



**Nombre del alumno: Roxana Daniela  
Perez Mendez.**

**Nombre del profesor: Mtra. Juana  
Ines Hernandez Lopez**

**Materia: Enfermería gerontogeriatrica.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del trabajo: alteraciones  
geriátricas.**

**Licenciatura: Enfermería.**

# Introducción.

El envejecimiento es parte del ciclo vital de las personas. Es bien sabido que el adulto mayor, forma parte de un grupo poblacional que se considera en estado de vulnerabilidad, con mayor riesgo de tener problemas de salud, así como complicaciones. El envejecimiento no es solo el aspecto físico si no también es el deterioro inevitable en la función de los órganos que se ocasiona con el tiempo, en el envejecimiento encontramos complicaciones geriátricas, sobre todo en los sistemas más vulnerables, las enfermedades se comienzan a presentar y van deterioraron al anciano conforme pasa el tiempo, ahí diversas complicaciones geriátricas pero hay más comunes tales como son el Alzheimer o vértigo, síncope, incontinencia urinaria, artritis reumatoide, la hipertensión arterial que a menudo acompaña a muchas enfermedades en los adultos mayores tal como la insuficiencia renal crónica. La enfermedad no se debe considerar como parte inseparable del envejecimiento, sin embargo, cuando se identifica una alteración en el estado de salud, es importante conocer los trastornos que giran alrededor del adulto mayor para así poder brindarle la ayuda necesaria, aunque se sabe que no podemos evitar estas enfermedades mucho menos eliminarlas, pero si podemos disminuirlas y mantenerles en un nivel donde el paciente se sienta mejor. Ahora bien necesitamos informarnos y saber de estas enfermedades para poder ayudar al adulto mayor es por eso que a continuación, veremos algunas de las enfermedades que se puede presentan en la vejez, para ir conociéndolas y ver que tanto pueden afectar en la vida del adulto mayor, al igual conoceremos sus síntomas y posibles tratamientos para que dicha enfermedad no mantenga al paciente en un deterioro completo de su calidad de salud.

## ***Alteraciones de la termorregulación.***

A medida que envejecemos, los cambios en el cuerpo se hacen más notorios. La termorregulación es un proceso base del cuerpo humano. Al alcanzar la tercera edad, la temperatura corporal que puede cambiar de manera drástica.

Durante el proceso de envejecimiento, la piel adelgaza y el sistema regulador que controla la temperatura del cuerpo se vuelve menos eficiente. Esto causa que el cuerpo de las personas mayores no responda correctamente a la exposición de cambios bruscos de temperatura.

Ciertas enfermedades y patologías, como la demencia, pueden incentivar los cambios de temperatura corporal en las personas mayores.

**Cuidados mayores:** mantener la temperatura corporal adecuada

Los cuidadores deben ir con especial cuidado con los cambios de temperatura. Los cuadros de hipertermia y los golpes de calor ponen en grave peligro la salud y el bienestar de nuestros mayores.

Es muy importante asegurarnos de que nuestro mayor lleva la ropa adecuada para salir a la calle. Debemos mantener la casa a una temperatura agradable.

Para evitar la hipotermia es muy importante contar con la ropa de abrigo necesaria y pasear bajo el sol. Para evitar la hipertermia debemos hidratar al mayor frecuentemente (mínimo 2 litros de agua diarios) y resguardarlo durante las horas de más calor.

La dieta, el ejercicio y los hábitos juegan un papel muy importante en la temperatura

## ***Vértigo.***

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. Es una sensación muy molesta que normalmente viene acompañada de náuseas, pérdida del equilibrio (mareo) y sensación de desmayo inminente.

## **¿Cuáles son los síntomas habituales del vértigo?**

Los síntomas habituales del vértigo son la sensación de giro de objetos, inestabilidad, incapacidad para realizar actividades normales y náuseas.

Cuando ocurre una crisis de vértigo, el paciente se encuentra en una situación muy incapacitante y requiere tratamiento médico inmediato.

