



Mi Universidad

Supernota

Nombre del Alumno: Clara Elisa Encino Vázquez

Nombre del tema: Sx geriaticos

Parcial: IV

Nombre de la Materia: Geriatria

Nombre del profesor: Dr. Darinel Navarro

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

Cuatrimestre-Semestre

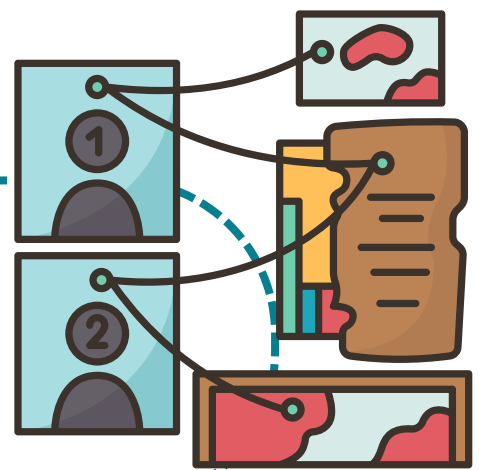
San Cristóbal de las Casas. 27 de junio del 2024

¿Que es Sarcopenia?

El termino sarcopenia describe la perdida progresiva y generalizada de masa, fuerza y función muscular, asociada comúnmente al envejecimiento.

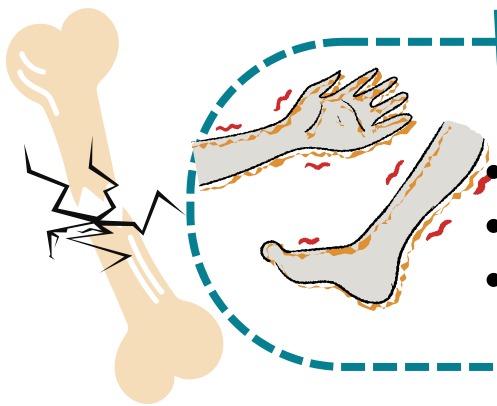
Epidemiologia

Hoy en dia se cuenta con una escasa evidencia en estudios para valorar la incidencia y prevalencia



Factores de riesgo

- Mayor riesgo de caidas
- Mayor riesgo de fracturas
- Mayor dependencia funcional



Diagnostico

- Exploracion de la marcha
- Prueba podsiadio
- El SPPB
- Medida de la fuerza de presion



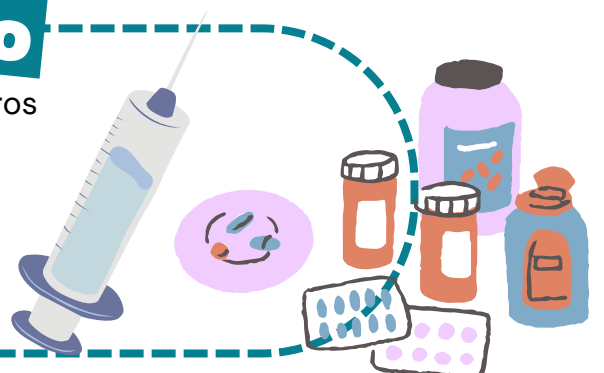
Prevencion

Se debe enfocar la atencion en la nutricion y aumentar la ingesta diaria de proteina y actividad fisica a edades tempranas



Tratamiento

- Tx sustivo con testosterona u otros anabolizantes
- Tx sustitutivo con hormona de crecimiento humano
- Ejercicio fisico de resistencia
- Tx nutricional



¿Que es

Desnutricion?



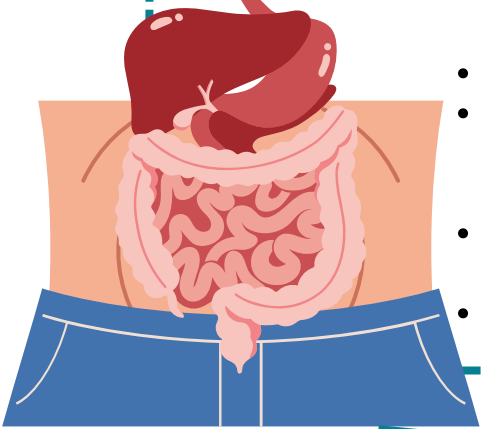
Definicion

Se define malnutrición como la alteración de la composición corporal por privación absoluta o relativa de nutrientes que produce la disminución de los parámetros nutricionales



