



Mi Universidad

SUPERNOTA

Nombre del Alumno: Gumaro Antonio Osorio Delfín

Nombre del tema: Medidas preventivas generales en el adulto mayor (nivel primaria, secundaria y terciaria)

Parcial: 1° Parcial

Nombre de la Materia: Enfermería del adulto

Nombre del profesor: Cecilia de La Cruz Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6° Cuatrimestre

Medidas preventivas generales en el adulto mayor (nivel primaria, secundaria y terciaria)

En los adultos mayores, la prevención se enfoca sobre todo en prevenir enfermedades, la fragilidad, los accidentes (es decir, lesiones no intencionales), las complicaciones iatrogénicas y los problemas psicosociales y el mantenimiento de la capacidad para realizar las actividades de la vida diaria. No todos los ancianos se benefician con todas las medidas preventivas.

PREVENCIÓN PRIMARIA. En prevención primaria las actuaciones van orientadas a evitar la aparición de patologías, hacia la promoción de la salud y la educación sanitaria.

- En el anciano debe ser una continuación del estilo de vida saludable aprendido y desarrollado desde la infancia, pero adaptado a la situación actual: ingesta hídrica y dieta adecuada (nutritiva, sabrosa, variada, económica y adaptada en textura por posibles problemas de masticación o deglución), autocuidado (higiene y vestido), ejercicio físico regular adaptado, mantenimiento de las relaciones sociales, evitar el consumo de alcohol y tabaco y vacunación sistemática y no sistemática de los mayores de 65 años



En la prevención primaria se impide el desarrollo de una enfermedad. Los tipos de prevención primaria incluyen los siguientes:

- Vacunaciones
- Asesoramiento para cambiar comportamientos de alto riesgo

PREVENCIÓN SECUNDARIA. Hacemos prevención secundaria cuando nos centramos en el diagnóstico precoz de la enfermedad, para iniciar tratamiento de forma temprana, intentando reducir sus consecuencias

- En este grupo de edad la pluripatología es frecuente y su forma de presentación puede ser atípica, con riesgo variable de complicaciones. En cambio, sí se recomienda realizar screening de síndromes geriátricos (pérdida de visión o audición, evaluación odontológica e higiene oral, déficit nutricional, deterioro cognitivo, pseudodemencia o depresión, labilidad emocional, úlceras o heridas, toma de medicación inadecuada, incontinencia urinaria o fecal) y de distocia social (viudedad, estrés, miedo o inseguridad del anciano, problemas económicos, dificultades familiares, apatía familiar).

Medidas preventivas generales en el adulto mayor (nivel primaria, secundaria y terciaria)

En la prevención secundaria la enfermedad se detecta y se trata pronto, a menudo antes de que aparezcan los síntomas, lo que minimiza las consecuencias graves. Los tipos de prevención secundaria incluyen los siguientes:

- Los programas de cribado, como la mamografía para detectar el cáncer de mama y la densitometría ósea (DXA, por sus siglas en inglés, o absorciometría dual de rayos X) para detectar la osteoporosis.
- Rastrear a las parejas sexuales de una persona con diagnóstico de infección de transmisión sexual (localización de contactos) y, si es necesario, tratar a estas personas para minimizar la propagación de la enfermedad.



PREVENCIÓN Terciaria. Con la prevención terciaria se busca evitar las secuelas físicas y psíquicas de la enfermedad, por lo que se aconseja detectar los déficits funcionales residuales para tratarlos y atenuarlos. Es conveniente revisar periódicamente los síndromes geriátricos ya presentes y la medicación asociada para evitar reacciones adversas e interacciones, así como reducir la polifarmacia si es necesario.

• En la práctica clínica habitual, usamos los criterios STOPP/START (2008) para detectar la potencial prescripción inapropiada en ancianos. Existe un criterio de referencia más reciente, generalmente para segunda versión publicada en 2014 y de actualización de esta versión terciaria son los siguientes:

- Para las personas con diabetes: control del azúcar en sangre, cuidado minucioso de la piel, exploración frecuente de los pies y práctica frecuente de ejercicio para prevenir trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos
- Para las personas que han sufrido un accidente cerebrovascular: tomar aspirina (ácido acetilsalicílico) para evitar que se produzca un segundo accidente cerebrovascular
- Prestación de servicios de apoyo y rehabilitación para evitar el deterioro y maximizar la calidad de vida, tales como la rehabilitación tras una lesión, un infarto de miocardio o un accidente cerebrovascular

Medidas preventivas generales en el adulto mayor (nivel primaria, secundaria y terciaria)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- <https://www.msdmanuals.com/es-mx/professional/geriatr%C3%ADa/prevenci%C3%B3n-de-enfermedades-y-de-discapacidad-en-los-ancianos/generalidades-sobre-la-prevenci%C3%B3n-en-los-ancianos>
- <https://medicinainternaaltovalor.fesemi.org/la-medicina-de-consumo/medicina-preventiva-en-personas-mayores/>
- <https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/multimedia/table/tres-niveles-de-prevenci%C3%B3n>
-