

# NUTRICION EN EL ADULTO MAYOR

**Nombre del alumno :Luis  
Rodrigo Cancino Castellanos**



**profesora: Martínez Guillen Julibeth**  
**ACTIVIDAD: cuadro sinoptico**  
**6 CUATRIMESTRE**  
**NUTRICION**

#### Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/43bd306f0758383992a191d92a419d6e-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.pdf>

Artrosis: qué es, síntomas, diagnóstico y tratamiento. (2024, June 4). InfoReuma: SER. [https://inforeuma.com/enfermedades-reumaticas/artrosis/Osteopatia: Tipos, Lesiones, Beneficios y Contraindicaciones. \(n.d.\). Fisioclinics Bilbao. Retrieved July 6, 2024, from https://bilbao.fisio-clinics.com/osteopatia-tipos-lesiones-beneficios-y-contraindicaciones](https://inforeuma.com/enfermedades-reumaticas/artrosis/Osteopatia: Tipos, Lesiones, Beneficios y Contraindicaciones. (n.d.). Fisioclinics Bilbao. Retrieved July 6, 2024, from https://bilbao.fisio-clinics.com/osteopatia-tipos-lesiones-beneficios-y-contraindicaciones)

# 3 UNIDAD

## OSTEOPATIAS

La Osteopatía es una medicina alternativa que se basa en una serie de técnicas manuales fundamentadas en las leyes por las que se rige la vida

1. Técnica el Trust o cruzir los huesos. Esta técnica ayuda a recolocar las articulaciones alteradas.
2. Técnica Trigger points o punto gatillo
3. Técnica liberación miofascial.
4. Técnica de energía muscular.
5. Técnica Cyriax.
6. Técnica ATM.
7. Técnica RPG.

## ARTROSIS

La artrosis es una enfermedad articular degenerativa que provoca dolor, hinchazón y rigidez, y que afecta a la capacidad de una persona para desplazarse sin limitaciones.

primaria, sin una causa definida y secundaria, asociada a otras patologías

1. Factores sistémicos: sexo, edad, herencia, osteoporosis (estado hormonal).
2. Factores locales: obesidad, inestabilidad articular (laxitud, deformidades), traumatismos repetidos, sobrecarga articular (ocupacional...).
3. Factores genéticos: existe una serie de genes estrechamente asociados al desarrollo de la artrosis que pueden estudiarse mediante un simple test de saliva.

## ARTRITIS

Inflamación de una o más articulaciones que provoca dolor y rigidez, y puede empeorar con la edad.

la artrosis y la artritis reumatoide

La artrosis hace que el cartilago, el tejido duro y resbaladizo que recubre los extremos de los huesos donde forman una articulación, se rompa. La artritis reumatoide