



**ALUMNA:**

Valeria García Victoria

**GRUPO:**

6 B

**CARRERA:**

Lic. Enfermería

**PROFESORA:**

Juana Inés Hernández López

Villahermosa, Tab, 17 de junio de 2022

**ALTERACIONES**

**GERIATRICAS**

# ÍNDICE

- Introducción
- Alteraciones de la termorregulación.
- Vértigo.
- Sincope
- Incontinencia urinaria
- Alzheimer
- Artritis reumatoide
- Artrosis
- Insuficiencia renal crónica
- Hipertensión arterial
- Conclusión

## INTRODUCCION

Para muchas personas la vejez es un proceso continuo de crecimiento intelectual, emocional y psicológico, en el cual se hace un resumen de lo que se ha vivido hasta el momento. O un período en el que se debería gozar de los logros personales y contemplarse los frutos del trabajo personal, útiles para las generaciones venideras. En lo personal considero que el envejecimiento es un proceso que comienza pronto en la persona, pues en general es una fase de la cual no nos damos cuenta y que afecta a todos y requiere una preparación, como la requieren todas las etapas de la vida.

Por ello como personal de enfermería que cuida de la salud de las personas en toda etapa de su vida es indispensable que conozcamos que es el envejecimiento, como afecta a la persona, que enfermedades, patologías o limitaciones con lleva dicha etapa final de la vida, y como tratarlas o que cuidados brindarle a la persona mayor para que dicha etapa final de su vida sea más dichosa, de lo que se espera que sea.

Por consiguiente, este trabajo se realiza con la finalidad de conocer todas aquellas patologías o alteraciones más comunes que afectan en la vejez a las personas mayores y que cuidados brindarles para mayor comodidad o su pronta recuperación según sea el caso.

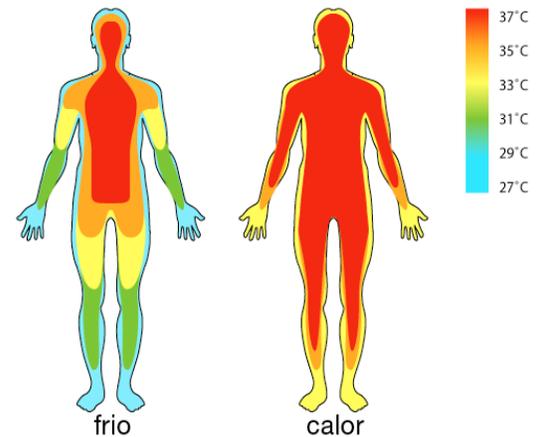
# ALTERACIONES DE LA TERMORREGULACIÓN

## ¿QUÉ SON?

En el organismo humano la temperatura corporal es de  $36,6 \pm 0,5^{\circ}\text{C}$ ; y para mantenerla se disponen de distintos mecanismos productores de calor, así como otros que consiguen pérdida de calor, para adaptarse a las condiciones ambientales. La termorregulación se compone de una serie de elementos que conectan el sistema nervioso central y periférico. El sistema regulador central se encuentra en el hipotálamo en el que hay dos regiones, posterior y anterior, que asumen las funciones de producción y pérdida de calor, respectivamente

Existen dos situaciones caracterizadas por aumento de temperatura corporal, que conviene diferenciar:

- **Fiebre:** el aumento de temperatura se debe a una regulación transitoria por parte del centro regulador hipotalámico, que funciona adecuadamente.
- **Hipertermia:** el incremento de la temperatura corporal, no encuentra adecuada respuesta en el hipotálamo, o bien, la respuesta de éste es inadecuada a la situación concreta, por lo que se considera patológica en todo caso. Este ascenso de temperatura



