



Alondra Gabriela García Ramírez
Felipe Antonio Morales
Enfermería gerontogeriatrica

IMPORTANCIA DE LOS CUIDADOS DE ENFERMERIA EN EL ADULTO MAYOR

En los últimos años se ha notado que la esperanza de vida va incrementando conforme el paso del tiempo ya que gracias a que son más enfermeros los que se suman a especializarse en enfermería geriátrica, se permite atender con mayor eficacia las necesidades de la población refiriendo nos a los adultos mayores.

Los profesionales médicos en geriatría cuentan con conocimiento sobre los cambios que se producen a raíz del envejecimiento en los órganos y sistemas del ser humano, ya sea de manera natural o por modificaciones generadas por patologías que en algún momento de su vida presentaron, o bien por padecimientos crónicos que degeneran gradualmente el funcionamiento normal en el organismo. Estos conocimientos les permiten detectar de manera precoz los síndromes conocidos como geriátricos porque se presentan con gran frecuencia en la población de adultos mayores, entre los que se incluye la demencia, los delirios, las caídas, la incontinencia y la malnutrición, con el fin de determinar los tratamientos adecuados para manejar las distintas patologías que los afectan.

Es por eso que mencionamos como herramienta diagnóstica principal para la atención de adultos mayores es la valoración geriátrica integral aplicada de manera dinámica, con la que se hace una evaluación del estado biológico, psicológico y social (engel), del paciente empleando la capacidad funcional como la variable principal para establecer los objetivos de asistencia para el tratamiento y cuidado de los pacientes.

Es aquí donde la especialización en enfermería geriátrica cobra especial importancia, y lo que justifica que en entornos enfocados a ofrecer atención a adultos mayores, como las casas de retiro, cuenten con profesionales en esta rama.

Además de ofrecer una atención integral al adulto mayor, la geriatría tiene como objetivo prevenir la dependencia en esta etapa de la vida para permitir a las personas tener un envejecimiento activo. Es por esta razón que los médicos, enfermeros y profesionales en otras ramas de atención no sólo se especializan en el tratamiento de patologías y afectaciones en la vejez, sino también en la implementación de medidas de prevención Como parte de las medidas adoptadas en los diferentes niveles de prevención.

Existen básicamente tres tipos de cuidados que se le brinda al adulto mayor, el primero consiste en el cuidado a nivel físico que se trata de regular las medidas de higiene, cuidar su alimentación y mantener su hidratación, vigilar signos y síntomas, brindar apoyo en su movilidad, administrar medicamentos y la estimulación de la independencia.

Por otro lado están los cuidados a nivel psíquico, que consisten en mantenernos atentos a los cambios en estados de ánimo, vigilar el nivel de conciencia, observar el ritmo en el sueño y si hay posibles alteraciones y por último los cuidados a nivel social, que indica que debemos motivar al anciano a para que lleve a cabo sus actividades diarias, estimular la interacción con la familia o amigos, integrarlo a actividades de su entorno inmediato y ayudarlo a realizar diferentes actividades que mantengan activa su memoria o le puedan brindar estimulación para impedir su deterioro precoz. (Importancia.org., 2019)

Gracias a los cambios que se dan en el adulto mayor se van presentando con el paso del tiempo distintas complicaciones como el deterioro sensorial, los trastornos del sueño, alteraciones bucales y muchas más patologías por eso es importante que como personal de enfermería tengamos un conocimiento adecuado para realizar los procedimientos que el adulto mayor requiera. (gerontogeriatrica, 2020)

Los especialistas en geriatría promueven adoptar hábitos saludables, que incluyen realizar ejercicios físicos, lo que permite mantener una marcha adecuada, equilibrio y potencia muscular el mayor tiempo posible; seguir una buena dieta para mantener las necesidades energéticas del paciente y atender inquietudes creativas y la salud psíquica a través de actividades como la estimulación física e intelectual, e implementar actividades de disciplinas artísticas.

Bibliografía

Engel. (s.f.). *modelo bio psico social*.

Gerontogeriatrica, a. e. (2020). *alteraciones en el sueño, bucales y sensoriales*.

Importancia.org. (2019). *cuidados del adulto mayor*. Editorial. URL:
<https://www.importancia.org/cuidados-adulto-mayor.php>.

