

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

---

ALUMNA: DIANA CITLALI CRUZ RIOS

MAESTRA: BEATRIZ

ASIGNATURA: SUBMODULO 1

SEXTO SEMESTRE, BACHILLERATO EN ENFERMERIA

CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD ADULTA

ENVEJECIMIENTO

El deterioro de la función de un órgano puede afectar la función de otro órgano.

Los primeros signos del envejecimiento afectan al sistema musculoesquelético.

- La edad de la célula.
- Exceso de células.
- Lesiones celulares.

CELULAS VIEJAS.

Las células envejecen y por lo tanto funcionan con dificultad.

Y llegan a morir. A esto se le llama muerte celular.

Se lleva a cabo por...

- También porque se pueden dividir un número limitado de veces.

APOPTOSIS.

Tipo de suicidio celular.

Las células viejas deben morir para dejar sitio a las células nuevas.

También porque se pueden dividir un número limitado de veces.

CELULA

No puede seguir dividiéndose se agranda y sobrevive durante un tiempo, pero luego muere.

Las células se pueden lesionar por la luz solar y los medicamentos de quimioterapias.

TELOMEROS

El mecanismo que pone limite a la división celular.

Función

Desplazar el material genético de la célula que se prepara para su división.

Cada vez que se divide una célula, los telomeros se acortan un poco.

NEURONAS

Las personas mayores sanas no pierden tantas neuronas.

Las perdidas ocurren principalmente en las personas que han tenido un accidente cerebrovascular.

Alzheimer o la enfermedad de Parkinson.

CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD ADULTA

ATEROESDEROSIS

Estrecha los vasos sanguíneos de los riñones, estos funcionan peor a la reducción del flujo sanguíneo.

Las placas pueden desprenderse y provocar la oclusión aguda.

HUESOS Y ARTICULACIONES

Los huesos tienden a volverse más densos.

La pérdida moderada de densidad ósea se le denomina osteopenia.  
La pérdida grave de densidad ósea se le denomina osteoporosis.

Debido a la disminución de calcio.

OSTEOPOROSIS

Los huesos con osteoporosis se vuelven más débiles y más propensos a fracturarse.

En las mujeres la pérdida de la densidad ósea aumenta después de la menopausia.

Los huesos más afectados son:

Fémur.  
Radio y cubito en las muñecas y la columna vertebral

VERTEBRAS

Los cambios en las vértebras hacen que la cabeza bascule hacia delante, comprimiendo la garganta.

Es más difícil tragar y es más probable el ahogo.

Las vértebras se vuelven menos densas y las almohadillas de tejido pierden fluido y se vuelven finas

La estatura en el envejecimiento disminuye.

CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD ADULTA

CARTILAGO

El cartílago se vuelve más fino

Disminuye la resiliencia y aumenta la probabilidad de lesiones.

Puede causar artrosis.

Provocado por años de movimiento.

ARTICULACION Y LIGAMENTOS

La articulación puede ser ligeramente más propensa a lesiones.

Ligamentos y tendones menos elásticos.

Suelen desgarrarse con facilidad.

MUSCULOS Y GRASA CORPORAL

El tejido muscular y la fuerza muscular tienden a disminuir

Producido por...

Causada por la inactividad física.  
Descenso de las hormonas de crecimiento y testosteronas.

El envejecimiento NO reduce la grasa corporal.

La pérdida de masa muscular grave se llama sarcopenia.

Es más producido por la inactividad extrema, no la edad en sí.

CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD ADULTA

OJOS

El cristalino adquiere rigidez  
El cristalino se vuelve más denso.  
El cristalino se vuelve amarillo.  
Dificulta la visión cuando no hay luz  
Pupila  
Reacciona más lento a cambios de luz  
Los ojos producen menos líquido y se notan secos.

Perdida de la visión entre los 40 y 50 años.

OIDOS

Se genera cambios debido a la exposición de ruido  
A medida que las personas envejecen cada vez es más difícil oír algún sonido.  
Las palabras resultan más difíciles de entender.

BOCA Y NARIZ

Los gustos y olfato empiezan a disminuir.  
La lengua es capaz de distinguir únicamente sabores como dulce, ácido, amargo y salado.  
El olfato solo disminuye ligeramente.  
Se vuelve delgado, seco y nerviosa.

PIEL

Se vuelve:  
Más fina, menos elástica, mas seca y forma arrugas.  
La piel cambia porque el colágeno y la elasticidad se transforman químicamente.  
La grasa subcutánea disminuye.  
La piel se desgarrar con mayor facilidad.  
La piel tiende a curarse más lento.  
El número de células que producen melanina disminuye.

SISTEMA NERVIOSO

Se reduce el número de células nerviosas del cerebro.  
Pero estas se pueden compensar.  
Estableciendo nuevas conexiones entre las neuronas restantes.  
Formando nuevas neuronas.  
Algunas células nerviosas pueden perder algunos de sus receptores.  
El cerebro puede funcionar lento.  
Efectúan actividades con mayor lentitud.  
A los 70 años pueden presentar:  
Memoria a corto plazo.  
Capacidad de aprender nuevas nociones y repetir palabras.

CAMBIOS DEBIDOS A LA EDAD ADULTA

CORAZON Y VASOS SANGUINEOS

Se vuelven más rígidos

Se vuelven más rígidos

Las arterias se vuelven menos capaces de responder a las variaciones de sangre que pasa por ellas.

La presión arterial suele ser más alta

PULMONES

Tienden a debilitarse.

Pierden elasticidad.

Alveolos y capilares pulmonares disminuyen.

Se vuelven menos aptos para combatir infecciones.

Los músculos esofágicos se contraen con menor fuerza.

APARATO DIGESTIVO

Suele ser el menos afectado durante el envejecimiento.

Los alimentos son eliminados más lento.

Intolerantes a la lactosa.

El hígado disminuye su tamaño.

El tracto digestivo produce una menor cantidad de lactosa

RIÑONES Y APARATO URINARIO

Los riñones suelen disminuir su tamaño.

Comienzan a eliminar más agua y surge la deshidratación.

El aparato urinario se modifica de diferentes modos.

El volumen máximo de orina disminuye.

Los músculos de la vejiga se debilitan.

Los músculos de la vejiga pueden contraerse de forma esporádica.

APARATO REPRODUCTOR

Hombre

Mujer

Los niveles de testosterona disminuyen.

Disminución del deseo sexual.

Menos producción de espermatozoides

Disfunción eréctil

Presencia de la menopausia.

Los senos se vuelven menos firmes y más fibrosos.

SISTEMA ENDOCRINO

Los niveles hormonales del crecimiento disminuyen.

La aldosterona disminuye.

La insulina es menos efectiva y se produce en menor cantidad.

Los cambios en el sistema endocrino nos pueden llevar a padecer diabetes tipo 2.

**CAMBIOS  
PSIQUICOS**

En este caso...

Con el paso de los años se va produciendo un envejecimiento en las capacidades intelectuales.

Es importante mencionar...

Que a partir de los 30 años se inicia un declive de las capacidades intelectuales que se va acelerando con la vejez.

Esto porque...

En la vejez hay una pérdida de la capacidad para resolver problemas.  
Se acompaña de falta de espontaneidad en los procesos de pensamiento.

La capacidad de lenguaje y de expresión suelen estar alteradas.

Como consecuencia existe...

Alteraciones en la memoria y suelen padecer de amnesia focalizada con el tiempo.

Dato importante...

La creatividad y capacidad imaginativa se conservan.

## BIBLIOGRAFIA

FUENTE PROPORCIONADA POR EL DOCENTE.