## PRINCIPALES TRASTORNOS HIPERTÉRMICOS

- **Exantema por calor:** Se caracteriza por la inflamación y bloqueo de las glándulas sudoríparas, debido a la sudoración abundante en ambientes poco ventilados y de alta humedad relativa.
- **Calambres por calor:** Se caracteriza por un incremento de la temperatura corporal, no producido por la actividad física. Los calambres musculares se deben a una pérdida excesiva de sodio, que produce disfunción muscular
- **Síncope por calor:** El organismo responde al aumento de temperatura ambiental con vasodilatación periférica y sudoración profusa que provocan un descenso de la tensión arterial y de la volemia, lo que determina una disminución de la perfusión cerebral que da lugar al síncope
- **Golpe de calor:** Se trata del cuadro de mayor gravedad potencial, constituyendo un síndrome de afectación sistémica multiorgánica, secundaria a la hipertermia no compensada, por disfunción de los mecanismos reguladores. La temperatura corporal alcanza los  $40^{\circ}\text{C}$  y no siempre es debido a causas ambientales.
- **Hipertermia maligna:** Es un síndrome hipermetabólico de carácter hereditario, que afecta fundamentalmente al músculo esquelético; está inducido por fármacos o situaciones de estrés, generalmente fármacos anestésicos. Se caracteriza por contracciones musculares intensas, aumento brusco de temperatura y conduce a colapso cardiovascular.
- **Síndrome neuroléptico maligno:** Se debe a una alteración en los neurotransmisores centrales, que ocurre en sujetos predispuestos tras el uso de neurolépticos.

## PRINCIPALES TRASTORNOS POR DESCENSO DE LA TEMPERATURA CORPORAL

- **Hipotermia accidental:** Aunque ya se ha comentado que puede ocurrir en casi cualquier circunstancia y edad, las causas más frecuentes parecen ser la exposición al frío, el uso de fármacos depresores del sistema nervioso central y la hipoglucemia.
- **Congelaciones:** Las lesiones localizadas por efecto del frío (congelaciones), constituyen una de las patologías más frecuente que se dan en los practicantes del montañismo de gran altitud, provocando desde daños menores a extensas amputaciones.



# VERTIGO

## ¿QUE ES?

Se conoce como vértigo a la sensación subjetiva de movimiento, de giro del entorno o de uno mismo o de precipitación al vacío sin que exista realmente. Se acompaña normalmente de náuseas, pérdida del equilibrio (mareo) y sensación de desmayo inminente. El vértigo se relaciona casi siempre con una alteración del sistema vestibular, que se halla dentro del oído interno y coordina el mantenimiento del equilibrio, así como nuestra postura. El vértigo puede ser momentáneo o durar horas o incluso días.



## TIPOS

Los vértigos se pueden clasificar de muy diversas formas. Una de ellas se basa en la localización de la enfermedad que lo causa y los divide en periféricos y centrales.

- **El vértigo periférico** es el causado por la afectación del laberinto (oído interno) y nervio vestibular (el que lleva la información del equilibrio desde el oído interno al cerebro), y es el más frecuente. Los pacientes suelen presentar además pérdida de audición y zumbidos, presión y dolor en el oído.
- **El vértigo central** es debido a la alteración de los mecanismos neurológicos del propio sistema vestibular. En estos casos es frecuente la existencia de alteraciones de la marcha y postura con inestabilidad muy llamativa, visión doble, problemas para la deglución, cefalea intensa, etc.

## SIGNOS Y SINTOMAS

Las manifestaciones clínicas más frecuentes son la sensación de que el cuarto en el que está el paciente y los objetos se mueven y están girando, o que el propio cuerpo está en movimiento. Eso puede ir acompañado de inestabilidad, náuseas, vómitos, sudoración y palidez.

Otros síntomas que pueden aparecer incluyen:

- Pérdida de audición (hipocausia).
- Ruidos en uno de los dos oídos (acufeno o tinnitus).
- Sensación de taponamiento del oído

Algunos menos frecuentes son:

- Caídas bruscas o síncope.
- Intolerancia al ruido.
- Mareo crónico en espacios abiertos con mucho estímulo visual, como centros comerciales.

## TRATAMIENTO

El tratamiento dependerá de la causa que lo produce. Como la enfermedad de Menière es producida por una alteración del oído interno, para su tratamiento, el paciente debe seguir en primer lugar una dieta baja en sal y eliminar líquidos, ya que, al acumularse en el oído interno, ocasionan el vértigo.

# SINCOPE

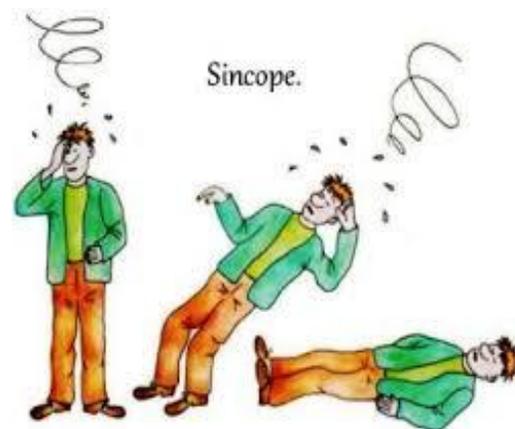
## ¿QUE ES?

