

UDS

NUTRICIÓN EN ADULTO MAYOR

Profesora: Julibeth Martínez Guillén

Alumno: Carlos Armando Torres de León

6to semestre en nutrición

(S/f). Com.mx. Recuperado el 7 de julio de 2024, de
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/43bd306f0758383992a191d92a419d6e-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.pdf>

Osteopatías

Artritis

Características

- Inflamación de las articulaciones
- Dolor, deformidad y dificultad en el movimiento
- Enfermedad crónica controlable mediante tratamiento adecuado

Causas y Factores de Riesgo

- Causa desconocida
- No es contagiosa

- Tratamiento para controlar la inflamación
- Manejo médico y rehabilitación física

Artrosis

Características

- Desgaste" degenerativo de las articulaciones
- Componente inflamatorio reciente demostrado

Causas y Factores de Riesgo

- Edad avanzada
- Estrés mecánico sobre el cartílago
- Obesidad

- Ejercicio moderado y terapia física
- Control de peso y fisioterapia

Osteoporosis

Características

- Pérdida de masa ósea y deterioro de la microarquitectura ósea
- Incrementa el riesgo de fracturas por fragilidad
- Enfermedad silenciosa"

Causas y Factores de Riesgo

- Mayor riesgo con la edad y menopausia en mujeres
- Nutrición deficiente de calcio y vitamina D
- Factores genéticos y ambientales

- uplementos de calcio y vitamina D
- Ejercicio de carga y prevención de caídas
- Medicamentos para aumentar la densidad ósea