



Nombre de alumnos: Dania marthita flores Abelar

**Nombre del profesor: FELIPE ANTONIO
MORALES HERNANDEZ**

Nombre del trabajo: ensayo

Materia: ENFERMERIA GERONTOGERIATRICA

Grado: sexto

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 17 de junio de 2020



IMPORTANCIA DE LOS CUIDADOS DE ENFERMERIA EN EL ADULTO MAYOR

Desarrollo

Para que el cuidador pueda seguir ejerciendo este gran servicio a la comunidad es indispensable que tenga las herramientas adecuadas, es decir, se requiere poseer los conocimientos básicos que les confieran seguridad, estrategias que eviten la sobrecarga, así como la información de los recursos que se disponen para aliviar el esfuerzo, con lo cual se pretende articular mecanismos de apoyo a los cuidadores que brindan este gran servicio a la sociedad. El deterioro físico derivado del proceso natural del envejecimiento, asociado a la presencia de una o más enfermedades y al estilo de vida del individuo, puede provocar que los adultos mayores no consigan realizar por sí mismos las actividades más elementales de la vida diaria.

Algunas de las actividades cotidianas en las que el adulto mayor encuentra dificultad para realizar son:

- Subir y bajar escaleras • Aseo personal • Vestirse • Salir de la casa • Apego a un tratamiento terapéutico
- Usar el teléfono • Cocinar • Asear la casa • Moverse dentro de la casa
- Lavar la ropa • Comer

los cuidados y las estrategias de protección que ellos merecen y necesitan.

En primer lugar, tendremos que poner atención a la pérdida de funciones que esté presente en cada adulto mayor y, en segundo lugar, una vez que sabemos las limitaciones, intentaremos mejorar sus aptitudes y adaptarlo desde el punto de vista holístico, lo que quiere decir la integración de los diferentes elementos que conforman la vida del adulto mayor. Es muy importante que pongamos énfasis especial en las características del adulto mayor con respecto al padecimiento de las enfermedades, sobre todo de las crónicas, y el efecto que producen en su bienestar físico, psíquico y social. También debemos considerar que el contexto, en el caso de los mayores, ejerce una gran influencia. El lugar donde se vive se proyecta sobre todos nosotros, pero en el caso de ellos, además, marca diferentes perfiles de envejecimiento; por lo tanto, una forma de afrontar la problemática es profundizar en las características de la comunidad donde vive.

La información sobre el ambiente en el que se desarrolla el adulto mayor y que puede ser útil para mejorar la ayuda que se prestará, es la siguiente: • Ambiente social: estilo de residencia, personas con las que se relaciona, concepción de la forma de vida actual.

TOMA DE CONSTANTES

La valoración del funcionamiento de órganos tan importantes como el cerebro, el corazón o los pulmones está incluida dentro de las funciones del personal de enfermería. Mediante esta valoración se puede detectar cualquier alteración que se produzca en el paciente y, en consecuencia, prestar unos cuidados adecuados. Por ello, es necesario describir cada uno de los parámetros que deben ser incluidos en esta valoración, como es la temperatura corporal, la respiración, el pulso y la tensión arterial.

Temperatura corporal

El centro termorregulador, ubicado en el hipotálamo, es el encargado de controlar dicho parámetro. Los valores de temperatura considerados normales en el ser humano

son los que se encuentran entre los 36 y 37 °C. En consecuencia, cualquier variación que no se ubique dentro de este rango será considerada alteración de la temperatura corporal. Así, por ejemplo, se distingue:

u Fiebre, pirexia o hipertermia: temperatura corporal superior a 38 °C.

CAP05_CBEA_DAE 05/11/14 12:11 Página 60

Cuidados básicos a la persona mayor

u Febrícula: temperatura corporal entre 37,1 °C y 37,9 °C.

u Hipotermia: temperatura corporal inferior a 35 °C.

Por otra parte, la pérdida de calor, o también llamada termólisis, puede deberse a distintos mecanismos tales como:

u Conducción: la pérdida de calor se produce por contacto directo entre un cuerpo

y otro (sólidos que están en contacto).

u Radiación: la emitida por un cuerpo debido a su temperatura. Hacia sólidos que

no están en contacto.

u Convección: pérdida de calor producida por corrientes de aire.

u Evaporación: la pérdida de temperatura se produce a través de la piel (sudoración) y de los pulmones.

Del mismo modo, es importante conocer que existen diversos factores que influyen

en la pérdida de temperatura tales como:

u La edad: en el anciano la ausencia de actividad, el enlentecimiento de la circulación sanguínea o la disminución de los mecanismos compensadores son algunas

de las razones que explican la disminución de dichos valores.

u El ejercicio: la práctica de deporte conlleva a un aumento de la temperatura corporal.

u La hora del día: existen variaciones de temperatura a lo largo del día. Así, por

ejemplo, mientras que en las primeras horas de la mañana existe un ligero descenso de la temperatura corporal, al inicio de la tarde esta tiende a elevarse algunas décimas. Ello es debido, fundamentalmente, a la actividad realizada y a los

procesos digestivos.

Con el paso de los años y como respuesta fisiológica se producen una serie de cambios en la temperatura corporal: disminuye la sensibilidad de los receptores, ante modificaciones de la temperatura ambiental, también se responde de forma irregular a

los estímulos por parte del hipotálamo y, sobre todo, disminuyen las manifestaciones

de los sistemas efectores (se reduce la sudoración, las respuestas vasomotoras y la

capacidad de contracción muscular, por lo que la sensación térmica está modificada).

A estos cambios también contribuyen otros aspectos, como son la cognición, la inmovilidad o la limitación funcional, entre otros.

Como se ha indicado antes, la hipotermia es la situación que se produce cuando existe un desequilibrio entre las pérdidas de calor (que son mayores) y la producción.

Es el descenso de la temperatura corporal por debajo de 35 °C y se clasifica en fun61

CAP05_CBEA_DAE 05/11/14 12:11 Página 61

62

CUIDADOS BÁSICOS PARA LA EDAD AVANZADA

ción de los grados: siendo leve entre 32º y 35º, moderada entre 28º y 32º y grave cuando desciende los 28º.

En la vejez existen diversos factores que favorecen la presencia de hipotermia: causas

exógenas (principalmente las caídas con permanencia en el suelo, la exposición prolongada al frío o la inmersión en agua fría) o endógenas (el propio proceso de envejecimiento, consumo de fármacos, trastornos metabólicos, neurológicos, de la cognición, alteraciones multiorgánicas, quemaduras de gran extensión y la inmovilidad).

Asimismo, la hipertermia, aun siendo menos frecuente que la hipotermia en la vejez, también se debe tener en cuenta, y más según se va acentuando el cambio climático.

La causa exógena más frecuente es la exposición a temperaturas elevadas y consumo importante de alcohol.

Cabe resaltar que el termómetro que se emplea en la práctica clínica está basado en

la escala centígrada o celsius. Además, hay que señalar que en función de la zona donde este se coloque para proceder a la toma de la temperatura corporal, pueden existir variaciones. Así, por ejemplo, si se toma en la boca, en la axila o en el recto existirá una diferencia entre ellas en torno a medio grado centígrado. Por norma general la zona más empleada es la axilar, ya que es más cómoda para el paciente, pero también es la técnica menos exacta. No lo es sin embargo la vía bucal, que por el contrario se considera la vía más precisa.