El síncope es una pérdida brusca y temporal de la conciencia y del tono postural, de duración breve y con recuperación espontánea. El síncope se produce por una disminución transitoria del flujo sanguíneo al cerebro. Es un problema frecuente en la población general.

## SIGNOS Y SINTOMAS

Antes de desmayarte por un síncope podrías sentir lo siguiente:

- Piel pálida
- Aturdimiento
- Visión de túnel: el campo de la visión se estrecha hasta ver solo lo que está enfrente
- Náuseas
- Sensación de calor
- Sudor frío y húmedo
- Visión borrosa



## CAUSAS

Las causas del síncope pueden ser muy diversas; desde cardiovasculares como las arritmias, hasta neurovasculares, como las migrañas. Un desmayo puede ocurrir mientras o después de que la persona:

- Tosa muy fuerte
- Esté defecando u orinando
- Haya estado parado en un lugar durante mucho tiempo
- Incorporarse repentinamente

## DIAGNOSTICO

El médico determinará si la persona simplemente se desmayó o si sucedió algo más. Si alguien presenció el desmayo puede ser muy útil su explicación de lo ocurrido. Los exámenes que puede ordenar el médico pueden ser:

- Análisis de sangre para saber si es anemia
- Monitoreo del ritmo cardíaco
- Ecocardiografía
- Electrocardiografía
- Electroencefalografía
- Monitoreo Holter.

## PREVENCION

No siempre puedes evitar un episodio de síncope. Si sientes como si fueras a desmayarte, recuéstate y levanta las piernas. Esto permite que la gravedad mantenga el flujo de sangre al cerebro. Si no puedes recostarte, siéntate y coloca la cabeza entre las rodillas hasta que te sientas mejor.

# INCONTINENCIA URINARIA

## ¿QUE ES?

La incontinencia urinaria es la pérdida involuntaria de orina sin control del llenado y vaciado de la vejiga urinaria, acompañado, en ocasiones, de un fuerte deseo de orinar.

## ETIOLOGIA

- **Metabólicas:** Diabetes mellitus
- **Ginecológicas:** Atrofia de toda la mucosa vaginal, prolapso uterino y multiparidad
- **Urológicas:** Hipertrofia prostática benigna
- **Neurológicas:** Alzheimer, Parkinson, delirium, hidrocefalia

## TIPOS

- **Esfuerzo:** Ocurre cuando el estrés o la presión sobre la vejiga le hacen perder orina. Esto puede pasar al toser, estornudar, reír, levantar algo pesado o realizar actividad física.
- **Urgencia:** Ocurre cuando tiene una fuerte necesidad de orinar y algo de orina se escapa antes de que pueda llegar al baño.
- **Por rebosamiento:** Ocurre cuando la vejiga no se vacía por completo. Esto hace que quede demasiada orina en la vejiga. Su vejiga se llena demasiado y pierde orina. Esta forma de incontinencia urinaria es más común en los hombres. Algunas de sus causas incluyen tumores, cálculos renales, diabetes y ciertos medicamentos.
- **Funcional:** Ocurre cuando una discapacidad física o mental, problemas para hablar o algún otro problema le impide llegar al baño a tiempo.

## TRATAMIENTO

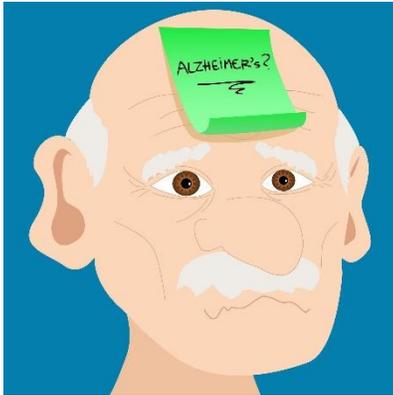
Los anticolinérgicos son los medicamentos recetados con mayor frecuencia para la incontinencia de urgencia. Estos relajan los músculos de la vejiga y ayudan a reducir la cantidad de veces que necesita orinar.

## AUTOTRATAMIENTO

Hacer ejercicios para el suelo pélvico, evitar la cafeína y usar ropa interior absorbente puede ayudar a reducir la incontinencia urinaria. El reentrenamiento de la vejiga, que consiste en aumentar gradualmente el tiempo hasta orinar, también puede ayudar.