## **¿Quién puede padecerlo?**

En los ancianos, se presentan cuadros de vértigo multisensorial que puede evolucionar hacia una inestabilidad crónica. En estos casos, los tres sistemas del equilibrio que tienen que coordinarse en el cerebro (vista, oído y articulaciones) fallan.

## **Tipos de vértigo**

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.

## **¿Cómo se diagnostica el vértigo?**

En la patología del vértigo y de los trastornos del equilibrio es especialmente importante una correcta historia clínica que permita avanzar en el diagnóstico y representa una de las partes más importantes de la consulta de estos enfermos.

Se presta especial atención a la limitación que el vértigo genera para el desarrollo de actividades diarias de la vida del paciente, intentando valorar y determinar el grado de discapacidad que la enfermedad produce para el paciente y su familia.

La exploración se realiza a continuación y consiste en una minuciosa exploración otorrinolaringológica que abarca oído, fosas nasales, nasofaringe, cavidad oral y laringe.

## **¿Cómo se trata el vértigo?**

Cuando el cuidado de la alimentación no resulta efectivo, hay que acudir al tratamiento médico.

Existen diversos fármacos que se indican según las características del paciente:

Diuréticos: al eliminar agua, se reduce la cantidad existente en el oído interno, para poder reducir la sensación de vértigo. De esta manera, mejora la audición y desaparece el resto de los síntomas.

Betahistina: es un fármaco de mucha eficacia cuyo efecto es aumentar la circulación en el oído interno y reducir la excitabilidad de las neuronas vestibulares sin somnolencia. El recambio de líquido es más rápido y el acúmulo, menor.

Otros, como los antagonistas del calcio y los protectores celulares frente a agentes tóxicos locales (trimetazidina), resultan de gran importancia en el mecanismo implicado en el desarrollo de enfermedades con vértigo, pérdida de audición y acúfenos.

## ***Sincope.***

### **¿Qué es el síncope?**

El síncope, conocido también como desmayo, es la pérdida de la conciencia durante un período breve. Es un problema frecuente en la población general. El paciente pierde el conocimiento de manera brusca sin síntomas previos.

### **¿Qué síntomas presenta?**

Antes de desmayarse la persona puede sentir debilidad o náuseas. Además, puede tener la sensación de que la visión se está constriñendo (visión del túnel) o que los ruidos se van desvaneciendo en el fondo.

### **Causas del síncope o por qué se produce.**

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

Haya estado parado en un lugar durante mucho tiempo

Incorporarse repentinamente

### **¿Se puede prevenir?**

No hay ningún fármaco que prevenga la aparición de estos desmayos. Pero si la persona es propensa a padecer síncope, debe incorporarse de forma lenta para evitar marearse.

### **¿En qué consiste el tratamiento?**

Su tratamiento consiste en mantener al paciente con las piernas elevadas y la cabeza baja en un lugar bien ventilado y sin aglomeraciones.

El tratamiento depende de la causa del desmayo. El médico determinará si la persona simplemente se desmayó o si sucedió algo más.

## ***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. 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.

### **Tratamientos.**

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.

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.

## ***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. En algunas personas, la afección puede dañar distintos sistemas corporales, incluida la piel, los ojos, los pulmones, el corazón y los vasos sanguíneos.

## **Etiología.**

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 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.

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

## **Factores de riesgo.**

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

## **Tratamientos.**



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.

## ***Alzheimer.***

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.

### **Etiología.**

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 síntomas.**

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 ánimo
- ❖ 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
- ❖ síntomas de leves a moderados

## **Tratamientos.**

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.

## ***Artrosis.***

La artrosis (osteoartritis) es un tipo de artritis que solo afecta las articulaciones, usualmente en las manos, las rodillas, las caderas, el cuello y la parte inferior de la espalda. Es el tipo más común de artritis.

En una articulación sana, los extremos de los huesos están cubiertos con un tejido suave y resbaloso llamado cartílago. El cartílago protege los huesos y les ayuda a deslizarse fácilmente cuando mueve la articulación. Con la artrosis, el cartílago se rompe y se vuelve áspero. En ocasiones, todo el cartílago se desgasta y los huesos se frotan entre sí, y pueden crecer protuberancias de hueso adicional en el área de la articulación llamadas espolones óseos.

