



Mi Universidad

Super Nota

Nombre del Alumno: Leonardo Daniel Calzada

Nombre del tema: Problemas del sistema musculo esquelético en el adulto

Nombre de la Materia: Enfermería del Adulto

Nombre del profesor: Selene Ramírez Reyes

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6To A Semiescolarizado

INTRODUCCIÓN

Un trastorno musculoesquelético relacionado con el trabajo es una lesión de los músculos, tendones, ligamentos, nervios, articulaciones, cartílagos, huesos o vasos sanguíneos de los brazos, las piernas, la cabeza, el cuello o la espalda que se produce o se agrava por tareas laborales como levantar, empujar o jalar objetos. Los síntomas pueden incluir dolor, rigidez, hinchazón, adormecimiento y cosquilleo.

ÍNDICE

Luxaciones	1
Esguinces.....	2
Fracturas.....	3
Contusiones.....	4
Conclusión	5
Bibliografía	6

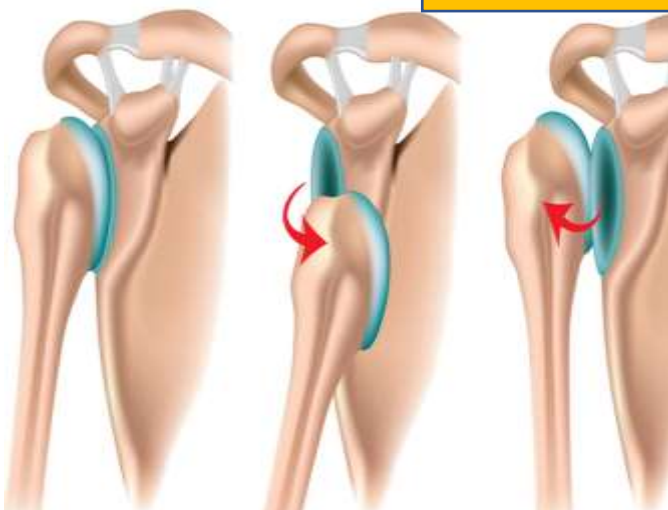
LUXACIONES



TRATAMIENTO:

- Evaluación médica
- Radiografías para identificar las fracturas
- A veces resonancia magnética nuclear o tomografía computarizada

Si se produce una luxación de forma brusca, se debe decidir si se acude a un servicio de urgencias, si se avisa al médico de familia o si se espera para ver si el problema (dolor, hinchazón u otros síntomas) mejora o desaparece por sí solo.



ETIOLOGÍA: Una luxación se produce cuando se fuerza demasiado un ligamento, lo que hace que los extremos de dos huesos conectados se separen. Los ligamentos son bandas flexibles de tejido fibroso que conectan diferentes huesos y cartílagos. Los ligamentos también unen los huesos en una articulación.

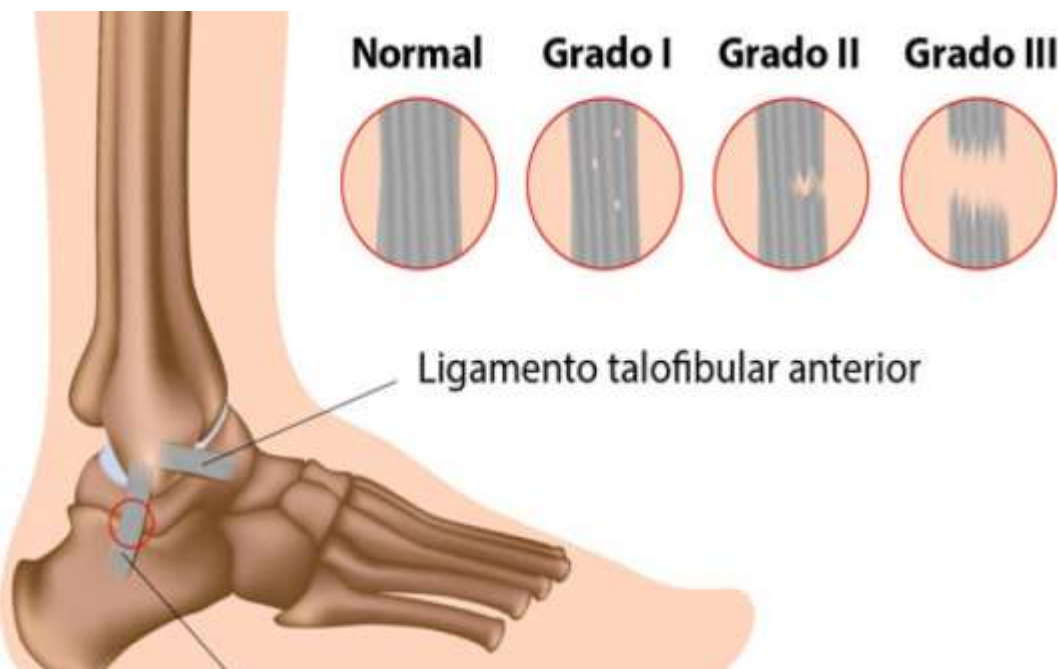
SIGNOS Y SINTOMAS:

- Dolor en la zona lesionada
- Inflamación en la zona lesionada
- Dificultad para usar o mover la zona lesionada de forma normal
- Malformación de la zona luxada
- Moretones o enrojecimiento de la zona lesionada

DEFINICIÓN: Es una separación de dos extremos de los huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación. Una articulación es el lugar en donde dos huesos se conectan, lo que permite el movimiento. Una articulación luxada es una articulación donde los huesos ya no están en su posición normal.

