



MAPA CONCEPTUAL

*Nombre del Alumno: Brayan
Velasco Hernandez*

Parcial: 2do

*Nombre de la Materia: NUTRICION
EN EL ADULTO MAYOR*

*Nombre del profesor: Julibeth
Martinez Guillen*

*Nombre de la Licenciatura:
Nutricion*

Cuatrimestre: 6to

CAMBIOS ANATÓMICOS Y FISIOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR

El envejecimiento es un proceso paulatino que implica una serie de modificaciones morfológicas y fisiológicas a través del tiempo; este proceso entraña una variación considerable entre los individuos y sus propios aparatos y sistemas

OLFATO Y GUSTO

Aunque existe cierta polémica el envejecimiento afecta el sentido del gusto, hay un acuerdo general en cuanto a que el gusto y el olfato normalmente son normales a los 60 años

Los cambios psicológicos, sociales y económicos relacionados con el envejecimiento suelen afectar de una forma u otra a la alimentación y/o a la fisiología de la nutrición modificando la dieta, el patrón alimentario y el estado nutricional del individuo

VISIÓN

- Disminuye el tamaño de la pupila, menor transparencia y mayor espesor del cristalino, lo que provoca que llegue menor cantidad de luz a la retina y empeore la visión lejana.
- Disminuye la agudeza visual y la capacidad para discriminar colores

HUESOS

Cerca de los 40 años, varones y mujeres empiezan a perder masa ósea de manera gradual; esta pérdida se ve acelerada en las mujeres después de la menopausia

CAMBIOS ENDOCRINOLÓGICOS

Se sabe que la glicemia en ayunas y postprandial va aumentando sobre los 60 años, pero en límites que no llegan a ser diabéticos. Se produce una cierta pérdida de la sensibilidad a la insulina periférica, demostrable mediante la prueba de tolerancia a la glucosa

AUDICIÓN

- Menor agudeza para las frecuencias altas (tonos agudos), lo que deteriora la capacidad para discriminar palabras y comprender conversaciones normales. Esta es la causa de que una persona mayor tenga más problemas en oír las voces femeninas, ya que suelen ser más agudas

ADIPOSIDAD

La época entre los 20 y 64 años se asocia con un equilibrio de energía positivo, con aumentos de peso y adiposidad y con una disminución de la masa muscular

CAMBIOS EN EL TRACTO GASTROINTESTINAL

El envejecimiento produce cambios importantes a lo largo del tracto gastrointestinal: en general, los procesos digestivos y de absorción son más lentos, ya que hay pérdida de la superficie de absorción, lo que puede repercutir especialmente en la absorción de vitaminas y oligoelementos

FACTORES PSICOLÓGICOS

La pérdida de memoria es la principal queja del adulto mayor, ya que todas las funciones mentales sufren deterioro con la edad; los factores que interactúan conjuntamente asociadas a la última etapa de la vida son problemas relacionados con las pérdidas, trastornos físicos y mentales

BIBLIOGRAFÍA

LA INFORMACIÓN DE ESTE TRABAJO FUE SACADA DE LA
ANTOLOGÍA QUE LE CORRESPONDE A LA MATERIA DE
NUTRICION EN EL ADULTO MAYOR
EN LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN DE LA UDS.

[HTTPS://PLATAFORMAEDUCATIVAUDS.COM.MX/ASSETS/DOCS/LIBRO/LNU/43BD306F0758383992A191D92A419D6E-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.PDF](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/43BD306F0758383992A191D92A419D6E-LC-LNU604%20NUTRICION%20EN%20EL%20ADULTO%20MAYOR.PDF)

