



Nombre de alumno: Rosio Vázquez
Morales

Nombre del profesor: Lic. Felipe Antonio
Morales Hernández

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico

Materia: Enfermería Gerontogeríátrica

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: Sexto Cuatrimestre

Grupo: "A"

INTRODUCCIÓN

En este ensayo les voy hablar sobre la importancia de los cuidados de enfermería en el adulto mayor, para empezar, les voy a dar una pequeña introducción donde les voy hablar de los cuidados de enfermería que durante todas las etapas de la vida cambian con las necesidades de cada persona. Si bien es cierto estos cuidados aparecieron empíricamente, por la atención que se brindaba a los soldados heridos de las diferentes guerras por los que se pasaba entre los siglos XVIII y XIX. Estos cuidados no contaban con una base teórica, solo se basaba en la práctica del día a día. Actualmente existen cuidados en niños, adultos y ancianos, siendo esta última la más vulnerable, debido a los cambios físicos y psicológicos que ocurren en el cuerpo, es por eso que los cuidados deben estar enfocados en áreas específicas que favorezcan y contribuyan adecuadamente con el estilo de vida del adulto mayor. Esta monografía busca informar a las personas sobre los cuidados que se deben realizar a un adulto mayor, no solo en el aspecto físico, sino también psicológica, además concientizar a la sociedad sobre los problemas de la vejez, para darnos cuenta que en esta etapa estamos expuestos a una serie de problemas que no se pueden resolver por si solos, por esta razón es bueno tener conocimientos de algunos cuidados que se requieren en esta etapa de la vida, con el fin de que el anciano lleve una vida normal.

IMPORTANCIA DE LOS CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN EL ADULTO MAYOR

A partir de la edad adulta se consigue una estabilidad más o menos uniforme que caracteriza y define nuestra personalidad, pero ese equilibrio no es estático. La personalidad adulta evoluciona en equilibrio dinámico que nos permite, sino cambiar radicalmente, si modularla a lo largo de los años.

Etapas de la vida adulta Según Eduard Gordon, la clasifica en tres etapas: "Adulthood temprana: abarca desde los 21 a 25 años. Fase de importantes cambios sociales en los ámbitos de la vida profesional y familiar. La vida del individuo gira en torno a los polos fundamentales: la familia y el y trabajo. Características. En lo biológico, las funciones están en su máximo funcionamiento, están estables, lo que se traduce en seguridad, poder y dominio, hay fortaleza, energía y resistencia física. Además, las mujeres tienden a vivir más que los hombres, en parte por razones biológicas, pero quizás también porque son más conscientes de la salud. El trabajo está fuertemente ligado con todos los aspectos del desarrollo intelectual, físico social y emocional. En general, las diferencias de edad en el desempeño parecen depender mucho de cómo se mide el desempeño y de las demandas de una clase de trabajos específico.

CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD ADULTA

Los cambios ocurren poco a poco y progresan inevitablemente con el tiempo, los factores ambientales pueden extender significativamente como son el no fumar, tomar alcohol con moderación, hacer ejercicio, descansar adecuadamente, tener una dieta alta en frutas y verduras, manejar bien el estrés y tener una actitud positiva. Los cambios psicológicos y sociales es un periodo de grandes cambios psicológicos y sociales, algunas veces sorprendentes muchas veces se pasa de ser trabajador activo retirado o jubilado perdiendo con esto la identidad ocupacional.

Cambios en la apariencia del cuerpo como la estatura, con la edad todos empezamos a perder estatura las razones de la pérdida de estatura son los cambios en la postura, cambios en el crecimiento de las vértebras, inclinación hacia delante de la columna vertebral, compresión de los discos entre las vértebras, aumento en la curvatura de la cadera y las rodillas, disminución del espacio de unión entre el tronco y las extremidades. En lo que es el peso hay una diferencia entre las mujeres y hombre, como por ejemplo los hombres suele aumentar hasta finales de la cuarta década de vida y en las mujeres el peso corporal aumenta hasta la sexta década.

