

METODOS DE PREVENCION DE OSTEOPOROSIS EN MUJERES QUE CURSAN EL PRIMER SEMESTRE DEL AREA DE CIENCIAS DE LA SALUD DEL TURNO MATUTINO EN EL CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS ALTOS.

En un estudio realizado por J.L. Berdonces en el 2005 encontró que la **osteoporosis** es una enfermedad silenciosa que no se sabe que se tiene hasta que se rompe un hueso. Es más común en mujeres que a causa de no tener una dieta rica en calcio en la adolescencia posteriormente les causó graves consecuencias en la adultez mayor.

El tabaquismo es un factor que influye en la osteoporosis debido a que las mujeres fumadoras inician la menopausia a una edad más temprana y su pérdida de hueso es mayor en los primeros años de ésta. (Carlos A. Jiménez-Ruíz, 2007)

Se sabe que los atletas tienen mayor volumen de masa ósea gracias a la práctica de ejercicio, por ello se estimula la actividad aeróbica diaria como factor preventivo a la aparición de la osteoporosis.

Por estos motivos planteamos las siguientes preguntas:

¿Tienen conocimientos sobre la osteoporosis, las mujeres de primer semestre del área de ciencias de la salud del turno matutino, en el centro universitario de los altos?

¿Tienen una dieta rica en calcio las mujeres de primer semestre del área de ciencias de la salud del turno matutino, en el centro universitario de los altos?

¿Tienen conocimientos de los factores que influyen en la osteoporosis, como el ejercicio y el consumo de tabaco las mujeres de primer semestre del área de ciencias de la salud del turno matutino, en el centro universitario de los altos?

OBJETIVO

Identificar si las mujeres de primer semestre del área de ciencias de la salud del turno matutino, en el centro universitario de los altos conocen los factores relacionados con la osteoporosis.

HIPOTESIS

Existe influencia de la familia al no llevar una dieta rica en calcio y no fomentar el deporte, en los hábitos alimenticios y el ignorar que el tabaquismo para el desarrollo de la osteoporosis.

Los resultados serán capturados en una base de datos del programa excel, se realizaran frecuencias absolutas y relativas a través de estadísticas descriptivas la prueba de hipótesis se realizara con χ^2 .

Nuestro diseño es observacional, transversal y correlacional.

Universo de trabajo: alumnas de primer semestre del área de la salud del turno matutino en el Centro Universitario de los Altos.

Criterios de inclusión: mujeres de primer semestre del área de la salud del turno matutino en el centro universitario de los Altos que acepten contestar las encuestas.

Criterios de exclusión: hombres, turno vespertino, área de sociales y mujeres de semestres posteriores al primer semestre.

Operacionalización: las variables se medirán de manera cuantitativa, por medio de encuestas que se realizarán a mujeres de primer semestre del área de la salud del turno matutino en el centro Universitario de los Altos, se cuestionará acerca de sus conocimientos acerca de los factores que influyen en el desarrollo de la osteoporosis.

Plan de análisis: será un análisis estadístico de los datos en donde se encontrará y se tomarán medidas de prevención de acuerdo a los resultados a los que se llegue.

AUTORES:

Isela López Venegas

Aranzazu Flores y Flores

Ivone Jocelyn Tapia Martínez

Jennifer Guadalupe García Guzmán

ASESOR:

Ma. De los Ángeles Villanueva Yerenas

