

Nombre: Cristal Alejandra Hernández Robler



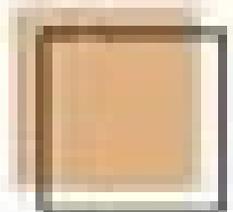
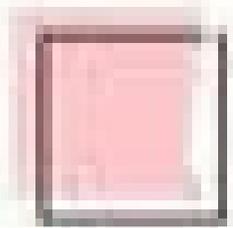
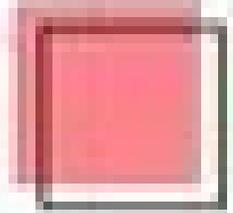
Docente: Julibeth Martínez Guillén

Unidad 2 - 6to A

Materia: Nutrición en Adulto mayor

Actividad: Mapa conceptual

Antología de UDS 2024, Nutrición en Adulto Mayor, Unidad 2



ADULTO MAYOR

SON

Las personas que envejecen de múltiples maneras

DEPENDIENDO

De las experiencias, eventos cruciales y transiciones afrontadas durante sus cursos de vida

IMPLICAN

Los procesos de desarrollo y deterioro en el adulto mayor

Generalmente, una persona mayor es una persona de 60 años de edad o más.

CAMBIOS ANATOMICOS

Se producen en los huesos, músculos y articulaciones al envejecer

DISMINUYEN

La elasticidad y aumenta la laxitud, lo que hace más profundas las líneas de expresión (arrugas)

Aparece vello facial en mujeres y el vello nasal en hombres. Cada 10 años se pueden ver una disminución de la altura aproximadamente de 2cm

DISMINUYEN

La velocidad de crecimiento de uñas y pelo y aparecen las canas, que reflejan pérdida de función de los melanocitos.

CAMBIOS FISIOLÓGICOS

El envejecimiento es el efecto del simple paso del tiempo y son universales y progresivos

SE ACOMPANA

Con inactividad física, disminución de la movilidad, entretencimiento de la marcha, reducción de la capacidad de realizar ejercicios de resistencia

Esto Implica que las modificaciones morfológicas y fisiológicas, con afectación de todos los sujetos y sistemas orgánicos

CAMBIOS

Posturales (mayor flexión de cadera y rodillas), disminución de la altura de los cuerpos vertebrales y alteración de los discos intervertebrales.