ESGUINCES

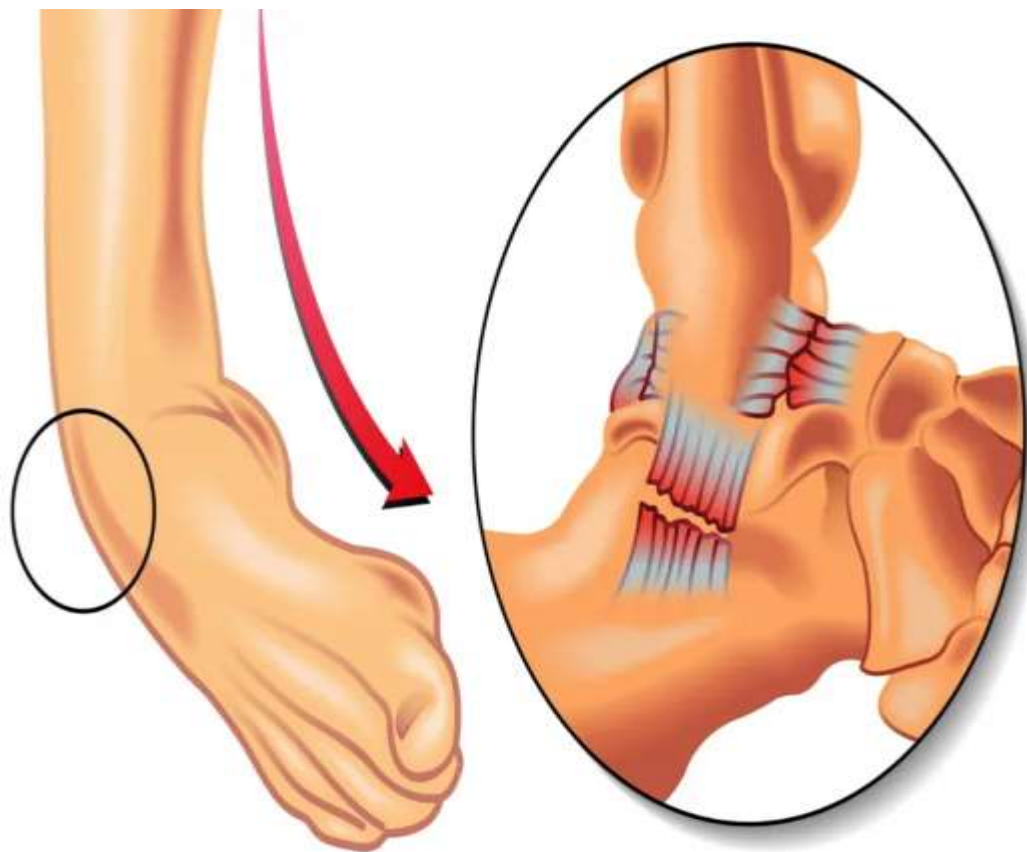
DEFINICION: Un esguince es un estiramiento o desgarro de los ligamentos, las bandas resistentes de tejido fibroso que conectan dos huesos en las articulaciones. La ubicación más común de un esguince es el tobillo.



ETIOLOGÍA: Un esguince se produce cuando se extiende demasiado o se desgarra un ligamento mientras se tensa intensamente una articulación. Los esguinces se producen a menudo.

SIGNOS Y SINTOMAS: Los signos y los síntomas variarán, dependiendo de la gravedad de la lesión, y pueden incluir los siguientes:

- Dolor
- Hinchazón
- Hematomas
- Capacidad limitada para mover la articulación afectada
- Escuchar o sentir un "pop" en la articulación en el momento de la lesión.



TRATAMIENTO: El tratamiento varía y puede incluir reposo, hielo, compresión y elevación (RICE, por sus siglas en inglés), así como también medicamentos antiinflamatorios.

