



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

LIC. EN ENFERMERÍA

ACTIVIDAD:

ENSAYO: RAQUITISMO INFANTIL

ASIGNATURA:

PATOLOGÍA DEL ADULTO

DOCENTE:

DRA. ROXANA LÓPEZ CRUZ

ALUMNA:

VERONICA SÁNCHEZ DE LA CRUZ

CUATRIMESTRE:

6º CUATRIMESTRE

GRUPO:

“B”

PICHUCALCO, CHIAPAS

3 DE AGOSTO DEL 2025

## RAQUITISMO INFANTIL

En este ensayo hablaremos de lo que es el raquitismo infantil, el cual es una enfermedad que afecta el desarrollo óseo en los niños, caracterizada por una mineralización inadecuada de los huesos, lo cual provoca deformidades y debilidades. Esta condición es especialmente prevalente en áreas donde la exposición al sol es limitada y la dieta carece de nutrientes esenciales tales como la vitamina D, calcio y fósforo. Este trastorno no solo impacta el desarrollo físico del infante, sino que también puede tener efectos duraderos en su salud y calidad de vida. A medida que la prevalencia del raquitismo ha ido en aumento en diferentes partes del mundo, es crucial entender las causas que generan la enfermedad así como sus síntomas, posibles soluciones y prevención. En este ensayo se explorará la importancia de la nutrición y la exposición al sol en la prevención del raquitismo, así como las implicaciones sociales y económicas que conlleva esta condición.

El raquitismo infantil es causado principalmente por la deficiencia de la vitamina D, que es crucial para la absorción de calcio en el intestino. La falta de exposición al sol, que permite la síntesis de esta vitamina en la piel, es uno de los factores más significativos. Además, una dieta pobre e inadecuada que no incluya suficientes fuentes de calcio y fósforo puede agravar el problema.

Otras de las causa del raquitismo son los factores genéticos ya que en raras ocasiones existen problemas hereditarios que afectan la absorción de estos minerales, también están los problemas renales ya que algunas enfermedades renales pueden interferir con el procesamiento de la vitamina D y afectar la absorción de calcio y fósforo. En muchos casos, las comunidades con bajos recursos económicos son las más afectadas debido a la falta de acceso a alimentos ricos en estos nutrientes, al igual que a los servicios de salud ya que algunos lugares no se cuentan con ello o es deficiente.

Las consecuencias del raquitismo infantil son variadas y pueden tener un impacto profundo en la vida del niño. A corto plazo, los síntomas pueden incluir debilidad muscular, dolor óseo, deformidades esqueléticas como piernas arqueadas o un pecho en forma de timón, retraso en el crecimiento y mayor riesgos de infecciones. A largo plazo, si no se trata a tiempo o adecuadamente, el raquitismo puede llevar a problemas ortopédicos permanentes y aumentar el riesgo de fracturas. Además, se ha relacionado con problemas en el desarrollo cognitivo y motor.

El raquitismo tiene implicaciones sociales y económicas significativas. Ya como antes se mencionó afecta la calidad de vida, ya que impacta la movilidad, la participación en actividades físicas y autoestima del niño. También puede generar discriminación y estigma social, afectando la interacción del niño con sus padres y la comunidad.

En lo económico el raquitismo requiere de un diagnóstico, tratamiento y seguimiento médico lo que genera costos para las familias y los sistemas de salud. En casos severos de no llevar tratamiento como ya antes se mencionó, el raquitismo puede llevar a discapacidad a largo plazo, lo que reduce la capacidad del individuo para trabajar y ser productivo, afectando tanto a la persona como a la sociedad.

Para la prevención del raquitismo infantil debe centrarse en garantizar una adecuada ingesta de vitamina D desde temprana edad, para absorber el calcio y el fósforo minerales esenciales para la formación y mantenimiento de huesos fuertes. La exposición segura y moderada al sol permite que el cuerpo produzca vitamina D naturalmente. También es importante el consumo de alimentos ricos en nutrientes y vitamina D, calcio y fosforo tales como: el pescado graso, huevos, productos lácteos, cereales y verduras de hojas verde. También es importante considerar el uso de suplementos vitamínicos en poblaciones vulnerables o en áreas donde la exposición al sol es limitada.

## **conclusión**

El raquitismo infantil es una condición prevenible que puede tener efectos duraderos en la salud física y mental de los niños. La educación sobre la importancia de una dieta balanceada rica en vitamina D y calcio, junto con estrategias para aumentar la exposición solar adecuada, son esenciales para combatir la enfermedad. Es responsabilidad de los padres, educadores y profesionales de la salud trabajar juntos para asegurar que todos los niños tengan acceso a los recursos necesarios para un crecimiento sano.

Al abordar este problema desde múltiples frentes, podemos garantizar un futuro más saludable para nuestros niños y contribuir al bienestar general de la sociedad.

## Referencias

Débora Setton, A. F. (2014). *Nutrición en Pediatría. Bases Para la Práctica Clínica en Niños Sanos y Enfermos* (1a. Edición ed.). Medica Panamericana Sa De. Recuperado el 03 de Agosto de 2025

Haffner, D. L.-N. (29/03/2022). *Pediatric Nephrology* (Vol. Volumen 37).  
doi:<https://doi.org/10.1007/s00467-022-05505-5>

Maxine A. Papadakis, S. J. (23/08). *Diagnóstico clínico y tratamiento 2024* (63º ed.). McGraw Hill / Medicina. Recuperado el 03 de Agosto de 2025

Mendoza Zubieta, V. (2006). *Enfermedades del metabolismo óseo y mineral* (1a. Edición. ed.). Alfil, S.A.de C.V. doi:ISBN: 968-7620-56-0,

