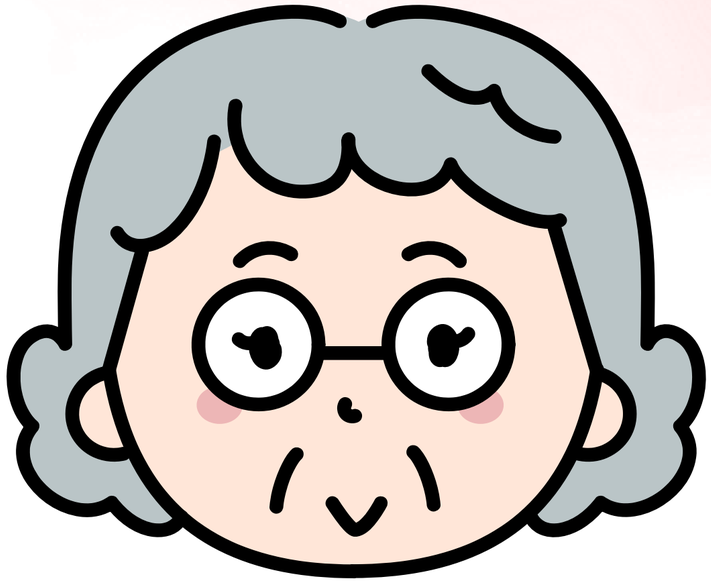
NUTRICIÓN EN EL ADULTO MAYOR

PARCIAL III
ENFERMEDADES DEL ADULTO MAYOR



TEMA: OSTEOPATÍAS

ACTIVIDAD: CUADRO SINOPTICO

ALUMNO: DAMIAN ALEXANDER GARCÍA VELASCO

DOCENTE: JULIBETH MARTINEZ GUILLEN

Osteopatías

ARTRITIS

Es una enfermedad que provoca inflamación en una o más articulaciones del cuerpo, puede causar:

- Dolor
- Rigidez
- Hinchazón
- Disminución del movimiento articular

CAUSAS

- Degenerativas (edad, desgaste)
- Autoinmunes
- Infecciosas
- Genéticas o hereditarias

TRATAMIENTO

- Medicamentos
- Terapia física
- Cambios de estilo de vida
- Cirugía

La artritis no es contagiosa, ocurre cuando hay daño, inflamación o disfunción en las articulaciones.

ARTROSIS

Es una enfermedad crónica y degenerativa de las articulaciones que ocurre cuando el cartílago articular se desgasta con el tiempo, puede causar:

- Dolor articular
- Rigidez
- Crujidos o chasquidos
- Inflamación leve
- Disminución del movimiento

CAUSAS

- Desgaste del cartílago articular

Este cartílago actúa como una almohadilla que evita que los huesos se rocen entre sí. Cuando se deteriora, los huesos comienzan a rozarse.

TRATAMIENTO

- Medicamentos (analgésicos, AINEs)
- Terapia física
- Pérdida de peso
- Ejercicio controlado
- Cirugía (en casos graves)

OSTEOPOROSIS

Es una enfermedad que se caracteriza por baja masa ósea y deterioro de la microarquitectura del tejido óseo, lo cual conlleva un mayor riesgo de fractura, alguno síntomas son:

- Fracturas frecuentes (cadera, muñeca, columna)
- Dolor de espalda
- Pérdida de estatura
- Postura encorvada

CAUSAS

- Envejecimiento
- Déficit de calcio y vitamina D
- Cambios hormonales (menopausia)
- Inactividad física
- Consumo de alcohol, tabaco o medicamentos (como corticoides)

TRATAMIENTO

- Suplementos de calcio y vitamina D
- Ejercicio físico (especialmente con peso)
- Dieta equilibrada

La osteoporosis tiende a más factores de riesgo en una persona del sexo femenino

- Bibliografía: Peters, R. L. (2018). Fundamentos de las osteopatías: Enfoque clínico y terapéutico. Editorial Médica Panamericana.
- Antología de la universidad del sureste, licenciatura en nutrición, asignatura de nutrición en el adulto mayor pág. (82-84)