



Nombre del Alumno: Anayeli Pérez Ordoñez

Nombre del tema: Principales factores de riesgos y sus efectos en la salud del adulto - Atención de enfermería en la detección de factores de riesgo y Prevención del daño en la salud del adulto.

Parcial I

Nombre de la Materia : Enfermería del adulto

Nombre del profesor. L.E Selene Ramírez Reyes

Nombre de la Licenciatura : Enfermería

Cuatrimestre VI

Pichucalco, Chiapas; a 13 julio del 2024

PRINCIPALES FACTORES DE RIESGOS Y SUS EFECTOS EN LA SALUD DEL ADULTO



La salud y el bienestar se ven afectados por múltiples factores; aquellos relacionados con la mala salud, la discapacidad, la enfermedad o la muerte se conocen como factores de riesgo.

- ✓ Un factor de riesgo es una característica, condición o comportamiento que aumenta la probabilidad de contraer una enfermedad o sufrir una lesión.

Por lo general, los factores de riesgo pueden dividirse en los siguientes grupos:

- De conducta
- Fisiológicos
- Demográficos
- Medioambientales
- Genéticos.



CONDUCTUAL

Los factores de riesgo de tipo conductual suelen estar relacionados con “acciones” que el sujeto ha elegido realizar.

- El tabaquismo
- Un consumo excesivo de alcohol
- Las elecciones nutricionales
- La inactividad física

FISIOLOGICOS

Son aquellos relacionados con el organismo o la biología del sujeto. Pueden verse influidos por una combinación de factores genéticos, de estilo de vida o de tipo más general:

- El sobrepeso u obesidad
- Una presión arterial elevada
- El colesterol alto y un alto nivel de azúcar en sangre (glucosa).

DEMOGRÁFICO

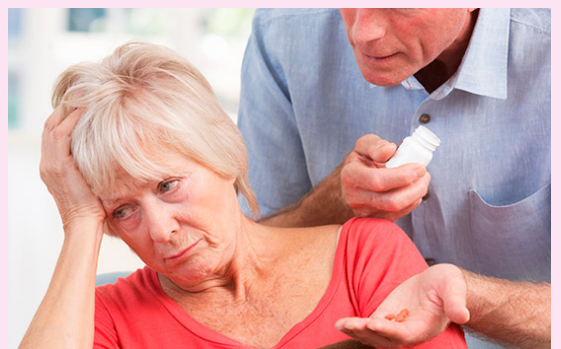
Son los que están relacionados con la población en general. Son, por ejemplo: la edad, el género y los subgrupos de población como el trabajo que se desempeña, la Religión o el sueldo.

MEDIOAMBIENTAL

Los factores de riesgo de tipo medioambiental abarcan un amplio abanico de temas como factores sociales, económicos, culturales y políticos; así como factores físicos, químicos y biológicos.

GENÉTICO

Los factores de riesgo de tipo genético se basan en los genes del sujeto. Algunas enfermedades como la fibrosis quística y la distrofia muscular se originan totalmente en función de la “composición genética” del individuo.



ATENCIÓN DE ENFERMERÍA EN LA DETECCIÓN DE FACTORES DE RIESGO Y PREVENCIÓN DEL DAÑO EN LA SALUD DEL ADULTO

ALIMENTACIÓN

La nutrición se requiere para cubrir las necesidades energéticas y de renovación de tejidos enzimas y hormonas así como asegurar las necesidades de agua y vitaminas y minerales proporcionando un equilibrio

ACCIONES

- Comer cuatro comidas al día
- Ingerir una dieta equilibrada que incluya carnes blancas legumbres siendo rica en frutas y verduras.
- Desarrollar actividad física caminar 30 minutos diarios , favorecer la función digestiva.
- Tomar al menos 2 litros de agua al día.



ACTIVIDAD FÍSICA

Los adultos mayores pueden desarrollar la mayoría de las actividades que realizaban cuando eran más jóvenes pero a menor velocidad. La calidad de las respuestas de los adultos mayores se ve afectada por el factor tiempo y por alteraciones a nivel del centro del equilibrio.

REPOSO Y SUEÑO

El sueño con la edad sufre modificaciones en relación al sueño nocturno en las personas de la tercera edad este parece fragmentarse disminuye la duración total de este y la cantidad de sueño profundo.



El perfil profesional del cuidador de mayores adquiere una importancia crucial para garantizar el bienestar y la calidad de vida de las personas mayores. Estos profesionales, con su dedicación y habilidades, desempeñan un papel fundamental en el cuidado integral de los adultos mayores, brindando apoyo emocional, físico y social.