



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LICENCIATURA EN NUTRICION

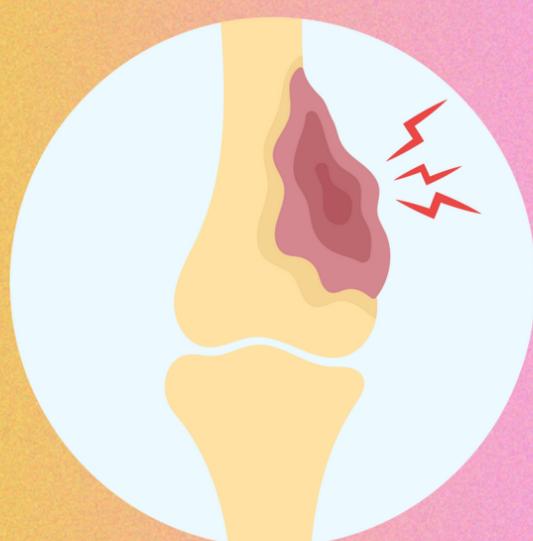
MATERIA: NUTRICION EN  
ENFERMEDADES RENALES

MAESTRA: DANIELA GUILLEN

ALUMNA: CAROLINA COBOS  
ZUMARRAGA

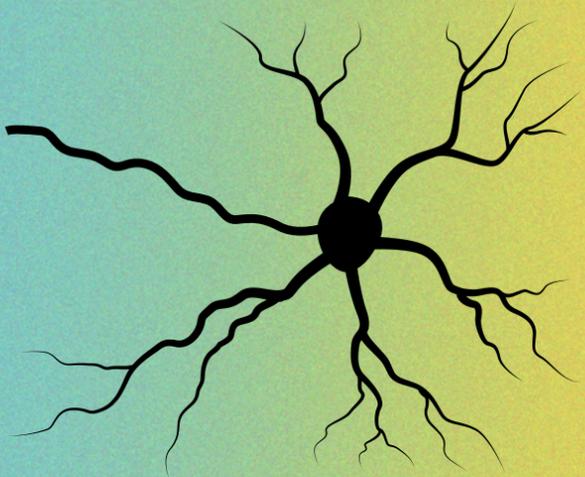
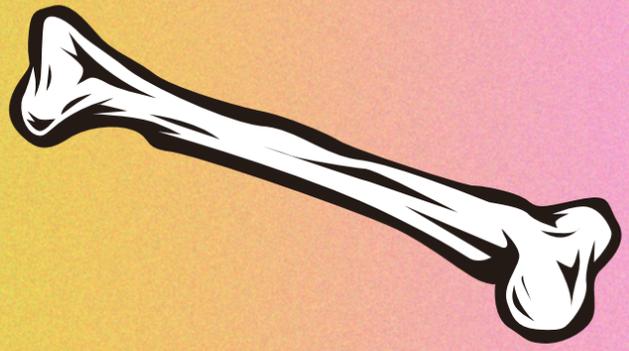
CUATRIMESTRE: QUINTO

PARCIAL: CUARTO



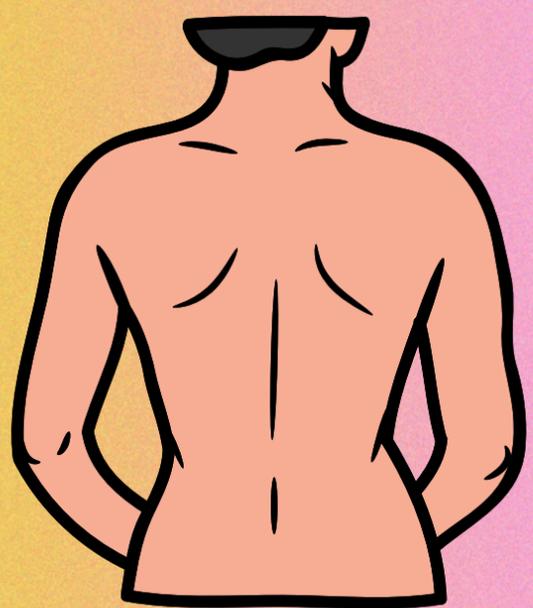
# NUTRICIÓN EN LAS ALTERACIONES DEL MÚSCULO ESQUELÉTICO

Las TME (trastornos de músculo esquelético) son lesiones y síntomas que afectan a cualquier partes del cuerpo.



Principalmente al aparato locomotor: huesos, músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, nervios, sistema vascular

Las principales alteraciones se dan en hombros, muñecas, espalda, cuello y rodillas



Los TME dorsolumbares se producen por contracturas en los músculos de la zona lumbar o por compresiones de nervios, principalmente el nervio ciático.

Los daños son las lumbalgias y se discurren sin irradiación o las lumbociatalgias



Los TME que afectan a la columna son los cervicales, se producen por contracturas musculares o afectación de nervios, irradiación hacia hombros y cabeza.