# ALZHEIMER



## ¿QUE ES?

El Alzheimer es la forma más común de demencia, un término general que se aplica a la pérdida de memoria y otras habilidades cognitivas que interfieren con la vida cotidiana. La enfermedad de Alzheimer es responsable de entre un 60 y un 80 por ciento de los casos de demencia.

## ETIOLOGIA

La etiopatogenia de la enfermedad de Alzheimer es múltiple. Es hereditaria entre el 1% y el 5% de los casos (enfermedad de Alzheimer genética) por transmisión autosómica dominante de alteraciones en los cromosomas 1, 14 o 21 (Proteína Precursora de Amiloide, APP), con una edad de presentación generalmente anterior a los 65 años.

## SIGNOS Y SINTOMAS

### Los signos que indican la enfermedad de Alzheimer pueden incluir:

- Cambios en la personalidad
- Deterioro en la capacidad de movimiento o al caminar
- Dificultad para comunicarse
- bajo nivel de energía
- perdida de memoria
- Cambios de estado de animo

### Los síntomas pueden incluir:

- Problemas de memoria, que los demás percibieron
- Condiciones del estado de ánimo como depresión, ansiedad, irritabilidad o apatía
- Bajo rendimiento en pruebas cognitivo

## TRATAMIENTO

El tratamiento de los síntomas de la enfermedad de Alzheimer puede brindar bienestar, dignidad e independencia a las personas con esta enfermedad durante un período de tiempo más prolongado.

- La galantamina
- la rivastigmina
- y el donepezilo
- Que son inhibidores de colinesterasa.

La memantina, un antagonista del N-metil D-aspartato (NMDA), su efecto principal de este medicamento es la disminución de los síntomas, lo que podría permitir que algunas personas mantengan ciertas funciones diarias durante un poco más de tiempo que sin el medicamento.

## ETAPAS

ETAPA 1 Enfermedad de Alzheimer leve	ETAPA 2 Enfermedad de Alzheimer moderada	ETAPA 3 Enfermedad de Alzheimer grave
A medida que la enfermedad de Alzheimer avanza, las personas tienen una mayor pérdida de memoria y otras dificultades cognitivas.  Los problemas pueden incluir:	En esta etapa, el daño ocurre en las áreas del cerebro que controlan el lenguaje, el razonamiento, el pensamiento consciente y el procesamiento sensorial, como la capacidad de detectar correctamente sonidos y olores.	En última instancia, las placas y los ovillos se extienden por todo el Cerebro, y el tejido cerebral se reduce considerablemente.

# ARTRITIS REUMATOIDE

## ¿QUÉ ES?

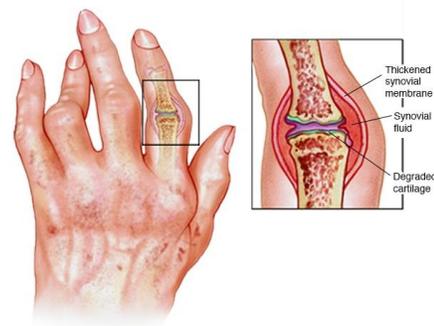
La artritis reumatoide es una artritis inflamatoria en la que las articulaciones, entre las que se suelen incluir las de manos y pies, se inflaman, dando lugar a hinchazón, dolor y frecuentemente destrucción articular. En algunas personas, la afección puede dañar distintos sistemas corporales, incluida la piel, los ojos, los pulmones, el corazón y los vasos sanguíneos.

## ETIOLOGIA

La artritis reumatoide es una enfermedad autoinmunitaria. Generalmente, tu sistema inmunitario ayuda a proteger el cuerpo de una infección o de una enfermedad. En la artritis reumatoide, el sistema inmunitario ataca el tejido sano en las articulaciones.

## SIGNOS Y SINTOMAS

- Dolor articular en reposo y al moverse, junto con sensibilidad, hinchazón y calor en la articulación
- Rigidez articular que dura más de 30 minutos
- Cansancio inusual o poca energía
- Fiebre baja ocasional
- Pérdida de apetito.



© MARY FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED.

La artritis reumatoide puede presentarse en cualquier articulación, pero ocurre con más frecuencia en las muñecas, las manos y los pies.

