

**Nombre del alumno:**

Nayeli Hernández Pérez

**Nombre del profesor:**

Lic. Ludby Isabel Ortiz Pérez

**Licenciatura:**

Enfermería 6 Cuatrimestre “A”

**Materia:**

enfermería Gerontogeriatrica

**Nombre del trabajo:**

Introducción a la enfermería Gerontogeriatrica

Ensayo del tema:

“Ciencia y Conocimiento”

El envejecimiento es un conjunto de cambios en el cuerpo con el paso del tiempo que dependen del estilo de vida, medio ambiente y otros factores es por ello que el contenido de este ensayo se enfocara ampliamente en el proceso de envejecimiento, es por ello que la gerontología es una ciencia que está muy relacionada ya que se encarga de estudiar este proceso de envejecimiento humano y aquellos aspectos que lo caracterizan y geriatría se encarga del diagnóstico y tratamiento de las enfermedades que se presenten .

Hablaremos más del adulto mayor y se considera adulto a unas personas con una edad de 60 años, es importante decir que el adulto mayor tiene más desventajas en todos los ámbitos ya que son una de las personas más vulnerables ante cualquier circunstancias ya sea alguna enfermedad que podrían causarle la muerte.

Es por ello que enfermería en este caso se debe de encargar de elaborar nuevas estrategias o medidas preventivas para poder disminuir enfermedades crónicas, o transmisibles ,y es ahí donde enfermería entra en la parte de los cuidados hacia los pacientes no solo a adultos mayores si no que a cualquier edad en la que el paciente este desde un neonato hasta el alto mayor , sobre todo es importante darle mayor prioridad a los recién nacidos y mayores ya que son más vulnerables ante cualquier fenómeno.

La gerontología es ahí donde hace su trabajo se enfoca tanto en el adulto mayor debido a esto es que enfermería debe de ofrecer una atención a los ancianos y que sea de calidad para su bienestar social y de salud no solo con los enfermos sino que también en los adultos mayores sano es ahí el arte de poder fomentar y promocionar ciertos cuidados para sí mismo.

Hablará también acerca de algunas teorías sobre las personalidades que tiene una persona que por supuesto intervine en la capacidad que vayan a tener para aceptar la adultez, las diferentes maneras que tiene las personas para adaptarse pues todos tiene capacidades distintas para desarrollarse, así como también definirá como es una persona autorealizada qué características tiene de una persona normal.

## PROCESO DE ENVEJECIMIENTO

El envejecimiento es un proceso que consiste en una serie de transformaciones del organismo que es normal donde interviene varias fenómenos como el estilo de vida que lleva la persona, el medio en el que lo rodea y entre otras cosas , sin embargo ocurren también modificaciones físicas y sociales ya que no tendrán la misma idea que con la de un joven , pues su entorno social va cambiar, lamentablemente cuando la vejez llega el adulto ya no tiene la misma energía que cuando era un adolescente sin embargo si la persona se cuida la vejez podría resultar de una manera más positiva.

El envejecimiento empieza entre los 20 y 30 años de edad, este es un proceso que no se puede detener porque es algo definitivo ya no se podrá cambiar, es algo natural y normal en la vida de todo ser humano. En cuanto a las alteraciones físicas hay cierta disminución de la masa muscular tanto en mujeres como en hombres, así como también cambios dentro del organismo empieza a ocurrir una disminución del líquido extracelular y por ende empieza hacer evidente en el aspecto físico, debido a los cambios genera una disminución del gasto cardiaco, la fuerza en los músculos empiezan a disminuir , ciertos órganos de nuestro cuerpo no trabajan de la misma forma como los riñones , hígado , frecuentemente un problema muy común es la disminución del flujo de la sangre renal.

Otro de los aspectos que denotan la vejez es la visión borrosa empiezan a ver ciertos aspectos en la visión, la falta de memoria empieza a ocurrir con mayor frecuencia y el sentido del gusto también empieza a manifestarse. Es por ello que una persona con edad avanzada las actividades que realice las hará de una forma más lenta debido a los cambios que han surgido. El envejeciendo son cambios que se presentan de manera diferente en todas las personas, ya que no sigue un orden pues el deterioro de la visión o memoria, sentido pueden perderse a cualquier edad, esto depende del estilo de vida que ha llevado el individuo.

