

Tema: Cambios en la edad adulta

- **Nombre del alumno:** Exar Rubeli Garcia Hernandez
- **Docente:** Beatriz Gordillo López
- **CARRERA:** Lic. Enfermería
- **CUATRIMESTRES:** 6“B”
- **MATERIA:** Enfermería del Adulto

**COMITÁN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A 18 DE
MAYO DEL 2020.**

Cambios en la edad adulta

En general

Los cambios ocurren poco a poco y progresan inevitablemente con el tiempo, la rapidez de esta progresión puede ser muy diferente en una persona a otra.

En ausencia de la enfermedad el paso por la edad adulta mayor suele ser un proceso notablemente benigno, no obstante, los órganos pierden de modo gradual algunas funciones

Factores ambientales

Pueden extenderse significativamente el periodo de vida, aunque no son determinantes en general, en muchas personas influye

- no fumar
- tomar alcohol con moderación
- hacer ejercicio
- descansar adecuadamente
- tener dieta alta en frutas y verduras
- manejar bien el estrés
- tener una actividad positiva

Cambios psicológicos y ambientales

La edad adulta mayor es un periodo grande, cambios psicológicos y sociales,

En la edad adulta mayor puede haber una reducción de ingresos que suelen afectar a:

- dependencia
- seguridad
- alojamiento
- la dieta y sobretodo la vida

En ocasiones el rol de ser esposo para ser viudo,

El mundo social se estrecha y puede aparecer sentimientos como:

- soledad
- desolación
- inseguridad

Cambios en la apariencia del cuerpo

estatura

Generalmente la estatura se incrementa hasta la cuarta década de edad y comienza a disminuir a los 80 años

- cambio de las vértebras
- inclinación de la columna
- curva de rodilla y cadera
- cambio en las articulaciones

peso

En los hombres: el peso suele aumentar hasta finales de la cuarta década de vida, entonces comienza a disminuir paulatinamente, con una perdida acelerada ya cerca de los 70 años. las mujeres, el peso aumenta hasta la sexta década y comienza a disminuir a una velocidad menor.

Cambios en la composición

La proporción del cuerpo que está hecha en grasa se duplica entre los 25 y 75 años.

En este cambio de la composición del cuerpo es importante considerar la nutrición y nivel de actividad



Cambio de los órganos sensoriales

- vista { De los sentidos el menos eficaz es la de la vista, cuya deficiencia interfiere con la seguridad, la actividad normal y el bienestar general
- oído { La presbicausia impide oír las consonantes, aunque respeta el sonido ambiente por lo que la conversación hace mas imposible
- olfato { Con la edad pierde la capacidad para oler, también disminuye el número de células sensoriales en la cubierta nasal
- tacto { Esta sensación también se deteriora conforme la edad avanza, especialmente después de la sexta década

Cambios en el sistema endocrino

{ La tiroides disminuye su actividad, por lo que se reduce la velocidad del metabolismo, además, la toma del oído radioactivo se ve disminuida, así como la secreción de tirotrópina.

Cambios en el sistema tegumentario

{ E colágeno se hace más áspero, la piel pierde elasticidad, aparecen arrugas, las mejillas se hundan, se acentúan los pliegues de la piel y aparecen manchas.
las canas se manifiestan, disminuye la sudoración y aumenta la sequedad cutánea.

Sistema inmune

{ En términos generales, durante la sexta década de edad el sistema inmune se deprime y hay un riesgo mayor de infecciones.

Cambios en la mente

{ La personalidad básica del ser humano no experimenta cambios con la edad, sin embargo, suele suceder que en la vejez la personalidad se manifieste de manera más abierta y honesta.
El efecto más común de la edad sobre la mente parece ser la disminución de la memoria, la información de la memoria de largo plazo puede resultar más lenta que antes

BIBLIOGRAFIA:
LESUR,LUIS / CUIDADO DE LOS ADULTOS MAYORES / MEXICO-TRILLAS 2012/ (REIMP 2017)