## TRATAMIENTO

La artritis reumatoide no tiene cura. Pero los estudios clínicos indican que la remisión de los síntomas es más probable cuando el tratamiento comienza temprano

### FARMACOS

- Medicamentos antiinflamatorios no esteroides
- Esteroides
- Medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad convencionales

### TERAPIA

El médico puede derivarte a un terapeuta ocupacional o fisioterapeuta que puede enseñarte ejercicios para mantener flexibles las articulaciones.

### CIRUGÍA

Si los medicamentos no evitan ni retrasan el daño en las articulaciones, tú y el médico pueden considerar la cirugía para reparar las articulaciones dañadas.

# ARTROSIS

## ¿QUÉ ES?

La osteoartritis o artrosis es la enfermedad degenerativa articular más frecuente, caracterizada por la destrucción del cartílago hialino que recubre las superficies óseas. El cartílago es un tejido que hace de amortiguador al proteger los extremos de los huesos y que favorece el movimiento de la articulación. Cuando se desarrolla la artrosis, dicho cartílago pierde sus propiedades. Puede incluso llegar a desaparecer, haciendo que los extremos de ambos huesos rocen directamente, produciendo dolor.

## SIGNOS Y SINTOMAS

- Dolor articular.
- Deformidad articular.
- Inflamación en las articulaciones.
- Rigidez.



## FACTORES DE RIESGO

Sea o no conocida la causa última de la enfermedad, sí que podemos hablar de una serie de factores estrechamente ligados a su desarrollo:

- **Factores sistémicos:** sexo, edad, herencia, osteoporosis (estado hormonal).
- **Factores locales:** obesidad, inestabilidad articular (laxitud, deformidades), traumatismos repetidos, sobrecarga articular (ocupacional...).
- **Factores genéticos:** existe una serie de genes estrechamente asociados al desarrollo de la artrosis que pueden estudiarse mediante un simple test de saliva.

## TRATAMIENTO

Las terapias actualmente disponibles son:

Tratamiento no farmacológico: la fisioterapia, el ejercicio aeróbico (natación, paseo).

Tratamiento farmacológico: como primera opción, el paracetamol. Como antiinflamatorios no esteroideos se tiende a emplear los inhibidores de la COX-2 (celecoxib y rofecoxib). En algunos momentos pueden ser otros analgésicos como el tramadol o la codeína.

El sulfato de glucosamina y el condroitín sulfato estimulan la síntesis de matriz extracelular del cartílago y parece que ejercen un control moderado sobre el dolor articular, si bien los estudios realizados no muestran resultados totalmente definitivos. Los corticoides intraarticulares pueden ser eficaces en casos puntuales.

El ácido hialurónico y los factores de crecimiento plaquetario intra-articulares sirven para tratar aquellos pacientes con una artrosis refractaria al tratamiento médico al tener un efecto analgésico-antiinflamatorio y protector del tejido.

# INSUFICIENCIA RENAL CRONICA

## ¿QUE ES?

La insuficiencia renal crónica consiste en el deterioro progresivo e irreversible de la función renal. Cuando el filtrado glomerular - filtrado de la sangre en el riñón- cae por debajo del 25 al 35% empiezan a aumentar la urea y la creatinina, pudiendo estar los pacientes relativamente asintomáticos o bien presentando anemia, hipertensión arterial, poliuria y nicturia.



## SIGNOS Y SINTOMAS

- **Alteraciones electrolíticas:** se producen anomalías en los niveles de diferentes electrolitos como el potasio y el bicarbonato.
- Manifestaciones cardiovasculares: hipertensión arterial, que se encuentra hasta en el 80% de los pacientes con insuficiencia renal crónica terminal.
- **Alteraciones gastrointestinales:** anorexia, náuseas y vómitos. Un signo característico es el fétor urémico, olor amoniacal producido por los metabolitos nitrogenados en la saliva.
- **Alteraciones hematológicas:** un signo precoz en la evolución de una insuficiencia renal crónica es la anemia,
- **Alteraciones neurológicas:** es típica la aparición de la encefalopatía urémica, que se manifiesta como una alteración cognitiva que va desde una dificultad para concentrarse hasta el coma profundo. También puede aparecer una polineuropatía que al principio es sensitiva pero que, si avanza, se hace también motora.
- **Alteraciones osteomusculares (osteodistrofia renal):** se manifiesta por dolores óseos, deformidades (reabsorción de falanges distales en dedos), fracturas y retraso del crecimiento en niños.
- **Alteraciones dermatológicas:** el signo característico es el color pajizo de la piel, producido por la anemia y por el acúmulo de urocromos. El prurito (picor) es también muy frecuente y muy molesto.
- **Alteraciones hormonales:** en el hombre provoca fundamentalmente impotencia y oligospermia (disminución en la producción de espermatozoides). En la mujer provoca alteraciones en ciclo menstrual y frecuentemente amenorrea (falta de menstruaciones).

