



Nombre del alumno: Yazmin Guadalupe Aguilar Aguilar.

Nombre del tema: Super nota.

Nombre de la materia: Enfermería gerontogeriatrica.

Nombre del profesor: María José Hernández Méndez.

Nombre de la licenciatura: Licenciatura en enfermería.

Cuatrimestre: 6.

Comitán de Domínguez, Chiapas a 14 de julio de 2024.

EDAD ADULTA.

*Cambios físicos:

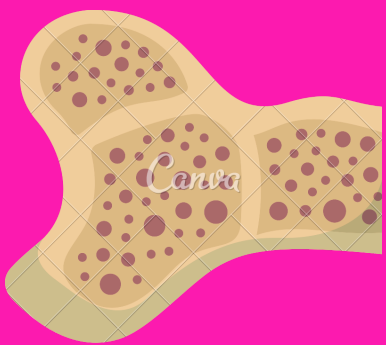
Envejecimiento orgánico:

En algunos órganos, las células mueren y no son reemplazadas; por lo tanto, el número de células disminuye. La disminución del funcionamiento de un órgano, afecta los demás.



Huesos:

Los huesos tienden a volverse densos, y como consecuencia provoca osteopenia u osteoporosis.



Las vértebras:

Se vuelven menos densas, y las almohadillas de tejido (discos) entre ellas pierden fluido y se vuelven finas, haciendo que la columna vertebral se acorte. (Por lo tanto la estatura disminuye).



Los ligamentos:

Que unen las articulaciones, y los tendones, que unen los músculos a los huesos, se vuelven menos elásticos, por lo que las articulaciones se notan rígidas o duras. Por consiguiente, la mayoría de las personas pierden flexibilidad.



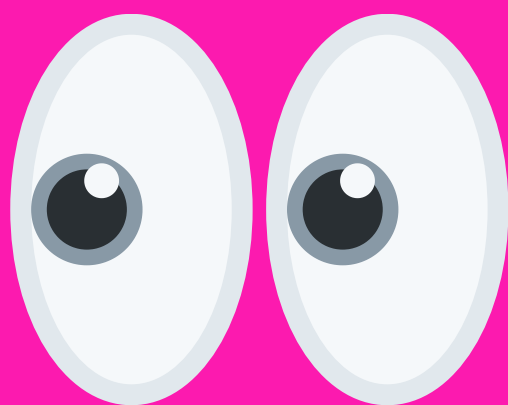
Tejido muscular:

El tejido muscular (masa muscular) y la fuerza muscular tienden a disminuir a partir, aproximadamente, de los 30 años. No reducen la masa muscular y la fuerza más de un 10 o 15%, aproximadamente, durante la vida adulta.



En los ojos:

Pierde enfoque, la pupila reacciona lentamente ante luz, no percibe bien colores, disminuye la visión a profundidad y se notan secos debido a que produce menos líquido.



Oídos:

Cada vez es más difícil escuchar sonidos agudos. Pierden audición poco a poco.

Boca:

Disminuye la sensibilidad de los receptores del gusto localizados en la lengua. La boca se nota seca más a menudo, en parte porque se produce menos saliva. Además, la sequedad de boca reduce la capacidad de degustar los alimentos.



Nariz:

El olfato disminuye gradualmente, la nariz tiende a hacerse más alargada y grande, y la punta tiende a inclinarse. Pueden crecer pelos gruesos en la nariz, el labio superior y la barbilla.



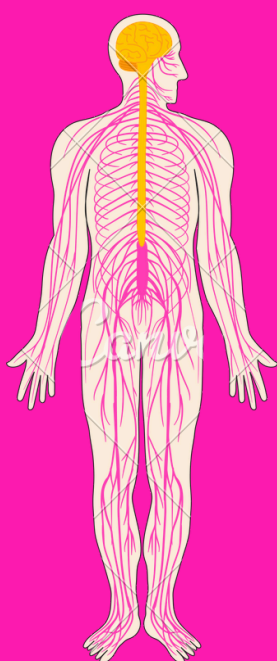
Dientes:

Son más propensos a la descomposición y a la formación de caries, con lo que aumenta la probabilidad de perder piezas dentales.



Piel:

Se vuelve más fina, menos elástica, más seca, y forma arrugas finas. Sin embargo, la exposición a la luz solar durante años también contribuye mucho a la formación de arrugas y a que la piel sea áspera y tenga manchas.

