



# NUTRICIÓN EN EL ADULTO MAYOR

CAMBIOS LIGADOS AL ENVEJECIMIENTO QUE INFLUYEN EN LA NUTRICIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES



MAESTRA: JULIBETH MARTINEZ  
GUILLEN.  
ALUMNA: KAROL FIGUEROA  
MORALES.

# CAMBIOS EN EL ENVEJECIMIENTO

## APARIENCIA

- Encanecimiento del cabello
- Calvicie
- Arrugas
- Resequedad de la piel

## SALUD BUCAL

- Caries
- Edentulismo

## APARATO DIGESTIVO

- Mala absorción intestinal
- Motilidad intestinal alterado
- Estreñimiento
- Anemia
- Multiplicación de flora bacteriana
- Disfagia

## METABOLISMO Y COMPOSICIÓN CORPORAL

- Desnutrición
- Aumento de tejido adiposo
- Disminución del apetito
- Hipercolesterolemia
- Reducción GEB
- Sarcopenia
- Inmunosupresión
- Disminución de la tolerancia a la glucosa

## SISTEMA CARDIOVASCULAR Y RESPIRATORIO

- Hipertensión
- Taticardia aun en reposo
- Disminución de la capacidad pulmonar u oxigenación

## SISTEMA NERVIOSO Y ALTERACIONES PERCEPTUALES

- Confusión mental
- Disminución de la capacidad de atención
- Respuestas retardadas
- Memoria visual disminuida
- Reducción de la capacidad auditiva/olfativa/gustativa
- Disminución de la sensibilidad táctil

## SISTEMA MUSCULO ESQUELETICO/ ALTERACIONES MOTRICES

- Disminución de la A.F
- Pérdida de la flexibilidad
- Disminución de la coordinación motriz
- Acortamiento de la columna
- Disminución de la densidad osea

## REPRODUCCIÓN

- Pérdida de la actividad sexual
- Climaterio
- Pérdida de fertilidad

BIBLIOGRAFÍA: Apuntes de libreta (2024)