Mi Universidad

Nombre del Alumno: Wendy Jocelin Jiménez A.

3 Parcial

Nombre de la Materia: Nutrición en el adulto mayor

Nombre del profesor: Julibeth Martinez Guillen

Licenciatura en nutricion

6to Cuatrimestre

OSTEOPATÍAS

OSTEOPATÍAS

- Trastornos del sistema óseo y articular
- Pueden ser inflamatorios, degenerativos, hereditarios o metabólicos
- Afectan huesos, articulaciones, cartílago, líquido sinovial, músculos y ligamentos

CLASIFICACIÓN DE LAS OSTEOPATÍAS

Hereditarias o congénitas
- Displasias óseas, osteogénesis imperfecta

SÍNTOMAS

- Dolor articular
- Inflamación
- Rigidez matutina
- Fatiga
- Deformidad progresiva (en casos crónicos)

CLASIFICACIÓN DE LAS OSTEOPATÍAS

Degenerativas
- Desgaste progresivo del cartílago articular

CLASIFICACIÓN DE LAS OSTEOPATÍAS

- Metabólicas
- Alteración en la formación o reabsorción ósea

ARTRITIS

Enfermedad inflamatoria de las articulaciones

TIPOS PRINCIPALES

- Artritis reumatoide: autoinmune, simétrica, afecta manos y pies
- Artritis psoriásica: asociada a psoriasis
- Artritis infecciosa: causada por bacterias o virus
- Gota: por acumulación de ácido úri

TRATAMIENTO

- Fisioterapia
- Dieta antiinflamatoria
- Suplementos: omega 3, vitamina D, calcio

OSTEOPATÍAS

ARTROSIS (OSTEOARTRITIS)

Enfermedad degenerativa del cartílago articular

FACTORES DE RIESGO

- Edad
- Obesidad
- Sobrecarga mecánica
- Lesiones previas
- Factores genéticos

LOCALIZACIÓN COMÚN

Rodillas, caderas, columna, manos

SÍNTOMAS

- Dolor que aumenta con movimiento
- Rigidez articular (breve)
- Limitación funcional
- Crepitación articular
- Deformidades articulares

TRATAMIENTO

- Control de peso
- Ejercicio físico (bajo impacto)
- Analgésicos y AINEs

OSTEOPOROSIS

- Reducción de la masa ósea y aumento del riesgo de fracturas
- Asociada a menopausia, envejecimiento, uso de corticoides

OSTEOMALACIA / RAQUITISMO

- Deficiencia de vitamina D

- Mayo Clinic. (2023). Artritis: síntomas y causas. https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/arthritis/symptoms-causes/syc-20350772
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). Enfermedades musculoesqueléticas.https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions
- MedlinePlus. (2024). Osteoartritis. Biblioteca Nacional de Medicina de EE.UU.
- Fundación Internacional de Osteoporosis (IOF). (2022). Osteoporosis y otros trastornos óseos.