FRACTURAS



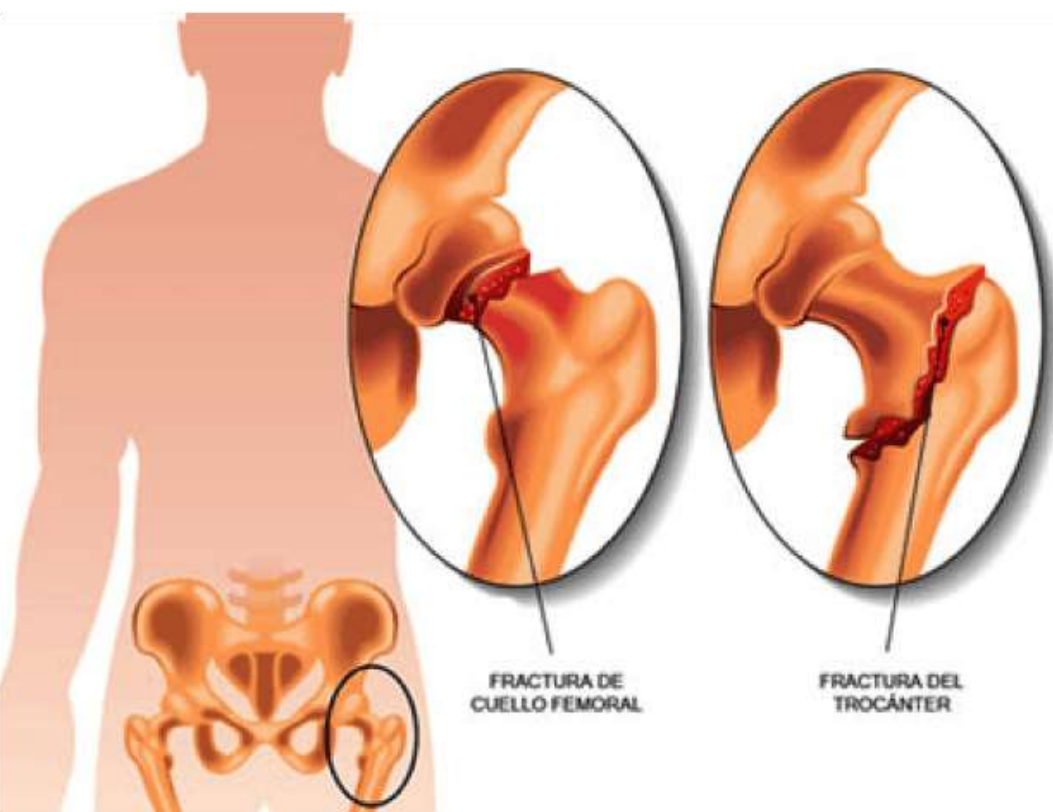
TRATAMIENTO: Es importante que la persona que ha sufrido una fractura realice **la menor cantidad de movimiento posible**, ya que puede causar más dolor o complicaciones. Se debe esperar a que lleguen profesionales médicos que sepan cómo actuar. En caso de que se trate de una fractura abierta, es necesario intervenir rápidamente para evitar que se infecte.

FRACTURAS: 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.

SIGNOS Y SINTOMAS:

- ❖ Deformación de la zona.
- ❖ Hinchazón, hematoma o sangrado en la zona afectada.
- ❖ Entumecimiento y hormigueo.
- ❖ Movimiento limitado o incapacitado.
- ❖ Fiebre: en algún caso que aparece hematoma o sobreinfección.

ETIOLOGIA: Las causas de las fracturas de hueso pueden ser los traumatismos, el uso excesivo y las enfermedades que debilitan los huesos.



CONTUSIONES

Tratamiento R.I.C.E.



Rest
(Descanse)



Ice
(El hielo)



Compression
(La compresión)



Elevation
(La elevación)



DEFINICIÓN: Las contusiones son los golpes que se sufren en el organismo contra **una superficie dura**. Dichos golpes no penetran en el organismo, la lesión que produce puede ser desde un leve moratón, hasta lesiones sobre órganos internos, produciendo hematomas o afectaciones más graves.

TRATAMIENTO: Las contusiones de grado simple, uno y dos, solo necesitan frío local para **producir una vasoconstricción** que disminuya el sangrado y, por tanto, el hematoma. En los casos más graves, puede ser necesario intervenir por el daño sufrido sobre órganos internos o sobre los huesos, pudiendo ser necesaria la inmovilización de los mismos.

ETIOLOGIA: Las causas de una contusión es el golpe contra una superficie dura, en dicho golpe no tiene que haber **rotura de la piel**.

Las contusiones pueden ser leves, cuando sufrimos, por ejemplo, un golpe en la cabeza contra un estante o ser más graves cuando son, por ejemplo, a consecuencia de un **accidente de tráfico**.

SIGNOS Y SINTOMAS: Los síntomas de una contusión son el dolor, el enrojecimiento, la inflamación y **el hematoma**.

CONCLUSIÓN

Las fracturas osteoporóticas aumentan con la edad y constituyen uno de los problemas más relevantes en los ancianos debido a la mortalidad y morbilidad que generan. En su desarrollo intervienen fundamentalmente dos factores: la fragilidad ósea y el traumatismo. Tanto la pérdida de masa ósea, al aumentar la fragilidad del hueso, como la muscular, al facilitar las caídas, contribuirían al desarrollo de las fracturas. A partir de los 40 años se produce una pérdida progresiva de masa ósea con la edad que aumenta en las mujeres durante los años que siguen al cese de la actividad ovárica.

BIBLIOGRAFÍA

<https://cuidateplus.marca.com/ejercicio-fisico/diccionario/fractura.html>

<https://www.saludsavia.com/contenidos-salud/articulos-especializados/contusion>

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/sprains/symptoms-causes/syc-20377938#:~:text=Un%20esguince%20es%20un%20estiramiento,u n%20esguince%20es%20el%20tobillo.>