



ALUMNA: LITZY MORENO ROJAS

PROFESOR: BEATRIZ GORDILLO LOPEZ

TEMA: ALTERACIONES DE LA TERMORREGULACION

GRADO: 6º A

FECHA: 19/06/2020

BIBLIOGRAFIA:

ALTERACIONES DE LA TERMORREGULACION

TEMPERATURA CORPORAL

La temperatura corporal es la medida del calor del cuerpo humano. Esta temperatura está generada por el propio metabolismo de la persona. Normalmente va cambiando a lo largo de la vida. La temperatura corporal varía según la persona, la edad, la actividad y el momento del día. Temperatura normal de una persona mayor.

La temperatura adecuada para el cuerpo humano oscila entre los 36.5° y los 37.2°. Sin embargo, es habitual que en la tercera edad la temperatura corporal oscila entre 33.5° y 35°. Es muy importante prestar atención a la temperatura corporal de las personas mayores, ya que si desciende en exceso podría provocar un caso de hipotermia. Debemos ser conscientes de que un cambio brusco de temperatura en el cuerpo de una persona puede conllevar hasta la muerte, sobre todo en la tercera edad.

CAUSAS

La Hipertermia y la Hipotermia suelen ser una reacción por la exposición a condiciones climáticas extremas. No obstante, las personas de la tercera edad no es necesario que se expongan a estas circunstancias para verse afectados.

HIPERTERMIA

Cuando la temperatura corporal sube excesivamente hablamos de hipertermia. La temperatura asciende a 38°.

La alta temperatura corporal puede deberse a cambios físicos, cambios climáticos y a cambios de comportamiento.

Algunos síntomas de la hipertermia son: piel seca, mal humor, cambios en las pulsaciones, confusión, estrés. En la tercera edad debemos prestar especial atención a los cambios de temperatura, ya que pueden conllevar graves consecuencias para la salud de nuestros mayores.

HIPOTERMIA

Cuando la temperatura corporal de una persona desciende hablamos de hipotermia. La temperatura cae por debajo de los 35°.

La hipotermia provoca dificultad de movimientos, pérdida de la capacidad para regular la temperatura del cuerpo y confusión mental. En casos extremos, pueden fallar determinados órganos.

ALTERACIONES DE TEMPERATURA EN ANCIANOS

¿Por qué les afecta más?

A medida que envejecemos, los cambios en el cuerpo se hacen más notorios. La termorregulación es un proceso base del cuerpo humano. Durante el proceso de envejecimiento, la piel se adelgaza y el sistema regulador que controla la temperatura del cuerpo se vuelve menos eficiente. Esto causa que el cuerpo de las personas mayores no responda correctamente a la exposición de cambios bruscos de temperatura.

CUIDADOS

Para evitar la hipotermia:

- Es muy importante contar con la ropa de abrigo necesaria y pasear bajo el sol.

Para evitar la hipertermia:

- Debemos hidratar al mayor frecuentemente (mínimo 2 litros de agua diarios) y resguardarlo durante las horas de más calor.
- La dieta, el ejercicio y los hábitos juegan un papel muy importante en la temperatura corporal de las personas mayores.
- Algunos alimentos son una gran fuente de calor y energía para el cuerpo.