



**PASIÓN POR EDUCAR**

**NOMBRE DE LA ALUMNA:** ALEJANDRA PÉREZ ÁLVAREZ

**NOMBRE DEL DOCENTE:** JUANA INES HERNANDEZ  
LOPEZ

**CUATRIMESTRE:** 6TO

**GRUPO:** "B"

**MATERIA:** ENFERMERIA GERONTOGERIATRICA

**ACTIVIDAD:** ACT. 1 GENERALIDADES DE GERIATRÍA

## ACT1. INVESTIGAR LOS SIGUIENTES CONCEPTOS

**Rango de edad del adulto mayor según la OMS:** Según la OMS, el término adulto mayor refiere a cualquier persona, sea hombre o mujer que sobrepase los 60 años de edad.

**Geriatría:** La geriatría es una rama de la medicina que estudia, previene, diagnostica y trata las enfermedades de las personas adultas mayores.

**Geriátrico:** Un geriátrico es una institución compuesta por médicos y enfermeros que se ocupa exclusivamente del cuidado y el tratamiento de los individuos ancianos.

**Gerontogeriatría:** La gerontología considera el estudio del envejecimiento desde los ámbitos biológico, psicológico y social.

**Vejez:** La vejez es un proceso fisiológico común a todos los seres humanos, y en ella se producen cambios físicos, psicológicos y sociales.

**Anciano:** Un anciano es un individuo de avanzada edad. Se trata de alguien que pertenece a la denominada tercera edad y que está próximo a la muerte, de acuerdo a la expectativa de vida que puede tener el ser humano.

## ACT2 REALIZAR UN LISTADO DE LOS SÍNDROMES GERIÁTRICOS MAS COMUNES, Y DESCRIBE LOS 4 GIGANTES DE LA GERIATRÍA.

Algunos síndromes son:

- Caídas
- Polifarmacia
- Incontinencia fecal
- Síndrome de Inmovilización.
- Síndromes respiratorios

LOS 4 GIGANTES DE LA GERIATRIA SON:

**-Síndrome de Inmovilización:** El síndrome de inmovilidad es una condición que limita la capacidad de una persona para moverse libremente, a menudo de forma involuntaria, debido a problemas físicos, funcionales o psicosociales.

La principal consecuencia de la inmovilización es la afectación de la vida de relación; la independencia y las actividades de la vida diaria, en general. A su vez afecta:

1. Rigidez articular y contracturas musculares.
2. Debilidad Muscular.
3. Estreñimiento.
4. Úlceras por presión.
5. Infecciones Respiratorias.
6. Dependencia.
7. Depresión, Inestabilidad y Caídas.
8. Aislamiento social.
9. Trombosis venosa y Arterial.

La prevención es el mejor tratamiento para este síndrome y para cualquier síndrome geriátrico. Por ello, los pacientes diagnosticados con cualquiera de estos síndromes deben iniciarse un programa de ejercicios lo antes posible. Por ejemplo:

1. Estimulación sensorial.
2. ejercicio muscular activa (isotónico e isométrico).
3. Movilizaciones pasivas de articulaciones.
4. Posicionamiento adecuado.
5. Reacondicionamiento cardiovascular.
6. Ejercicios de Fisioterapias respiratorias

**-Incontinencia fecal:** La incontinencia fecal es una pérdida de control de los esfínteres que puede hacer que las heces salgan involuntariamente por el recto. Esto puede ser un problema temporal, como cuando se experimenta diarrea, o puede ser una condición permanente para algunas personas.

La incontinencia puede tratarse eficazmente en la mayoría de los pacientes mediante una combinación de ejercicios para los músculos del suelo pélvico, medicación y/o cirugía.

**-Caídas:** La caída puede definirse como un descenso incontrolado hacia el suelo, que puede ir acompañado o no de pérdida de conciencia. Este síndrome tiene múltiples orígenes: enfermedades osteoarticulares, cardiovasculares, neuropsiquiátricas, causas extrínsecas (obstáculos físicos, calzado, casa, escaleras, etc.) y efectos secundarios de ciertos fármacos, principalmente.

Se pueden administrar diferentes tratamientos para recuperar las consecuencias de la caída. Sin embargo, lo más importante es evitar las caídas, fomentar la

movilidad y la autonomía. Estar alerta, utilizar gafas si es necesario, llevar un buen calzado o identificar qué medicamentos pueden provocarlas.

**-Compromiso intelectual (confusión, delirium, pérdida de memoria):** La pérdida de la memoria (amnesia) es el olvido inusual. La pérdida de memoria puede presentarse por un corto tiempo y luego resolverse (transitorio) o puede no desaparecer y, dependiendo de la causa, puede empeorar con el tiempo. En casos graves, tal deterioro de la memoria puede interferir con las actividades de la vida diaria.

## 1.2 VALORACIÓN GERIÁTRICA

La valoración geriátrica integral (VGI) es un instrumento que permite, dentro de la valoración clínica del paciente adulto mayor

### 1.3.1 CAMBIOS DEL ASPECTO FÍSICO

#### LA

Edad adulta temprana es la primera etapa de la edad adulta en la cual el cuerpo cambia físicamente. En esta etapa, la persona puede continuar añadiendo un poco de altura y peso a su marco adolescente. Este es el período en el que las mujeres suelen tener hijos, así que las mujeres ganan un poco de peso y terminan su desarrollo completo.

La edad adulta tardía es la etapa final de cambio físico. La piel continúa perdiendo elasticidad como lo hizo en la adultez media, resultando en líneas más profundas de expresión y arrugas. Manchas de la edad o manchas marrones en la piel, a menudo se forman. La vista se deteriora, lo que hace que muchas personas mayores necesiten gafas.