### **¿Cuáles son los síntomas de la artrosis?**

La artrosis afecta a las personas de diferentes maneras y no todas tienen dolor. Los síntomas más comunes son:

- Dolor cuando se mueve, que a menudo mejora con el descanso
- Rigidez, especialmente durante los primeros 30 minutos después de levantarse del descanso
- Inflamación de las articulaciones, especialmente después de usar mucho la articulación
- Menos movimiento de lo normal en la articulación
- Una articulación que se siente floja o inestable

### **¿Qué causa la artrosis?**

Los investigadores no están seguros de la causad de la artrosis. Se piensa que podría ser causada por una combinación de factores en el cuerpo y el medio ambiente. Su probabilidad de desarrollar artrosis aumenta con la edad. También se sabe que algunas personas tienen más probabilidades de desarrollarla que otras.

### **¿Quién tiene más probabilidades de tener artrosis?**

Las cosas que lo hacen más propenso a desarrollar artrosis incluyen:

- **Envejecimiento:** La artrosis puede ocurrir a cualquier edad, pero la probabilidad de contraerla aumenta en adultos de mediana edad y mayores. Después de los 50 años, es más común en mujeres que en hombres
- **Tener sobrepeso:** El peso extra ejerce más presión sobre las articulaciones
- **Tener una lesión o cirugía anterior en una articulación:** Esta suele ser la causa de la osteoartritis en los adultos más jóvenes
- **Realizar muchas actividades que usan en exceso la articulación:** Esto incluye deportes con muchos saltos, giros, carreras o lanzamientos
- **Tener una articulación que no se alinea correctamente**
- **Antecedentes familiares de artrosis:** Algunas personas heredan cambios genéticos que aumentan su probabilidad de desarrollar osteoartritis

## **¿Cómo se diagnostica la artrosis?**

No existe una prueba específica para la osteoartritis. Para saber si la tiene, su profesional de la salud:

- Le preguntará acerca de sus síntomas e historia clínica
- Hará un examen físico
- Puede usar radiografías u otras pruebas de diagnóstico por imágenes para observar sus articulaciones
- Puede ordenar pruebas de laboratorio para asegurarse de que un problema diferente no esté causando sus síntomas

## **¿Cuáles son los tratamientos para la artrosis?**

El objetivo del tratamiento de la artrosis es aliviar el dolor, ayudarle a moverse mejor y evitar que empeore.

En general, el tratamiento comienza con:

Ejercicios para mejorar la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio

Si es necesario, pérdida de peso para mejorar el dolor, especialmente en las caderas o las rodillas

Aparatos ortopédicos o plantillas para zapatos (órtesis) que un profesional de la salud le ajusta

Puede comprar algunos analgésicos y cremas para la artritis sin receta médica. Si bien pueden ser útiles, es mejor hablar con su profesional de la salud sobre usarlos. Si no ayudan lo suficiente, su proveedor puede recetarle inyecciones (infiltración) en la articulación o analgésicos recetados.

Para algunas personas, las terapias complementarias pueden ayudar. Un masaje puede aumentar el flujo de sangre y traer calor al área. Algunas investigaciones muestran que la acupuntura puede ayudar a aliviar el dolor de la osteoartritis. Las cosas simples como el calor y el hielo también pueden ayudar. Si ninguno de estos tratamientos ayuda lo suficiente, la cirugía puede ser una opción. Usted y su profesional de la salud pueden decidir si puede servir.

## ***IRC (insuficiencia renal crónica).***

La Insuficiencia Renal Crónica (IRC) consiste en el deterioro progresivo e irreversible de la función renal. Es decir, los riñones pierden lentamente su capacidad para eliminar toxinas y controlar el volumen de agua del organismo.

