



Nombre de alumno: Dulce María Álvarez
López

Nombre del profesor: Gerardo Antonio
Morales Gómez

Nombre del trabajo: Ensayo sobre
Ansiedad y Depresión en el adulto mayor.

Materia: Submódulo II

Grado: 6° Semestre

Grupo: "A"

Introducción

¿Qué es la ansiedad y la depresión en el adulto mayor?

Ansiedad:

Es un estado emocional subjetivo que se caracteriza por la apreciación y síntomas objetivos de hiperactividad del sistema nervioso.

La depresión es una enfermedad psicológica que puede afectar no solo a los adultos mayores si no ha todos sin excepción, pero la más común es la depresión en las personas mayores mujeres y hombres.

A cada día los medios de comunicación nos informamos sobre los suicidios y mencionan que la causa del mayor porcentaje de esto la depresión.

Es una noticia o un tema que causa preocupación de ahí la importancia y el interés de abordar este tema.

Ansiedad y depresión en el adulto mayor

Ansiedad: Es un estado que se caracteriza por aprensión y síntomas objetivos de hiperactividad del sistema nervioso se relacionan con una amenaza potencial, real o imaginaria de peligro, a nuestra integridad física o psíquica. (UDS, 2022)

La ansiedad en un adulto mayor es un trastorno al que se le debe prestar especialmente atención, puesto que corre peligro, porque por su edad avanzada es as vulnerable a que le suceda algo física y psicológicamente su alteración nerviosa no le ayuda a que se pueda controlar además de que para un adulto de avanzada edad los sin tomas serían más fuertes ejemplo: el estado de angustia, miedo, inseguridad, inquietud provocara que el adulto se sienta mal quizás hasta físicamente.

Por ello es importante estar muy al pendiente de los cambios que él pueda tener para así poder dar un diagnóstico oportuno y descubrir que es los que le esté provocando y el adulto se sienta sí. Y poder descartar que otros trastornos psiquiátricos pudiera tener y así llegara hacer necesario el uso de fármacos. Por eso es muy importante que realice actividades como ejercicio físico, meditación o distraerse con algo de su agrado.

Depresión trastorno de salud mental que genera ansiedad y baja autoestima manifestando cambio en su estado de ánimo que interfiere con la vida diaria durante un tiempo prolongado. (UDS, 2022)

La falta de interés o importancia, el afecto, cariño y cuidado por parte de la familia, la/el enfermero o de las personas que rodean al adulto mayor, es lo que provoca que se deprima o le cause ansiedad al no sentirse útil, comprendido, y esto le provocaría sufrimiento, llanto, falta de sueño, cansancio, nerviosismo, etc. Por eso es vital que en vez de curar hay que prevenir apoyándolo, tratando de que realice alguna actividad que a él o ella le agrada y haga que se sienta bien y no corra ningún peligro, como por ejemplo que realice ejercicio; así como cuidar de su aseo personal, controlar el estrés, darle la confianza para que hable y diga lo que siente o piensa. O bien para saber que tratamiento hay que seguir y que no piense que tiene alguna otra enfermedad.

Tratar de que el ambiente que le rodea sea el adecuado para que el adulto mayor se sienta bien en todos los aspectos, esto con el fin de que no se provoque ansiedad mucho menos depresión, la paciencia hacia él es primordial para que se sienta en confianza o confié en quien está a su cuidado.

Conclusión.

Sin duda cuidar un adulto mayor es que no padezca depresión o ansiedad es algo que requiere de paciencia y conocimiento, puesto que las personas mayores no les gusta que los hagan sentir menos. Hay que hacerle ver que son muy importantes para todos que le rodean y hacerlo sentir útiles, estar al pendiente de ellos, y hacerlos sentir queridos y muy bien.

Bibliografía

Libro de submódulo II UDS

Sexto semestre

Técnico en enfermería

Bibliografía básica y complementaria

Cardoso Muños A. Martin Colmenero A funciones y actividades de enfermería geriátrica. En: Macías Núñez J. Geriátría desde el principio. 2ª ed. Barcelona glosa; 2005 p, 481-498.

Libro de E.M. Burns. Thomas Gracie; Banard Isaac; Carlos Cerquella (tl). Enfermería Geriátrica, 3ª imp. Ediciones Morata, S.L.2009

[https://www.msmanuals.com/es/hogar/enfermedades-cerebrales,-medulares-y-nerviosa/accidente-cerebrovasculares-acv/accidentes-isqu%C3%A9micos-transitorios-ait.](https://www.msmanuals.com/es/hogar/enfermedades-cerebrales,-medulares-y-nerviosa/accidente-cerebrovasculares-acv/accidentes-isqu%C3%A9micos-transitorios-ait)