

UDS

ALFREDO MARTIN MARTINEZ GIJON

LIC. GERARDO

SUBMODULO 1

ENSAYO

INTRODUCCION

En la actualidad se ha incrementado la esperanza de vida de la Gente. No obstante, en algunas ocasiones las personas de edad Avanzada han perdido parcial o totalmente su independencia, Debido principalmente a enfermedades crónico degenerativas Que se agudizan con el pasar de los años. Por ello, es una necesidad primordial para la sociedad el apoyo de la familia o de voluntarios capaces de Ayudar y cuidar al adulto mayor.

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.

Es por ello que este manual tiene como objetivo proporcionar los Conocimientos básicos sobre las características de los adultos mayores y Algunos consejos prácticos para sus cuidados.

DESARROLLO

Es uniforme, sino que algunos órganos envejecen más rápido que otros. Ahora, otros puntos que debemos considerar sobre la vejez son:

- Es una etapa en la que el riesgo de enfermarse puede incrementarse pero el ejercicio y la actividad mental diaria lo disminuyen.
- Puede haber vulnerabilidad al estrés psicológico, fisiológico y social, que aumentaría al presentar alguna enfermedad, accidentes, fallecimiento de seres queridos, inseguridad económica entre otros.
- Es diferente para cada persona y por lo tanto tiene peculiaridades físicas, psicológicas y sociales para cada individuo.

ADULTO MAYOR DISFUNCIONAL O DEPENDIENTE

Dificultades cotidianas

De los adultos mayores 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

DESENLASE

DULTO MAYOR DISFUNCIONAL O DEPENDIENTE ductividad no dependen sólo de la salud, sino también de una apreciación y reconocimiento de parte de las personas que lo rodean, por ello es importante integrar a los adultos mayores y reconocer sus contribuciones dentro de su familia o entorno. Trastornos del ánimo en el adulto mayor Los cambios emocionales nos afectan a lo largo de toda nuestra vida. En el caso del desarrollo del adulto mayor, no es una excepción. De acuerdo con estudios psicológicos y sociológicos, el adulto mayor sufre una alteración en su autoestima y su entusiasmo debido principalmente a los siguientes factores: Deterioro físico y biológico. Por ejemplo, el debilitamiento o la pérdida total de las capacidades visuales, motrices y auditivas que pueden degenerar en la pérdida de la autonomía.

Paso de persona laboral a persona jubilada.

Éste es uno de los hechos más comunes que suelen contribuir a disminuir la autoestima del adulto mayor, pues cuando se jubila y comienza a sentirse improductivo deja de tener una actividad que lo obligue a mantener una vida activa; por ello, es usual que, cuando han dejado de trabajar, permanezcan aislados en su hogar por largos periodos.

Abandono de hijos. El adulto mayor se siente abandonado cuando los hijos deciden independizarse del lazo paterno o materno, ya sea para formar una familia o para generar un espacio de convivencia propio.

Además de estos factores existen otros que pueden afectar su estado de ánimo, como pueden ser: muerte de seres queridos, indiferencia por la vida, miedo a la cercanía de la muerte, etc.

Todos estos afectan el ánimo de los adultos mayores y pueden provocar que se retraigan y se aíslen.

Por ello, es necesario tomar medidas adecuadas para evitar tales trastornos