Causas

- Cambios fisiológicos del envejecimiento
- Enfermedades digestivas
- Dependencia en act. instrumentales: incapacidad para comprar, preparar o servirse comidas adecuadas por alteración
- Fármacos
- Enf. cuyo tratamiento obliga a restricciones y modificaciones en la dieta habitual
- Presencia de síntomas desencadenados por la ingesta
- Alteraciones bucales



Diagnostico

- Cuestionarios y escalas: Determine, MNA, VGS, SCALES y LAP (5)
- Valoración individual
- Historia y exploración clínica
- Antropometría



Prevencion

Se debe enfocar la atencion en la nutricion y aumentar la ingesta diaria de proteina y actividad fisica a edades tempranas



Tratamiento

- Medidas de manejo nutricional
- Prescripción de ejercicio físico
- Suplementos orales
- Nutrición enteral
- Alimentación básica adaptada





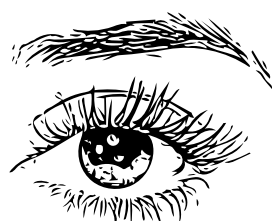
¿Que es inestabilidad y caídas

Las caídas e inestabilidad en la tercera edad pueden provocar lesiones en partes blandas y fracturas, problemas para ponerse de pie, limitaciones funcionales y síndrome poscaída.

Factores de riesgo

Intrínsecos: determinados por los cambios fisiológicos de la edad

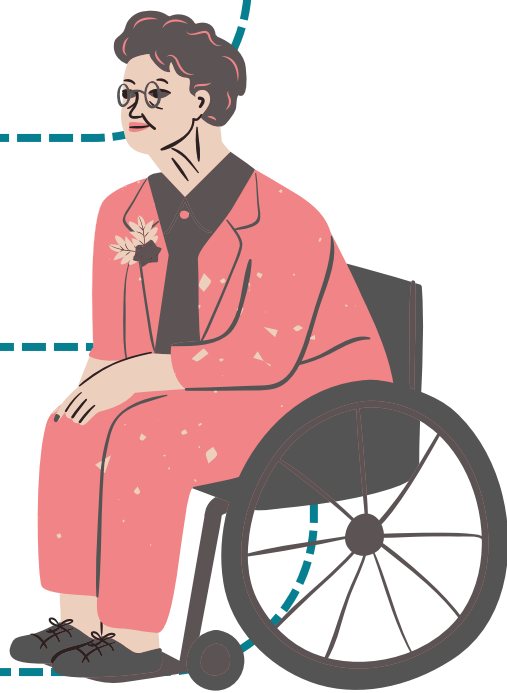
- Disminución de la agudeza visual
- Enfermedades Agudas o **Crónicas**
- Polimedicación
- **Aspectos Psicosociales**
- Alteraciones mecánicas



Factores de riesgo

Extrínsecos: llamados factores ambientales del entorno

- **Sedentarismo**
- Transporte



Diagnostico

- Exploracion de la marcha
- Estudio neurologico
- Exploracion fisica

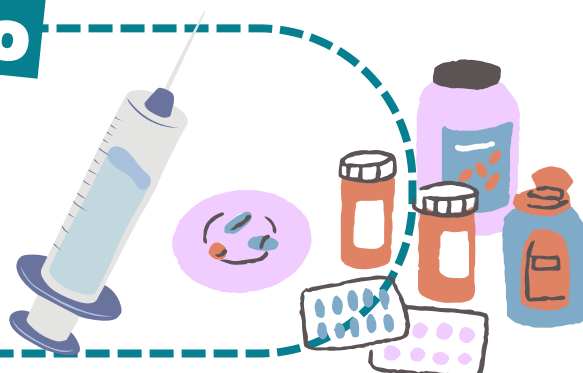


Prevencion

Fomentar la movilidad y la autonomía. Estar alerta, utilizar gafas si se requiere, usar un buen calzado o identificar qué medicamentos pueden provocar las caídas

Tratamiento

- Se aplicará el tratamiento más efectivo para remediar las consecuencias derivadas de la caída.



Bibliografía

- **file:///C:/Users/clara/Downloads/S35-05%2022_II%20(2).pdf**
- **<https://www.geriaticarea.com/2020/05/02/la-nutricion-un-aliado-en-el-abordaje-de-los-sindromes-geriatricos/>**
- **<https://www.fisioterapia-online.com/articulos/que-es-la-sarcopenia-y-su-tratamiento>**
- **<https://zonanusac.wixsite.com/nusac/post/sarcopenia>**
- **<https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/inestabilidad-y-caidas/>**