masa ósea"). A partir de ese momento, existe una pérdida natural de masa ósea.



Las mujeres tienen más frecuentemente osteoporosis por varios motivos: su pico de masa ósea suele ser inferior al del varón y con la menopausia se acelera la pérdida de hueso (osteoporosis posmenopáusicas).

Las fracturas más frecuentes son las vertebrales, las de cadera y las de la muñeca (fractura de Colles o extremo distal del radio). La fractura de cadera tiene especial importancia ya que se considera un acontecimiento grave debido a que requiere intervención quirúrgica, ingreso hospitalario y supone para el paciente una pérdida de calidad de vida, aunque sea por un periodo corto de tiempo.



Esta enfermedad afecta principalmente a mujeres después de la menopausia, aunque también puede hacerlo antes o afectar a hombres, adolescentes e incluso niños

Aunque sea una enfermedad silenciosa, actualmente los reumatólogos cuentan con un gran abanico de herramientas para su diagnóstico precoz y así adaptar el tratamiento, bien para prevenir la pérdida de masa ósea o para combatir la osteoporosis.

La cantidad concreta de Calcio varía con la edad, pero muchos adultos necesitarán de 1.000 a 1.500 mg al día. Esta ingesta se puede realizar con alimentos naturales ricos en calcio (sobre todo la leche y sus derivados) o como suplementos en forma de medicamentos (sales de calcio).

	Quesos curados 30g	Quesos frescos 30g	Leche (1 vaso) yogourt	Verduras 100g	Frutos secos 50g	Pescados 100g	Carnes 150g
Número de raciones							
1	250mg	70mg	150mg	60mg	70mg	30mg	20mg
2	500mg	140mg	300mg	120mg	140mg	60mg	40mg
3	750mg	210mg	450mg	180mg	210mg	90mg	60mg
4	1000mg	280mg	600mg	240mg	280mg	120mg	80mg



El objetivo del tratamiento de la osteoporosis es la reducción del número de fracturas por fragilidad.

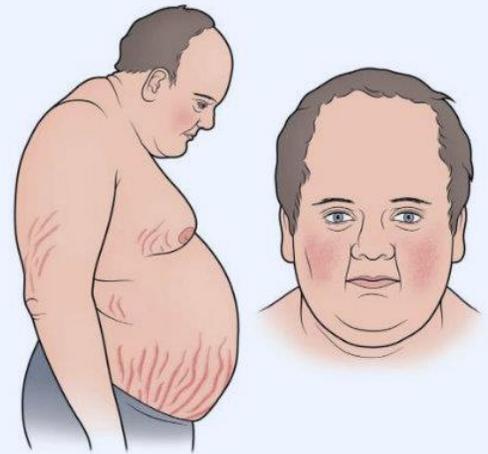
Como medida generalizada se recomienda mantener hábitos de vida saludable, como una dieta equilibrada rica en calcio, abandonar el tabaco y el consumo excesivo de alcohol, así como realizar ejercicio diariamente con control para evitar caídas.

## UNIDAD 4 Síndrome de Cushing

El síndrome de Cushing se produce cuando el cuerpo tiene demasiada hormona cortisol durante mucho tiempo. Esto puede deberse a que el cuerpo produce demasiado cortisol o a la administración de medicamentos llamados glucocorticoides, que afectan al organismo del mismo modo que lo hace el cortisol.

algunos de los principales síntomas del síndrome de Cushing: una joroba de grasa entre los hombros, la cara redondeada y estrías de color rosado o púrpura en la piel. El síndrome de Cushing también puede causar presión arterial alta o pérdida ósea.

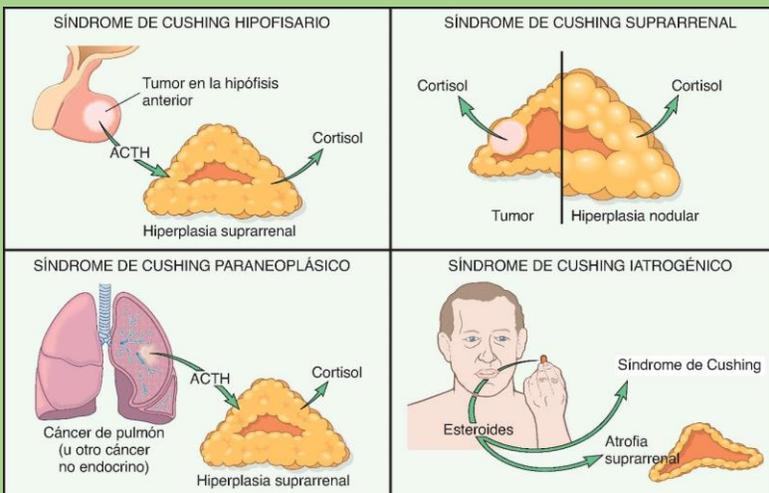
Cushing puede ocurrir por tomar medicamentos glucocorticoides, que a menudo se usan para tratar enfermedades inflamatorias, como la artritis reumatoide, el lupus y el asma. El dolor o las lesiones de la espalda o las articulaciones, y muchos sarpullidos, pueden tratarse con glucocorticoides.



Sin tratamiento, el síndrome de Cushing puede causar complicaciones, como las siguientes:

- Pérdida ósea, también llamada osteoporosis, que puede derivar en fracturas de huesos.
- Presión arterial alta, que también se conoce como hipertensión.
- Diabetes tipo 2.
- Infecciones graves o múltiples.
- Pérdida de masa y fuerza muscular.

Cushing se debe a que el cuerpo produce demasiado cortisol, puede ser difícil de diagnosticar. Esto es debido a que otras enfermedades tienen síntomas similares. El diagnóstico del síndrome de Cushing puede ser un proceso largo y complejo.



Es probable que el endocrinólogo haga un examen físico y busque signos del síndrome de Cushing, como un rostro redondeado, una joroba en la parte posterior del cuello, y piel fina con moretones y estrías.

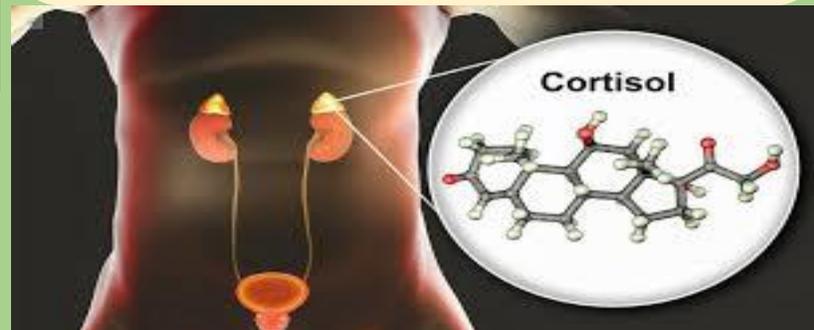
Si no has tomado glucocorticoides, estas pruebas pueden ayudar a precisar la causa del síndrome de Cushing:

Análisis de sangre y orina

Análisis de saliva

Pruebas por imágenes

Muestras de seno petroso



## BIBLIOGRAFÍA

- Envejecimiento y enfermedades crónicas degenerativas Cimar Guerrero Sanchez
- Geriatria 4ta. Edicion DHyver. Carlos Manual Moderno
- Cardiologia, Bases fisiopatológicas de cardiopatías. Séptima edición Leonard s. lilly, LWW Wolters Kluwer (2021)