



**Mi Universidad**

**Historia Natural de la Enfermedad  
(PAE)**

*Nombre del Alumno: Litzy Fernanda Domínguez León*

*Nombre del tema: Historia natural de la Enfermedad*

*Parcial: Unidad 3*

*Nombre de la Materia: Submódulo I*

*Nombre del profesor: María José Hernández Méndez*

*Bachillerato técnico en enfermería*

*Semestre: 6to*

*Comitán de Domínguez Chis.*

**CONCEPTO:** Enfermedad sistémica esquelética, producida por una pérdida de masa ósea y un deterioro de la microarquitectura del tejido óseo

**PERIODO PATOLOGICO**

**TRIADA ECOLOGICA Osteoporosis**

**AGENTE:**

Enfermedades o condiciones asociadas a pérdida de masa ósea, como la artritis.

**HUES PED:**

- Adultos mayores
- Mujeres

**MEDIO AMBIENTE:**

- Sedentarismo
- Tabaquismo
- Alcoholismo
- Disminución de la Act. Física
- Deficiencia de calcio y Vitamina D en la dieta
- Historial de Fracturas previas

**PERIODO PATOGENO**

**Señales:**

La osteoporosis es una enfermedad silenciosa que puede llegar a ser invalidante o mortal.

- UPP
- Colapso vertebral
- Lordosis lumbar

**Muerte:**

- Embolia pulmonar y neumonía (40,000 muertes anuales en EUA).

**Complicaciones:**

A medida que las huesos se debilitan, las fracturas ocurren con más frecuencia y, con la edad, cada vez más en zana.

- Microfracturas progresivas
- Infecciones de las huesos
- Cáncer de hueso
- Aislamiento social
- Incapacidad para interactuar con otras personas.
- Incapacidad de cuidar de sí mismo

**Sínt. Específicos:**

- Dolor
- Fracturas múltiples las manifestaciones clínicas dependen del hueso que se ha afectado.
- Cifosis, escoliosis y lordosis

**Sínt. inespecíficos:**

- Se diagnostica de los 65 años en adelante, puede presentarse durante el periodo perimenopáusico y posmenopáusico en la mujer.
- Pérdida de altura o la curvatura de la espalda hacia adelante.

**NIVELES DE PREVENCIÓN**

PREVENCIÓN	PRIMARIA	DIAGNOSTICO PRECOZ	SEGUNDA	PREVENCIÓN	TERCIARIA
<b>PROMOCION A LA SAUD</b>	<b>PROTECCION ESPECIFICA</b>	<b>DIAGNOSTICO PRECOZ</b>	<b>SEGUNDA</b>	<b>PREVENCIÓN</b>	<b>REHABILITACION</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación sobre una alimentación en la que se incluye calcio.</li> <li>• Actividad física.</li> <li>• Asistencia a controles médicos constantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Control médico periódico</li> <li>• Mantener rutinas de Act. Física como caminar, tratar, etc.</li> <li>• Exposición diaria al sol para obtener vitamina D.</li> <li>• Dietas ricas en calcio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consulta médica ósea</li> <li>• Desintometria</li> <li>• Rayos X</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El que el medico indique</li> <li>• Cambios en el estilo de vida como la dieta y el ejercicio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevención de caídas</li> <li>• Atención inmediata de las fracturas</li> <li>• Realización de ejercicios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener seguimientos indicados</li> <li>• Nutrición</li> <li>• Fisioterapias</li> </ul>
<b>PRIMER NIVEL</b>	<b>SEGUNDO NIVEL</b>	<b>TERCER NIVEL</b>	<b>TERCER NIVEL</b>	<b>CUARTO NIVEL</b>	<b>QUINTO NIVEL</b>

# *Osteoporosis*

La osteoporosis es una enfermedad ósea, que se caracteriza por la disminución de la densidad ósea y la calidad de los huesos, lo que ocasiona que estos sean más frágiles y propensos a fracturas suele desarrollarse de manera silenciosa y progresiva, sin síntomas evidentes hasta que se produce una fractura. Esta enfermedad es más común en adultos mayores y mujeres después de la menopausia, ya que se presenta una alteración hormonal en el cuerpo de la mujer, pero también puede afectar en hombres. Las áreas más comunes afectadas por esta enfermedad son la columna vertebral, las caderas, y las muñecas.

La osteoporosis se presenta cuando hay una descalcificación de los huesos y el proceso de formación ósea, no puede mantenerse al ritmo de la descomposición ósea. Existen varios factores de riesgo para desarrollar osteoporosis, incluyendo la edad avanzada, la menopausia en las mujeres, la falta de actividad física, una dieta pobre en calcio y vitamina D, el consumo excesivo de alcohol y tabaco, así como ciertas condiciones médicas y ciertos medicamentos como los corticoides.

El diagnóstico de la osteoporosis se realiza mediante pruebas de densidad ósea, como el absorciómetro dual de rayos x (DXA), además de la densitometría ósea, los médicos pueden evaluar el riesgo de fractura utilizando herramientas de evaluación como el FRAX que tiene en cuenta factores de riesgo adicionales además de la densidad ósea, que mide la cantidad de calcio y otros minerales en los huesos. El tratamiento y la prevención de la osteoporosis incluyen cambios en el estilo de vida, como una dieta rica en calcio y vitamina D, ejercicio regular, evitar el consumo de alcohol y tabaco, y medicamentos específicos para fortalecer los huesos y reducir el riesgo de fracturas. Con un diagnóstico y tratamiento oportuno, las personas con osteoporosis pueden reducir significativamente su riesgo de fracturas y mantener una buena calidad de vida a medida que envejecen.

Es fundamentalmente realizar las actividades físicas que favorecen a fortalecimiento de los huesos, como el levantamiento de pesas o ejercicios de resistencia, además de mantener un estilo de vida saludable y equilibrado. Es importante la detección temprana y el manejo adecuado de tratamiento para la osteoporosis en sus primeras etapas, para evitar complicaciones graves en el futuro ya que son cruciales para la vida, como fracturas de cadera que pueden llevar a discapacidad y pérdida de independencia en los adultos mayores, hasta llegar a la muerte.