A pesar que el envejecimiento es un proceso biológico normal, también se debe a 4 factores que hacen que la vejez sea más temprano a lo esperado, las enfermedades hacen que el cuerpo se desgaste y probablemente haya algún órgano atrofiado y empiece a ocasionar muchos problemas más adelante, la pérdida de las aptitudes y los cambios sociales. Para estos problemas que empiezan a tener los adultos mayores, se debe de promover algunas series de actividades para que desarrollen su mayor potencial.

La gerontología y geriatría son dos ciencias que son cercanas para el cuidado del adulto mayor ya que se encargan de estudiar el proceso de envejecimiento en el ser humano y de igual manera el diagnóstico y tratamiento a las enfermedades en los ancianos.

Sin embargo hay muchas teorías que explican esta serie de cambios en el ser humano, pero también hay explicaciones de como el individuo empieza a adaptarse a los nuevos cambios en su entorno social, y así enfrente la vejez feliz.

Sin embargo hay teorías que nos mencionan que es el mismo adulto mayor quien empieza a aislarse de su medio social con el que convivía y es por eso que Henry propuso una teoría del compromiso, donde trata de explicar cómo el mismo individuo empieza a disminuir sus actividades provocando un aislamiento social y empieza a ver rechazo, pero este proceso va depender de la manera en que acepta las cosas. Hubieron otras teorías donde refieren que el adulto mayor tiene la capacidad que la persona afirme de una forma positiva y siga con sus actividades sociales normales, teniendo una mejor capacidad de adaptarse excepto de los cambios fisiológicos.

Esta teoría nos dice que las actividades es la clave de la satisfacción en el adulto pues para el adulto es un ayuda físicamente y psicológicamente durante la adultez. es necesario que durante la adultez el mismo anciano no pierda la comunicación con la sociedad en el que esta acostumbrando para que pueda mantener un pensamientos positivos.

La teoría de la continuidad también nos acerca más para entender este proceso donde la cual habla más de la capacidad de adaptación que tiene cada persona, pues cada adulto tiene diferente forma de enfrentar nuevos cambios , tomando en cuenta desde la personalidad de la persona y el estilo de vida que ha venido desarrollando, se ha dicho que a base de la personalidad del adulto se puede predecir el tipo de proceso de envejecimiento que podrá tener y es por ello que en base a esta teoría se crearon 4 tipos de envejecimiento cada una de estas dependerá del tipo de personalidad que tenga.

En cuanto a una persona autorealizada es aquel individuo que a pesar del tiempo o edad no deja de realizar sus actividades, talentos, ni capacidades y esto favorece a que estos tipos de personas no tengan problemas psicológicos, neurosis u otro tipo de problema mental. Una persona autorealizada es característico debido a su creatividad, sin embargo estos tipo de personas son menos emocionantes y no permiten que cualquier obstáculo que tengas los desvíe de la meta que tiene propuestos.

En conclusión el envejecimiento es un proceso donde se engloba una serie de cambios o fenómenos , tanto dentro del cuerpo como también al exterior, es decir como bien ya se mencionó el adulto sufre alteraciones físicas, emocionales, y sociales que pueden repercutir con su estado de ánimo y autoestima es por ello la importancia de enfermería gerontogeriatrica que brinde información a los adultos para que este proceso sea de la mejor manera y de alguna manera poder facilitar la adaptación de estos nuevos cambios.

Es importante que el adulto no deje de realizar las actividades que solía hacer pues ya se ha dicho anteriormente que la falta de actividad en el adulto afecta de una manera emocional al adulto, y hace que esta serie de cambios sea más difícil.

Entonces de acuerdo a lo ya mencionado cada persona va adaptarse a estas series de alteraciones dependiendo también de la personalidad que lo caracteriza y así como también del estilo de vida que ha llevado, conforme a ello se puede predecir cómo será su tiempo durante la adultez