### **Síntomas de la Insuficiencia Renal Crónica.**

- ❖ Disminución de la cantidad de orina
- ❖ Retención de líquidos, lo que provoca hinchazón o entumecimiento de las manos, la cara y las piernas
- ❖ Cansancio
- ❖ Anemia
- ❖ Picor de la piel
- ❖ Sabor metálico, mal gusto de boca
- ❖ Pérdida del apetito
- ❖ Náuseas y vómitos
- ❖ Hipertensión arterial
- ❖ Mayor sensibilidad al frío

- ❖ Dificultad para respirar o disnea

## **Causas y factores de riesgo de la Insuficiencia Renal Crónica**

Las causas más frecuentes de insuficiencia renal crónica son:

Hipertensión arterial. La hipertensión daña los vasos sanguíneos más pequeños de los riñones impidiendo que el filtrado del riñón funcione correctamente.

Diabetes. Si la diabetes no se controla de forma adecuada, el azúcar se acumula en la sangre, reduciendo la capacidad de filtrado de los riñones.

Es muy frecuente que un paciente presente hipertensión arterial y diabetes, por lo que el daño sobre los riñones se incrementa. El control adecuado de la hipertensión arterial y la diabetes enlentece la progresión de la enfermedad renal crónica y disminuye el riesgo cardiovascular.

## **Diagnóstico de la Insuficiencia Renal Crónica.**

La enfermedad renal crónica o insuficiencia renal crónica se diagnostica mediante la medida en una muestra de sangre de los niveles de creatinina y de urea o BUN, que son las principales toxinas que eliminan nuestros riñones. Además, se realizan analíticas de la orina para conocer exactamente la cantidad y la calidad de orina que se elimina. Con estos resultados, se calcula el porcentaje global de funcionamiento de los riñones (Filtrado Glomerular (FG)) que va a determinar el grado de su insuficiencia renal.

## **Tratamiento de la enfermedad renal.**

Si tus riñones no pueden eliminar los desechos y el líquido por sí mismos, y manifestaste una insuficiencia renal total o parcial, entonces padeces una enfermedad renal en etapa terminal. En este punto, necesitas diálisis o un trasplante de riñón.

- Diálisis. La diálisis elimina los desechos y el exceso de líquido de la sangre artificialmente cuando los riñones ya no pueden hacerlo. En la hemodiálisis, una máquina filtra los desechos y el exceso de líquido de la sangre.

En la diálisis peritoneal, un tubo delgado que se inserta en el abdomen llena la cavidad abdominal con una solución para diálisis que absorbe los desechos y el líquido excedente. Luego de un tiempo, la solución para diálisis sale del cuerpo y se lleva los desechos.

- Trasplante de riñón. Un trasplante de riñón consiste en colocar un riñón sano de un donante en tu cuerpo mediante una cirugía. Los riñones trasplantados pueden ser de donantes vivos o fallecidos.

Después de un trasplante, deberás tomar medicamentos durante el resto de tu vida para evitar que el cuerpo rechace el órgano nuevo. No es necesario recibir diálisis para necesitar un trasplante de riñón.

## ***HTA.***

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.

### **Síntomas.**

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/ Recomendaciones.**

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

## **Conclusión.**

Como conclusión podemos ver que el adulto mayor es una de las principales personas que necesitan más de servicios médicos ya que debido a la cantidad de enfermedades que pueden adquirir durante su vejez necesitarán llevar un tratamiento o evitar ciertas enfermedades llevando un control para mantener su calidad de vida mejor.

También debemos tener en cuenta que podemos ofrecerle a un adulto mayor un envejecimiento saludable esto implica mantener la salud de las personas mayores y conseguir que permanezcan autónomas e independientes el mayor tiempo posible, por este motivo es necesario abordar la salud desde una perspectiva preventiva y transversal que se incorpore a todas las capacidades relacionadas con las personas mayores.

Es por eso que la geríatrica se encarga de ofrecer al adulto mayor una calidad de vida mejor y así ellos poder incorporarse a vivir una vida donde puedan realizar tareas que los mantengan en un estado de bienestar.