

 **Ensayo**

**NOMBRE DEL ALUMNO: Liliana Tomas Morales**

**TEMA: cuidados a pacientes con alteraciones musculo y del tejido conjuntivo.**

**PARCIAL: 3**

**MATERIA: enfermería medico quirúrgica II.**

**NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Rubén Eduardo Domínguez**

**LICENCIATURA: Enfermería**

**CUATRIMESTRE: 6**

*Lugar y Fecha de elaboración*

En esta unidad hablaremos acerca de la anatomía y fisiología del aparato musculo esquelético, desde los huesos de la cabeza, hasta la cintura y miembros inferiores, se abarcaran las funciones que cada uno de ellos tiene y realizan, las cuales también se derivan las enfermedades de cada uno , así como los factores de riesgo, los diferentes tipos de lesiones y traumatismo, el tratamiento que debe llevar al tratarse con una enfermedad referente a ellos, más que nada darnos a conocer que funciones tienen para tener una mejor movilidad en nuestro cuerpo humanos así como también para que tengamos una madera de cuidarnos para evitar o prevenir las ciertas enfermedades como osteoporosis y osteomielitis entre otros para así tener en cuenta una buena alimentación para ayudar a fortalecer los huesos y músculos así como también llevar a cabo una buena actividad física para tener una buena flexibilidad en nuestro cuerpo.

Para empezar la asteo intramuscular se forma de huesos, ligamentos los caragos y los músculos la cual todo esto es muy importante porque nos ayuda a dar forma a nuestro cuerpo humano. Teniendo en cuenta que cada uno de nuestros huesos que tenemos son piezas Oseas muy resistentes y duros, por esa razón tenemos que cuidarlos para que sigan teniendo esa misma resistencia, todo el conjunto se llama esqueleto, el esqueleto tiene un papel muy importante ya que sin eso nuestro cuerpo no tuviera la suficiente consistencia ya que también forma cavidades que nos ayuda a proteger algunos órganos que tenemos y son muy delicados. Las articulaciones permiten la movilidad entre los huesos, Los músculos recubren totalmente al esqueleto y sus extremos están insertados en los huesos, son los encargados de producir movimiento al contraerse, ayudan a mantener soporte y postura a las estructuras Oseas. Nuestro cuerpo humano se forma de 206 huesos la cual cada uno de ellos cumple una buena función, pero 34 de ellos son impares que se relacionan entre sí. Cada uno de ellos tiene células que se dividen constantemente el cual crece y reparan algunas partes que se pierden. El esqueleto de la cabeza se conforma de dos partes el cráneo y la cara, la cual desempeña varias funciones que ayuda a proteger el cerebro y para sostener órganos sensoriales así como también huesos que nos ayudan a mantener el movimiento de la mandíbula, en la parte del esqueleto del tronco encontramos la columna vertebral, formada por 33 vertebras que va por la espalda y nos ayudan a dar soporte a nuestro cuerpo, la columna vertebral se divide en cuatro partes las cuales son: La región cervical, ubicada entre la cabeza y el tórax, La región dorsal, entre el cuello y la base del tórax, La región lumbar, en la zona inferior de la espalda y La región pélvica o sacro coccígea, el extremo terminal de la columna. Por éste pasa la médula espinal, por eso se lo llama también conducto espinal o raquídeo. Los huesos de la caja torácica se conforman de 12 pares de costillas, 7 son llamadas verdaderas, 4 se le dominan falsas y las últimas dos se les llama flotantes porque son cortas y no llegan a entrelazarse con el esternón. Estos huesos son muy importantes ya que nos ayuda a proteger órganos importantes como corazón, pulmón, esófago y la tráquea. Los huesos de la cintura