## TRATAMIENTO

Es importante iniciar el tratamiento de la insuficiencia renal precozmente con el fin de evitar complicaciones, prever secuelas a largo plazo y ralentizar en la medida de lo posible la progresión de la enfermedad (protegiendo la función renal residual).

- Control dietético: Restricción del consumo de sal, proteínas, alimentos ricos en fósforo y en potasio.
- Fármacos: Protectores de la función renal: inhibidores de la enzima de conversión de la angiotensina.

# HIPERTENSION ARTERIAL

## ¿QUE ES?

La hipertensión arterial es una enfermedad crónica en la que aumenta la presión con la que el corazón bombea sangre a las arterias, para que circule por todo el cuerpo. El sobrepeso y la obesidad pueden aumentar la presión arterial, sube los niveles de glucosa en la sangre, colesterol, triglicéridos y ácido úrico, lo que dificulta que la sangre fluya por el organismo.

## SIGNOS Y SINTOMAS

La mayoría de las personas que padecen de hipertensión arterial no lo saben, porque no tienen ningún síntoma, pero hay quien puede presentar:

- Dolor de cabeza intenso
- Mareo
- Zumbido de oídos
- Sensación de ver lucecitas
- Visión borrosa
- Dolor en el pecho y/o lumbar
- Tobillos hinchados



## TRATAMIENTO

Después de ser diagnosticado con hipertensión arterial, se recomienda:

- Tomarte la presión diariamente y apuntarla para llevar un control y poder mostrárselo al médico
- Ir a consulta de manera periódica, para que te tomen la presión y den medicamento
- Llevar una alimentación baja en grasas y sal
- Bajar de peso (si padeces obesidad o sobrepeso)
- Caminar mínimo 30 minutos al día
- Aprender a controlar el estrés
- Dejar de fumar
- Evitar tomar alcohol

## RECOMENDACIONES

- Para controlar la hipertensión arterial es necesario que realices cambios en tu estilo de vida, ya que de eso dependerá que la presión se mantenga estable o controlada y se podrán evitar complicaciones
- Llevar el control de tu medicamento puede resultar un poco más fácil con el uso de un pastillero, donde separes tus pastillas por horas y días de la semana
- La hipertensión arterial forma parte del Síndrome Metabólico, junto con la diabetes mellitus tipo 2, el colesterol alto, triglicéridos altos, el ácido úrico elevado y una cintura mayor de 88 cm en mujeres y de 102 cm en hombres

## CONCLUSION

En conclusión, como se analizó antes el envejecer es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable. Este proceso es impreciso. Nos vamos dando cuenta de él por el reconocimiento de nuestro cuerpo cambiante, del espejo, de la mirada del otro y de la exclusión de la sociedad en la mala interpretación del proceso productivo. Y posteriormente como dicho proceso gradual comprendimos que es inevitable que en esta etapa de la vida se padezcan enfermedades o patologías de acuerdo a la edad, donde algunas son tratables y curables, mientras otras simplemente son intratables o sin cura alguna, como es el caso de artritis que es una enfermedad autoinmune muy común en esta etapa de la vida, que no tiene cura, aunque es tratable, pero que es muy dolorosa. Asimismo, otra enfermedad es el Alzheimer que, aunque no es una enfermedad dolorosa en sentido físico, sí que es una enfermedad degenerativa y lamentable que hace dependiente de otro a la persona, y que desafortunadamente no tiene cura.

Por consiguiente, es importante que como personal de enfermería no solo seamos eficientes en cuanto a brindarles los mejores cuidados físicos a los pacientes ya sean niños, jóvenes o adultos mayores, si no también al momento de brindarles nuestra empatía, nuestro apoyo emocional o espiritual para un adecuado confort y una pronta recuperación, pues a diferencia de lo que muchos creen, la mayoría de las personas de la tercera edad conservan un grado importante de sus capacidades, tanto físicas como mentales, cognitivas y psíquicas.