

Alum. Nohemí Rebeca Pérez Sánchez

Prof. Beatriz Gordillo López



**ENFERMERÍA DEL ADULTO**

**Cuadro Sinóptico**

**6to cuatrimestre grupo °B ENFERMERÍA**

# CAMBIOS EN LA EDAD ADULTA

## Concepto

Cambios que ocurren con el paso de los años que afectan no solo la apariencia sino nuestro funcionamiento en la vida diaria.

## Envejecimiento

Proceso que depende de la combinación de factores

➤ Genéticos

➤ Ambientales

- No fumar
- Tomar alcohol con moderación
- Hacer ejercicio
- Descansar adecuadamente
- Buena alimentación
- Actitud positiva

## Cambios psicológicos y sociales

- Rol de abuelo
- Pérdida de la identidad ocupacional
- Reducción del ingreso
- Sentimientos de soledad, desolación e inseguridad
- Necesidad de cuidar de su persona

## Cambios en la apariencia del cuerpo

Estatura

- Cambios en la postura
- Inclinación de la columna vertebral
- Aumento de la curvatura de cadera y rodillas
- Cambios en las articulaciones de los pies

Peso

Comienza a disminuir con una pérdida más acelerada en hombres que en mujeres a partir de los 70 años

## CAMBIOS EN LA EDAD ADULTA

### Cambios en la composición del cuerpo

- ❖ La grasa corporal aumenta
- ❖ El fluido intracelular disminuye
- ❖ Resequedad de la piel
- ❖ Arrugas y reducción de elasticidad
- ❖ Las ojeras se agrandan
- ❖ Pérdida de cabello

### Cambios en el sistema respiratorio

- ✚ Reducción en la eficiencia y capacidad vital
- ✚ Menos elasticidad en vías aéreas y el tejido pulmonar
- ✚ Reducción de alveolos
- ✚ Dificultad para expeler el moco
- ✚ Atrofia de los músculos de la cavidad torácica
- ✚ Reduce la capacidad para respirar profundamente

### Cambios en el sistema gastrointestinal

- ◇ Pérdida de los dientes
- ◇ Reducción en el número de las papilas gustativas
- ◇ Atrofia de la sensación de sabor
- ◇ La saliva disminuye y aumenta su viscosidad
- ◇ El esófago se dilata
- ◇ Disminuye la contracción del hambre
- ◇ El pH se eleva causando irritación gástrica

### Cambios en el sistema genitourinario

#### Hombres

- ☐ La próstata aumenta de tamaño
- ☐ Retención de orina frecuente
- ☐ Reduce la cantidad de esperma que producen
- ☐ Esclerosis del tejido esponjoso del pene

#### Mujeres

- ◆ Disminuye la producción de hormonas
- ◆ Atrofia de los labios mayores, cuello y la vagina
- ◆ Reducción del tamaño de los ovarios trompas y útero
- ◆ Aumenta el riesgo de infecciones vaginales

## CAMBIOS EN LA EDAD ADULTA

### Cambios en los órganos sensoriales

- Vista { Es el menos eficiente cuya deficiencia interfiere con la seguridad
- Oído { Perdida paulatina de la audición
- Olfato { Con el avance de la edad se pierde la capacidad para oler
- Tacto { Se deteriora después de la sexta década de vida

### Cambios en la mente

- \* Cambios en los procesos de aprendizaje
- \* Capacidad para mantener la atención disminuye
- \* Distracción fácilmente
- \* Disminución de la memoria

## Bibliografía

Lesur, L. (2012). CUIDADO DE LOS ADULTOS MAYORES . México: Trillas.