escapular y miembros superiores estas partes incluyen clavicula, omoplato y escapula, La clavícula y la escápula forman la cintura escapular, que une los miembros superiores al tronco, El húmero es el hueso del brazo que conecta la escápula con el cúbito y el radio en el antebrazo, El cúbito y el radio son los huesos del antebrazo que permiten movimientos de flexión y extensión. Estos huesos proporcionan soporte y estructura a los brazos, permiten una gran variedad de movimientos en los hombros, codos y muñecas, y facilitan actividades como levantar objetos, escribir, comer y realizar actividades. La cintura pélvica o cadera es una cavidad en forma de cuenca que está conformada por los huesos coxales, formada por el sacro y los huesos ilíacos, y se conecta con la columna lumbar. Los miembros inferiores incluyen el hueso del muslo es el fémur, el más largo y fuerte del cuerpo humano, la tibia, la fíbula, la rótula, los huesos del pie, entre otros. La pierna está formada por dos huesos: la tibia y el peroné. La tibia es un hueso largo y par, ubicado en la parte anterior e interna de la pierna, El peroné es un hueso largo y par, más delgado que la tibia. Se ubica en la parte externa de la pierna y se articula con la tibia por su extremo superior. El pie está formado por los huesos del tarso, del metatarso y las falanges. Los huesos del tarso se disponen en dos filas: una anterior y otra posterior, que forma el talón. El metatarso está formado por huesos largos y Los huesos de los dedos se llaman falanges. Estos huesos trabajan en conjunto para permitirnos caminar, correr, saltar y realizar diversas actividades físicas. los huesos del cuerpo humano cumple varias funciones como al principio mencionabamos da forma a nuestro cuerpo, Soportan y protegen los tejidos blandos, Sirven de punto de inserción a músculos, ligamentos y tendones, Les dan estabilidad a las articulaciones, Constituyen un depósito de reserva de minerales que el organismo retira o aporta según sus necesidades, En ellos se producen los glóbulos rojos, los glóbulos blancos y las plaquetas, Intervienen en la regulación del metabolismo del calcio y el fósforo plasmático, los huesos bienen muy reforsados bienen con dos capas, Una externa, dura y compacta, constituida por células óseas vivas que conforman el hueso compacto y una interna (hueso esponjoso) es rica en células óseas y presenta cavidades ocupadas por una densa red de vasos sanguíneos y grasa, que forma espacios ocupados por médula ósea, sustancia blanda que da origen a las células sanguíneas. Todos los alimentos que consumimos les da nutrientes a nuestro huesos para que se mantengan fijos en si, ya que nos proporsionan una gran cantidad de movimientos y habilidades por eso es muy importante cuidar cada uno de ellos. Para evitar osteoporosis y osteomielitis, bueno para empezar que es la osteoporosis es una enfermedad caracterizada por la pérdida de masa ósea, con lo que el hueso se vuelve más delgado y frágil, resiste peor los golpes y se rompe con facilidad. Ocurre cuando el cuerpo pierde demasiado hueso, no produce suficiente hueso nuevo o ambas situaciones. Esto provoca una disminución en la densidad y calidad ósea. Las personas con osteoporosis pueden sufrir fracturas con facilidad, incluso con actividades cotidianas leves como levantarse de una silla o toser. Las áreas más comunes afectadas son la columna

Vertebral, cadera y muñecas. Esta enfermedad no hay una manera específica que se justifique del porque los huesos sanos se rompen con facilidad porque es el paciente sin presentar alguna caída pero se le romper un hueso pero sabemos que esto se debe a un desgaste más rápido del hueso, que no le llegan suficiente cantidad de nutriente y calcio por eso mismo el hueso se va haciendo cada vez más delgado y con una mayor fragilidad de romperse. Existen factores de riesgo por la cual el paciente se encuentre así en este caso hablaremos de dos principales factores de riesgo que son los sistémicos estos se debe a Edad avanzada a medida que envejecemos, aumenta el riesgo de osteoporosis. Condiciones como la artritis reumatoide, enfermedades endocrinas, úlceras por presión, y gastrointestinales, Uso de ciertos medicamentos como los corticosteroides a largo plazo pueden debilitar los huesos. Y los locales son aquellos que presentan Haber sufrido fracturas previas aumenta el riesgo de tener nuevas fracturas por osteoporosis, estasis venosa, linfa edema crónico, arteritis, fibrosis, cicatrización severa de una cirugía previa, colocación de implantes quirúrgicos. También podemos presentar lesiones del miembro superior (escapular) como luxación de hombro. El hombro está formada por tres huesos: escápula, clavícula y húmero, esto permite la mayor cantidad de movimientos en el ser humano, Sin embargo, es la que más se lesiona. Esto puede suceder debido a un traumatismo repentino, como una caída sobre el brazo extendido o un golpe directo en el hombro. La luxación de hombro es una lesión común, especialmente en deportes de contacto o actividades físicas intensas, esta luxación es muy dolorosa esto el medico lo acomodara el hombro en su lugar en donde él lo pueda realizar, en caso de que se encuentre con gravedad hay que intervenir y llevarlo a realizar en un quirófano con anestesia general, ya el doctora evaluara de cuáles son las lesiones sufridas La inmovilización del hombro dura alrededor de 3 semanas, Durante ese período no se puede retirar la inmovilización bajo ninguna circunstancia si se quiere tener un mayor margen de curación efectiva y disminuir el riesgo de re-luxación. Una dislocación de hombro es otra de las lesiones que podemos presentar esto se refiere específicamente a cuando el hueso del brazo “húmero” se sale por completo de su posición en la articulación del hombro, Esto suele ser el resultado de un traumatismo repentino o una lesión, como una caída o un golpe fuerte en el hombro, Algunos signos y síntomas de un hombro dislocado pueden ser: Hombro visiblemente deformado o fuera de lugar, Hinchazón o hematomas, Dolor intenso e Incapacidad de mover la articulación. Lesiones del miembro inferior (pélvico): Estas lesiones pueden ser causadas por diferentes factores como traumatismos, sobreesfuerzos, malas posturas, desequilibrios musculares, entre otros. Es importante identificar la causa de la lesión y buscar el tratamiento adecuado para poder recuperarse de manera efectiva. Traumatismos óseos: Las fracturas son lesiones traumáticas que se definen como la pérdida de continuidad en el hueso, algunos síntomas que se presentan frecuentemente o acompaña a este tipo de lesiones es dolor y suele ser más dolorosa cuando pretendemos mover la parte afectada, se presentara deformidad y acortamiento