En la edad adulta mayor suele disminuir el gasto cardiaco es decir decrece el flujo de sangre al cuerpo, una reducción del flujo de sangre deriva a una reducción del vigor y en menor intercambio de oxígeno. En el cambio en el sistema respiratorio las vías aéreas y el tejido pulmonar, se vuelven menos elásticos, los alveolos se reducen en número y se hacen angostos, decrece el número, la actividad de los cilia y los pulmones se tornan más pequeños y rígidos. Al llegar la edad adulta mayor todo el sistema se puede llegar alterar como puede ser se pierden los dientes, la gingivia se retrae, se pierde la densidad ósea de las mandíbulas, se reduce el número de papilas gustativas, la sensación de sabor se atrofia, la saliva disminuye y aumenta la viscosidad. Enfermedades asociadas con la edad cuya frecuencia de aparición suele ser mayor en las personas de edad, como acontece con las siguientes demencias Senil, alzhéimer, Parkinson, artrosis, presión Arterial Alta, osteoporosis, arterioesclerosis, artritis, hiperplasia benigna de próstata y sordera.

Los cuidados del adulto mayor

La aportación específica de la enfermera especialista en geriatría implica la promoción y mantenimiento de la salud de la persona mayor, el cuidado de la persona mayor enferma, así como el soporte permanente a los cuidadores, ya sean profesionales o no. Esta especialista tiene que estar capacitada para cuidar en situaciones complejas, educar, supervisar, gestionar y liderar dichos cuidados y también son vitales todas aquellas competencias que aseguran los cuidados de la persona mayor en la etapa final de su vida, así como el apoyo y soporte emocional que debe prestarse a sus familiares. Los cuidados según las funciones fisiológicas del adulto mayor según Brocabruno M. y Pietro, es la función neurológica en donde se debe permitir que desarrollen las actividades en el tiempo que requieren para lograr los objetivos y se deben dar algunas recomendaciones, garantizar la seguridad del anciano con trastornos cognitivos teniendo en cuenta que si el deterioro es progresivo se debe evitar que salga solo a la calle y si lo hace debe portar sus documentos de identificación y los datos del acudiente y para que los ancianos con trastornos cognitivos es recomendable señalar los lugares comunes y promover su participación en labores domésticas que no impliquen peligros para él. En la función de los sentidos algunas de las recomendaciones útiles para realizar sesiones educativas a los adultos mayores son utilizar colores de contraste en las ayudas audiovisuales con letra imprenta y de gran tamaño, en lo posible utilizar diagramas o dibujos para ilustrar la conferencia. o No debe oscurecerse completamente el salón y las ayudas educativas deben ubicarse a la altura de los ojos de los ancianos, para evitar la hiperextensión del cuello.

La función de oxigenación y circulación es promover mejores estilos de vida como ejercicio, alimentación balanceada, abandono del tabaco y el alcohol, disminución de los niveles de estrés y uso adecuado de los medicamentos para evitar complicaciones cardiovasculares y la enfermera (o) debe indagar sobre cómo es la vivencia del anciano con hipertensión arterial y cuáles son las medidas de cuidado que él está realizando para su control y tratamiento, recomendar o realizar pruebas de tuberculina periódicamente y que deben asistir a jornadas de vacunación anuales contra la gripe y cada cinco años contra la neumonía, para proteger a la población anciana contra las epidemias. Por eso es importante cuidar mucho a las personas en la edad adulta por que como bien su sistema inmune se debilita y son más propenso a sufrir alguna enfermedad o incluso también caídas.

CONCLUSIÓN

En este tema fue muy bonito ya que puede ver y leer como es que los de la tercera edad necesitan ayuda para poder cuidarlos y también entenderlos ya que a esa edad, los familiares no mucho llegan a entrenarlos y les ponen en una casa para adultos mayor y ya nosotros como enfermeras o enfermeros son los que les atendemos y debemos ser comprensivos e incluso tener mucha paciencia y darlos los cuidados que ellos necesitan o requieren.

(Lúmina, 2020)

Bibliografía

Lúmina. (18 de Junio de 2020). Obtenido de Enfermería Geriátrica :
<http://luminaseniorecare.com/la-importancia-de-la-enfermeria-geriatrica-en-el-cuidado-de-las-personas-mayores/>

Lesur, L. (2012). *Cuidados de los adultos mayores* . ciudad de México.