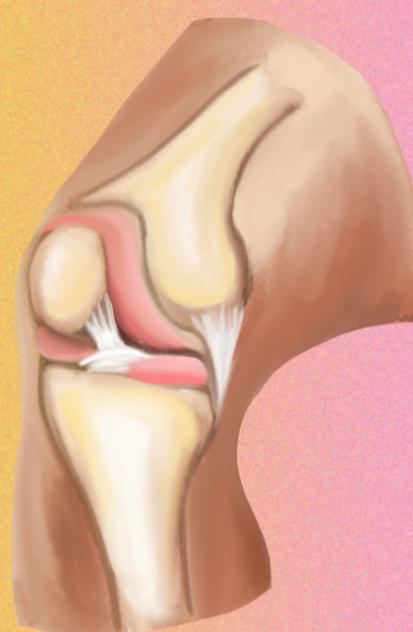
Sintomas del dolor cervical:  
limitacion de la  
movilidad,inflamacion,contractura  
muscular,entumecimiento.



se producen por  
movimientos bruscos de la  
cabeza,  
giros,flexiones,posturas  
forzadas,sobrecarga de  
trabajo.



TME de extremidades  
superiores:  
son alteraciones de  
estructuras corporales como  
musculos,articulaciones,nervi  
os,ligamenetos.



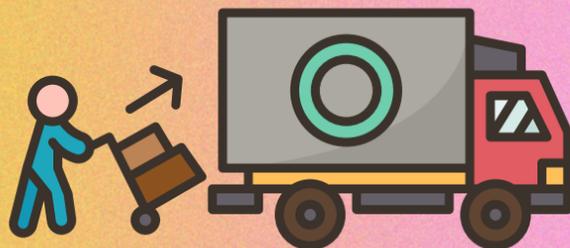
Sintomas: dolor,  
incomodidad,entumecimiento,  
cosquilleo,hinchazon en  
articulaciones,disminucion de  
la movilidad y de fuerza de  
aggre, cambios de coloracion  
en piel.

Factores de riesgo:  
movimientos  
repetitivos,sedentarismo  
o bipedestacion,trabajo a  
turnos,carga de trabajo.



Causas que originan los  
TME :esfuerzo, mas  
repeticion , mas posturas,  
mas la falta de descanso.

Carga física: conjunto de requerimientos físicos a los que el trabajador se ve sometido a lo largo de su jornada laboral, existen 2 tipos de trabajo o movimiento:



El dinamico: cuando se produce un estiramiento y contraccion del musculo alternativamente.

El estatico: cuando la actividad laboral lleva consigo realizar el trabajo en una sola postura concetra o sostener pesos durante gran parte de la jornada, el mov. es estatico. La sangre no fluye.



## OSTEOPOROSIS

Enfermedad del esqueleto caracterizada por baja masa osea y deterioro de la microarquitectura que compromete la calidad del hueso, con aumento de la fragilidad y posibles fracturas.



Factores de riesgo: baja masa osea, sexo femenino, alcohol, corticoides, tabaco, sedentarismo, edad, menopausia, estrogenos bajos.

Tienen dependencia de :  
hormonas,genetica,medio  
ambiente.



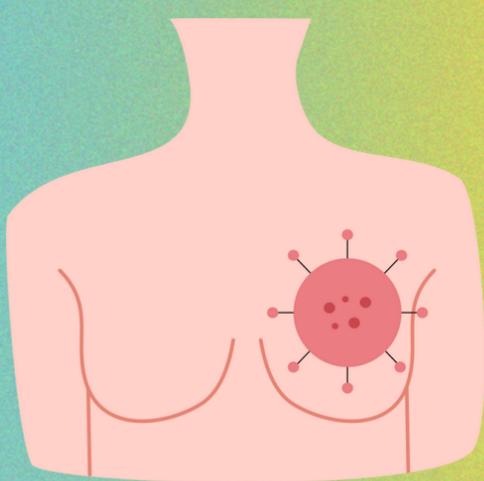
Dieta y nutricion:  
calcio,vitamina D,vitamina k,

dieta de prevencion de  
osteoporosis:  
lacteos,semillas y frutos  
secos,pescado  
azul,soja,frutas y verduras.



## ENFERMEDADES NEOPLASICAS

El cancer tiene diversas  
etiologias entre ellas:  
quimicos, radiaciones,  
virus,  
alcohol,tabaco,algunos  
alimentos.



factores de riesgo:exceso de  
-grasas: cancer de  
mama,colon,pulmon,prosta  
ta

-proteinas:colon,prostata  
-alcohol:tumores de cabeza  
y cuello, cancer colon.

Alimentos policiclicos:  
procesado de alimentos  
,nitratos,nitritos,nitrosami  
nas,aflatoxinas. Estas se  
encuentran en alimentos  
muy asados , alimentos  
mal conservados , agua  
potable y pueden provocar  
cancer



# BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA DE LA  
UNIVERSIDAD DEL SURESTE.  
(2023).NUTRICION EN  
ENFERMEDADES  
RENALES.PDF.HTTPS://PLATAF  
ORMAEDUCATIVAUDS.COM.M  
X/ASSETS/DOCS/LIBRO/LNU/9  
A0E982467A6490DB09FED718D  
AA8486-LC-LNU503.PDF