dependiendo el tamaño de la rotura de la lesión, también abra inflamación o hematomas por el grado de lesión que se encuentra así como también ocurre hemorragia y infección cuando la fractura está abierta para que nuestro paciente tenga una buena mejoría debemos de tomar en cuenta algunas recomendaciones como No movilizar al accidentado si no es estrictamente necesario, Retirar cualquier elemento compresivo, Explorar la movilidad, sensibilidad y pulso distales, Si se trata de una fractura abierta, debe cubrirse la herida con apósitos estériles antes de proceder a la inmovilización. Traumatismos musculares: son desgarros musculares, no son más que roturas de fibras musculares esto se debe a cuando realizamos actividades físicas inadecuadas, no llevamos a cabo ciertas cosas que lo vemos como pérdida de tiempo pero son muy necesarios ya que nos ayudan a prevenir a tener algún traumatismo de la misma manera también sobre exigimos a nuestros músculos y por esa razón tendemos a afectar más la pantorrilla y el muslo. Traumatismos articulares: son traumatismos que provocan lesiones en las articulaciones óseas o en los elementos que las componen. Puesto que un esguince es una lesión de ligamentos, se puede producir en casi todas las articulaciones, esto tiende a causar dolor intenso y dolor agudo, debida a la pérdida de las relaciones normales articulares, por eso es muy importante inmovilizar la parte afectada. Esto se debe a que en ciertas ocasiones exigimos a los ligamentos dar más flexibilidad de lo normal hasta causar ciertos daños, ya que los ligamentos son bandas de tejido fibroso y elástica y nos sirve de sostén. Estos problemas se pueden presentar en tres grados el primer grado podemos ver que es cuando el ligamento no está muy afectado a la circulación y solo se experimenta inflamación y un pequeño dolor, en el grado dos ahí el ligamento esta moderadamente con desgarro se presenta dolores y hinchazón moderado, pero el paciente presenta dificultad para apoyarse en el lado del desgarro, en el grado tres El ligamento se desgarra totalmente o se rompe, La lesión se acompaña de dolor e hinchazón intensos. En esta fase el paciente es incapaz de cargar su peso sobre la articulación, Una lesión de este tipo en personas activas suele requerir una intervención quirúrgica para obtener resultados óptimos. Para poder tratar estos tipos de lesión es muy importante cuidarse, y guardar el reposo que se requiera para tener una mejor recuperación también es importante, hielo, compresión y elevación, cuando se sospeche que se ha producido un daño es importante no seguir ejercitando el miembro afectado, ya que en caso contrario puede agravarse la lesión y aumentar el tiempo de recuperación necesario. Haber visto cada uno de estos problemas que se pueden presentar en nuestra vida es muy importante tener en cuenta un buen cuidado, siempre y cuando informarnos también para poder llevar a cabo una buena actividad física una buena alimentación ricos en vitaminas y calcio para fortalecer cada uno de nuestros huesos y así seguir teniendo una buena flexibilidad, y no le causemos traumatismos o desgarros.