



**Nombre del alumno: Pamela Guadalupe Rueda
Ramirez.**

**Nombre del profesor: Lic. Juana Inés Hernández
López**

**Nombre del trabajo: Resumen de las alteraciones
geriátricas**

Materia: Enfermería Gerontogeriatrica

Grado: 6to Cuatrimestre

Villahermosa, Centro, Tabasco a

17 de junio del 2022

INTRODUCCIÓN

El término geriatría designa a la atención médica de los ancianos, un grupo etario que no es sencillo definir con precisión. Se refiere el término "persona mayor" a "anciano", pero ambos son igual de imprecisos, > 65 años es la edad que se suele usar, pero la mayoría de las personas no necesitan atención geriátrica hasta los 70, 75 o incluso 80 años. La gerontología es el estudio del envejecimiento, e incluye sus cambios biológicos, sociológicos y psicológicos.

El envejecer implica una serie de cambios antes ya mencionados, que las personas no están preparadas a enfrentar, estos cambios conllevan al aumento de los problemas de salud y las limitaciones comunes de la tercera edad.

Entre estos problemas de salud se encuentran alteraciones y síndromes denominados "geriátricos" que son el conjunto de síntomas y signos que pueden ser manifestados por una o diversas patologías, que frecuentemente se entrelazan, producen en su interrelación una gran cantidad de morbilidad, deterioro de la autonomía y por ende la muerte.

Por ello, en este presente resumen se abordan alteraciones más comunes que padecen los pacientes geriátricos y el principal objetivo como enfermeros es decir que lo más importante para nosotros como profesionales es la conservación de la autonomía y autovalía del adulto mayor utilizando abordajes que integren las alteraciones de mayor prevalencia y aquellas que condicionaran dependencia.

ALTERACIONES DE LA TERMORREGULACIÓN

La termorregulación es la capacidad del cuerpo para establecer y mantener su temperatura, regulando producción y pérdida de calor para optimizar la eficiencia de procesos metabólicos.

El hipotálamo es el órgano encargado de la termorregulación y responsable de mantener la temperatura corporal constante aumentando o disminuyendo la frecuencia respiratoria y la sudoración.

Las alteraciones más comunes de la termorregulación son:

- En la hipotermia accidental existe un descenso de la temperatura del organismo por debajo de los 35°C, generalmente asociada a la exposición a temperaturas ambientales bajas.
- La hipertermia se produce un aumento de la temperatura, bien por aumento de la producción de calor o bien por una alteración en la eliminación del mismo.
- Los síndromes de mayor trascendencia clínica son los trastornos por exposición al calor, hipertermia maligna, síndrome neuroléptico maligno y síndrome serotoninérgico.

Prevención:

- Optar por comidas ligeras y saludables
- Hidratarse
- Evitar exposición física en horas centrales
- Tomar baños y duchas con agua fresca
- Utilizar ropa transpirable

Tratamiento:

- Oxígeno: es posible que recibas oxígeno a través de una mascarilla.
- Refrigeración del cuerpo.
- Hidratación.
- Líquidos extra.

- Atención médica complementaria.

VÉRTIGO

Es una sensación giratoria repentina que se manifiesta de forma interna o externa, y que suele producirse al mover la cabeza rápidamente, puede tener causas que no se deben a una enfermedad subyacente. Por ejemplo, girar en círculos o efectos secundarios de medicamentos.

Factores de riesgos:

Físicos: diabetes, medicamentos recetados o tratamientos, condiciones médicas como fatiga, ritmo cardíaco anormal etc.

Psicológicos: ansiedad, estrés y depresión.

Desencadenantes: fumar, falta de ejercicio, consumo excesivo de alcohol, abuso de sustancias y mala alimentación.

Tipos de vértigo:

Central: predomina la sensación de mareo y de inestabilidad, tiene un comienzo lento y gradual de los síntomas.

Periférico: predomina la sensación de rotación del medio, tiene un comienzo brusco y súbito de los síntomas.

Prevención:

- Llevar una dieta saludable
- Realizar actividad física al menos 30 minutos al día
- Evitar consumir cafeína, exceso de alcohol, azúcar y sal
- Evitar el estrés
- Consumir suplementos multivitamínicos

Tratamiento:

No levantarse bruscamente puede aliviar el vértigo, Para mejorar el equilibrio, también puede ayudar usar bastón.

Farmacológico: antihistamínicos, anticolinérgicos, simpaticomiméticos y tranquilizantes suaves.

SÍNCOPE

Desmayo o pérdida temporal y súbita de la conciencia.

Fisiopatología

La mayoría de los síncope son consecuencia de una irrigación cerebral insuficiente. Algunos casos se presentan con flujo sanguíneo adecuado, pero con aporte insuficiente de sustratos al cerebro (oxígeno, glucosa o ambos).