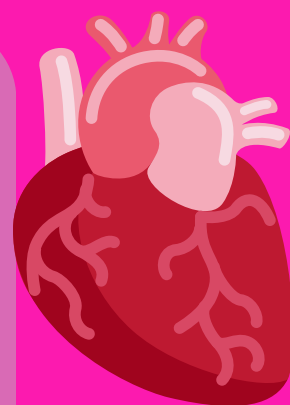


Sistema nervioso:

Reduce el número de células nerviosas del cerebro. Con la edad, los nervios conducen las señales más lentamente.

Corazón y vasos sanguíneos:

El corazón se llena de sangre más lentamente; las arterias se vuelven menos capaces de responder a las variaciones de la cantidad de sangre que pasa por ellas y, por consiguiente, la presión arterial suele ser más alta.



Pulmones:

Se vuelven menos aptos para combatir las infecciones, en parte porque las células encargadas de eliminar de las vías respiratorias los desechos que contienen microorganismos pierden parte de su capacidad funcional.



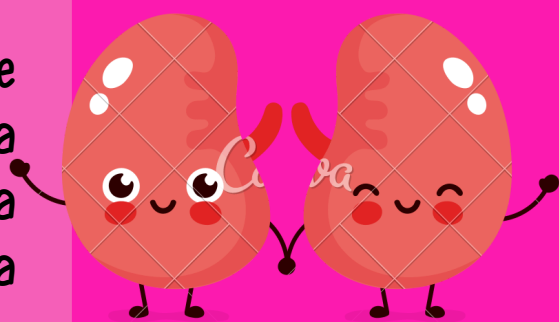
Aparato digestivo:

Los músculos esofágicos se contraen con menor fuerza, pero la movilidad de los alimentos en el esófago no resulta afectada. Los alimentos son eliminados más lentamente por el estómago que, además, no puede retener grandes cantidades de comida ya que es menos elástico. Pero en la mayoría de las personas, estas modificaciones son tan leves que no llegan a notarse.



Riñones:

Suelen reducir de tamaño, los músculos de la vejiga se debilitan, por lo cuál queda gran cantidad de orina después de la micción, el esfinter pierde capacidad para cerrarse, la uretra se acorta y en hombres la próstata se agranda.



Aparato reproductor en mujer:

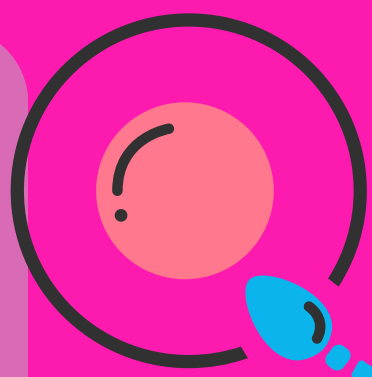
Los tejidos de la vagina se vuelven más finos, más secos y menos elásticos.

Los senos se vuelven menos firmes y más fibrosos, por lo que tienden a perder su turgencia.



Aparato reproductor en hombres:

Los niveles de testosterona disminuye, lo que conlleva una menor producción de espermatozoides y una disminución del deseo sexual. Las erecciones pueden no durar tanto tiempo, ser algo menos rígidas, o requerir mayor estimulación para mantenerse.



Cambios psicológicos.

Atención:

Las personas mayores son menos precisas al iniciar las tareas, pero su grado de acierto no se reduce más que el de los jóvenes a medida que pasa el tiempo.



Memoria:

La memoria a corto plazo de tipo pasivo no parece verse afectada por la edad excepto por un pequeño descenso en la velocidad de recuperación de la información.



Inteligencia:

La inteligencia cristalizada, que hace referencia al conocimiento acumulado y a su manejo, no deja de aumentar a lo largo de la vida, excepto si se padece un trastorno mnésico. En cambio la inteligencia fluida, asociada a la eficiencia de la transmisión neuronal y otros factores biológicos, muestra un deterioro intenso al menos desde los 70 años.



Creatividad:

Mantiene e incluso mejora con el paso del tiempo en las personas que la ejercitan. No obstante, entre quienes no son especialmente creativas tal capacidad es inferior en la vejez que en edades más tempranas.





Bibliografía:

UDS. 2024. Antología de Enfermería gerontogeriatrica. PDF.

