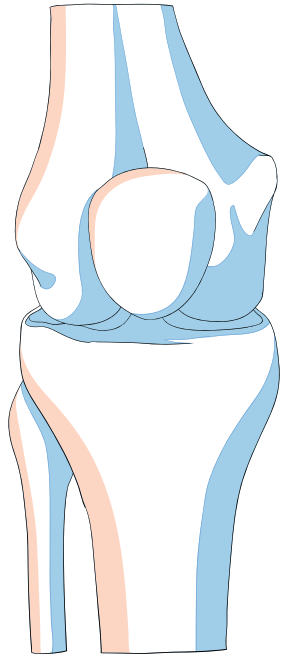
UNIVERSIDAD DEL SURESTE



ALUMNA: MARCIA SOFÍA HERNÁNDEZ MORALES

L.N.: JULIBETH MARTÍNEZ GUILLÉN

ASIGNATURA: NUTRICIÓN EN EL ADULTO MAYOR

TIPO DE TRABAJO: CUADRO SINÓPTICO

UNIDAD III

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS.

UDS
Mi Universidad

Osteopatías

Son enfermedades óseas como la osteoporosis que incluye una disminución de la masa ósea.

También, en algunos casos, puede incluir atrofia muscular.

Trata enfermedades musculoesqueléticas más frecuentes como las lumbalgias, esguinces, y afecciones osteomusculares habituales.

Osteoartritis

- Presenta dolor, deformidad e incapacidad funcional de las articulaciones.
  - que tienen mayor movilidad y soportan gran peso.
- Es un problema de salud pública
  - que debe de ser atendido con oportunidad y eficacia y así, evitar que siga progresando.
- Menos del 15% de la población mundial la padece.
  - Se habla de personas con 60 años de edad.
    - Es de 10 a 12 veces más frecuente que la artritis reumatoide.

Artritis

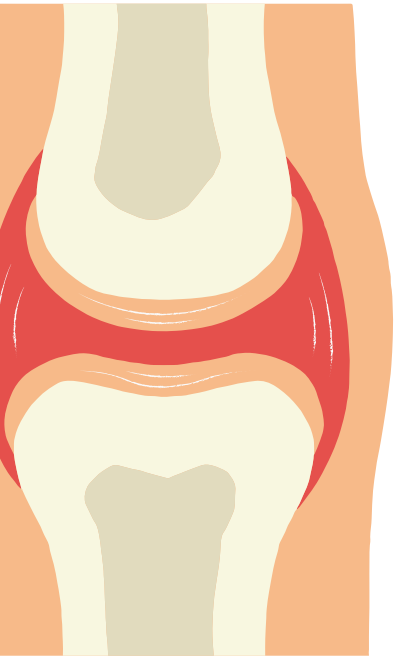
- Enfermedad en las que se inflaman las articulaciones.
  - Producen dolor, deformidad y dificultad para el movimiento.
    - Es crónica y de baja frecuencia de curación espontánea.
      - De causa desconocida. No es contagiosa.
- Frecuente en px. con especia predisposición, no es hereditaria.
  - La inflamación es consecuencia de la invasión de la membrana sinovial
    - por células inmunitarias que dañan la articulación.
- Capacidad de defensa ante infecciones es normal
  - Algunos cambios climáticos
    - Hacen que esta enfermedad sea más dolorosa.

Artrosis

- Enfermedad crónica, causa incapacidad.
  - Se considera como desgaste degenerativo de la articulación.
    - La edad es un gran factor de riesgo para la artrosis en adultos mayores.
- Tiene un componente inflamatorio
  - con incremento de actividad de citoquinas y quimoquinas en el tejido articular
    - que dirigen la degeneración enzimática de la matriz.
- Estrés mecánico sobre el cartílago articular
  - Procede de la alteración de la marcha, debilidad muscular, cambios en la propiocepción, así como del peso del cuerpo.
    - La obesidad es una causa importante de artrosis.

Osteoporosis

- Es la baja masa ósea y deterioro de la microarquitectura del tejido óseo.
  - Se produce cuando la masa ósea disminuye con más rapidez.
    - Conduce a una pérdida de la fuerza ósea.
- Esqueleto se vuelve frágil, con mayor riesgo a fracturas.
  - Se denomina enfermedad silenciosa porquye no presenta sx. ni signos.
    - Afecta a todos los huesos, a partir de los 50 años.
- Una buena nutrición incluye Calcio, Vit. D, y Proteína
  - esenciales para construir y mantener un esqueleto saludable en todas las edades.

BIBLIOGRAFÍA

- **Universidad del Sureste. 2025. Antología de Nutrición en el Adulto Mayor. PDF. https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/c663f97d7449f9310d4565e8636ba4ba-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.pdf**