Factores de riesgos:

- Sobrecaentamiento
- La deshidratación
- La sudoración excesiva
- El agotamiento o la acumulación de sangre en las piernas debido a cambios repentinos de postura.

Síntomas:

- Pérdida Inminente De La Conciencia,
- Náuseas
- Sudoración
- Visión Borrosa O "En Túnel"
- Hormigueos En Los Labios O Los Dedos
- Dolor Torácico O Palpitaciones.

Tipos de síncope:

- Vasovagal
- Por dolor
- Tusígeno
- Cardiogénico
- Postprandial

- Miccional
- Cerebrovascular
- Ortostático
- Hipersensibilidad del seno carotideo

Autotratamiento:

Acostarse o sentarse con la cabeza entre las rodillas puede ayudar a evitar el desmayo. Tensar los músculos de las piernas cuando estás de pie también puede ayudar, pero se recomienda evitar estar parado durante mucho tiempo, si es posible.

INCONTINENCIA URINARIA

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.

Etiología:

- 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.

- **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

Es un trastorno cerebral que destruye lentamente la memoria y la capacidad de pensar y, con el tiempo, la habilidad de llevar a cabo las tareas más sencillas.

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
- pérdida de memoria
- Cambios de estado de animo
- problemas de atención y orientación
- Incapacidad de resolver operaciones aritméticas sencillas

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 cognitivas

Etapas:

ETAPA 1: Enfermedad de Alzheimer leve

ETAPA 2: Enfermedad de Alzheimer moderada

ETAPA 3: Enfermedad de Alzheimer grave

Factores de riesgos:

- Traumatismo craneano
- Depresión
- Síndrome de Down
- Factores genéticos
- Historia familiar
- Nutrición
- Educación
- Sexo femenino
- Edad

Tratamiento:

síntomas de leves a moderados

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.

síntomas de moderados a graves

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.

ARTRITIS REUMATOIDE

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.

Signos y síntomas:

- 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.

Factores de riesgo:

- El sexo.
- Edad.
- Antecedentes familiares.
- Tabaquismo.
- Sobrepeso.

Tratamiento:

- **Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos:** Los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos pueden aliviar el dolor y reducir la inflamación.

- **Esteroides:** los medicamentos corticosteroides, como la prednisona, reducen la inflamación y el dolor, y retrasan el daño articular.
- **Medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad convencionales.** Estos medicamentos pueden retrasar el avance de la artritis reumatoide y evitar que las articulaciones y otros tejidos sufran daños permanentes.

INSUFICIENCIA RENAL CRONICA

Es la pérdida de glándula y progresiva de la capacidad de los riñones para eliminar desechos concentrar la orina y conservar los electrolitos.

Etiología:

- Diabetes
- Hipertensión arterial
- Enfermedad glomerular

Cuadro clínico:

- Proteinuria
- Fatiga
- Náuseas y vomito
- Edema
- Comezón

Diagnostico:

- Examen de orina
- Ultrasonido renal

Tratamiento:

- Diálisis
- Hemodiálisis
- Trasplante de riñón

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.

Generalmente, la hipertensión se define como la presión arterial por encima de 140/90 y se considera grave cuando está por encima de 180/120.

Síntomas:

En algunos casos, la presión arterial elevada no presenta síntomas. Si no se trata, con el tiempo, puede provocar trastornos de la salud, como enfermedades cardíacas y derrames cerebrales.

Los pacientes que son sintomáticos presentan:

- Dolor de cabeza fuerte.
- Náuseas o vómitos.
- Confusión.
- Cambios en la visión.
- Sangrado nasal.

Factores de riesgos:

- Consumo excesivo de sal
- Dietas ricas en grasas saturadas y grasas trans e ingesta insuficiente de frutas y verduras
- La inactividad física
- El consumo de tabaco y alcohol
- El sobrepeso o la obesidad.

Tratamiento:

Hacer cambios en el estilo de vida, que incluyen: Seguir una dieta saludable para el corazón con menos sal. Hacer actividad física con regularidad. Mantener un peso saludable o bajar de peso, si tienes sobrepeso u obesidad.

CONCLUSIÓN

Como bien sabemos el objetivo primordial de la Geriátría, es lograr el mantenimiento y la recuperación funcional de la persona mayor para conseguir el máximo nivel de autonomía e independencia.

Por eso, que es importante reconocer en la práctica profesional la presentación particular de las enfermedades en el adulto mayor, ya que en la actualidad es de vital importancia la atención a estos pacientes, así mismo saber identificarlos por medio de sus signos y síntomas y después aplicar el cuidado correcto en sus alteraciones y síndromes geriátricas apelando sus características, brindándole una excelente recuperación y un buen estado de salud.