



*Nombre del Alumno* Jose Antonio Borrallés Morales

*Nombre del tema* Cambios físicos y psicosociales en el adulto mayor

*Parcial* 1

*Nombre de la Materia* Submodulo I

*Nombre del profesor* María José Hernández Méndez

*Nombre de la Licenciatura* Enfermería

*Cuatrimestre* 6to semestre

# Cambios físicos y psicológicos en el adulto mayor

## Cambios físicos

La masa muscular disminuye y aumenta su infiltración grasa, asociado a disminución progresiva de la fuerza. El aumento de grasa corporal, especialmente visceral, participaría en una mayor resistencia insulínica que asociada a la disminución de la masa de células beta facilitaría el desarrollo de diabetes.

## Cambios psicosociales

Los síntomas psicológicos más comunes incluyen nerviosismo, ansiedad, tensión, cólera, irritación y depresión. Influencias indirectas sobre la salud. Claramente, lo que la gente haga o se abstenga de hacer y el modo como responda a los cambios de vida y los retos puede afectar directamente su salud.



# Bibliografía

<https://www.gob.mx/inapam/articulos/cambios-psicosociales-del-envejecimiento>