### 1.3.2 CAMBIOS DEL ASPECTO PSICOSOCIAL

#### LAS

Metas, las motivaciones principales y las preferencias también parecen cambiar; hay quienes plantean que la vejez incluso puede estimular el cambio de perspectivas materiales por otras más trascendentes.

Vejez con frecuencia conlleva otros cambios psicosociales importantes: la modificación de roles y posiciones sociales, la pérdida de relaciones estrechas, la práctica y el uso de nuevas tecnologías y una manera diferente de realizar las tareas que puede compensar la pérdida de algunas habilidades.



## **1.4 OSTEOPOROSIS**

La osteoporosis es una enfermedad que se caracteriza por una disminución de la densidad de los huesos a causa de la pérdida del tejido óseo normal. Esto conlleva una disminución de la resistencia del hueso frente a los traumatismos o la carga, con la consiguiente aparición de fracturas.

La osteoporosis no produce síntomas, no duele ni causa ninguna alteración en sí misma. Sin embargo, al producirse gran fragilidad en los huesos, aparecen con gran frecuencia fracturas óseas, que son las que condicionan los síntomas en estos enfermos.

## **1.5 ULCERA POR PRESIÓN**

Las úlceras por presión son áreas de piel lesionada por permanecer en una misma posición durante demasiado tiempo. Comúnmente se forman donde los huesos están más cerca de la piel, como los tobillos, los talones y las caderas

Para prevenir las úlceras:

- Mantenga la piel limpia y seca
- Cambie de posición cada dos horas
- Utilice almohadas y productos que alivien la presión

Las úlceras por presión tienen una variedad de tratamientos. Las úlceras más avanzadas se curan lentamente, de modo que lo mejor es el tratamiento anticipado.

## **UNIDAD II PROBLEMAS GERIATRICOS**

### **2.1 PROBLEMAS RESPIRATORIO**

Los problemas respiratorios se producen cuando el cuerpo es incapaz de adquirir el oxígeno que necesita. Se producen como consecuencia de una nariz tapada o a causa de la realización de ejercicio físico. Sin embargo, en algunos casos son síntomas de alguna enfermedad grave. Algunos tipos pueden ser:

- Problemas de los pulmones, como asma, enfisema o neumonía.
- Problemas en la tráquea y los bronquios.
- Enfermedades cardíacas que dificultan el bombeo de oxígeno al cuerpo.
- Ansiedad o ataques de pánico.
- Alergias.

#### **2.1.1 ASMA**

Es una enfermedad crónica que provoca que las vías respiratorias de los pulmones se hinchen y se estrechen. Esto hace que se presente dificultad para respirar como sibilancias, falta de aliento, opresión en el pecho y tos.

El asma es causada por hinchazón (inflamación) de las vías respiratorias. Cuando se presenta un ataque de asma, el recubrimiento de las vías respiratorias se inflama y los músculos que las rodean se tensionan. Esto reduce la cantidad de aire que puede pasar por estas.

Los síntomas de asma pueden ser provocados por la inhalación de sustancias llamadas alérgenos o desencadenantes, o por otras causas.

### **2.1.2 NEUMONÍA**

La neumonía es una infección del pulmón que puede ser causada por múltiples microorganismos (bacterias, virus y hongos). Las neumonías se clasifican según se adquieren en el día a día de una persona (neumonía adquirida en la comunidad) o en un centro sanitario (neumonía hospitalaria).

Cualquiera puede sufrir neumonía, y existen muchos factores que determinan que una persona sea más susceptible a infección por unos microorganismos u otros. Por ejemplo, en personas sanas, la neumonía más común es la producida por una bacteria llamada neumococo (*Streptococcus Pneumoniae*). En cambio, en personas ingresadas en centros hospitalarios, otras bacterias poco comunes en la comunidad son más frecuentes.

### **2.1.3 BRONQUITIS**

La bronquitis es una inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones. Las personas que tienen bronquitis suelen tener mucosidad espesa y, tal vez, decolorada. La bronquitis puede ser aguda o crónica.

La bronquitis aguda es muy frecuente y, a menudo, se produce a partir de un resfrío u otra infección respiratoria. La bronquitis crónica, enfermedad más grave, es una irritación o inflamación continua del revestimiento de los bronquios, en general, por fumar.

La bronquitis aguda, también conocida como «resfrío», suele mejorar a la semana o a los diez días sin efectos duraderos, aunque la tos puede permanecer durante semanas.

No obstante, si tienes episodios recurrentes de bronquitis, es posible que tengas bronquitis crónica, la cual requiere atención médica. La bronquitis crónica es uno de los trastornos de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica.

#### **2.1.4 EPOC**

La EPOC es una enfermedad pulmonar crónica común, prevenible y tratable que afecta a hombres y mujeres de todo el mundo.

En la EPOC, los bronquiolos sufren daños y se restringe el intercambio de gases. Varios procesos provocan el estrechamiento de las vías respiratorias, y pueden producirse destrucción de partes de los pulmones, obstrucción de las vías respiratorias a causa de las secreciones e inflamación del epitelio de las vías respiratorias.

#### **2.1.5 TUBERCULOSIS**

La tuberculosis es una enfermedad infecciosa y potencialmente seria que afecta principalmente los pulmones. La bacteria que causa la tuberculosis se contagia de persona a persona a través de pequeñas gotitas diseminadas en el aire al toser o estornudar.

Los signos y síntomas de la tuberculosis activa incluyen:

- Tos que dura tres semanas o más
- Tos con sangre o moco
- Dolor en el pecho o dolor al respirar o toser
- Pérdida de peso involuntaria
- Fatiga
- Fiebre
- Sudoraciones nocturnas
- Escalofríos
- Pérdida del apetito

