



JUAN PABLO ABADIA LOPEZ

Resumen

GERIATRÍA

6

B

Comitán de Domínguez Chipas a 3 de marzo del 2025

7/04/2025

GRANDES SINDROMES GERIATRICOS

- REPRESENTAN condiciones multifactoriales las cuales afectan significativamente la calidad de vida de las personas mayores

FRAGILIDAD: Estado fisiológico caracterizado por una disminución de los recursos funcionales y resistencia a estresores, resultando en una mayor vulnerabilidad a eventos adversos.

• **EPIDEMIOLOGIA:** Su prevalencia varía entre el 33% y el 88% siendo más común en MUJERES. En México reportamos una prevalencia del 39%, con mayor prevalencia en mujeres (45+) y hombres (30%).

• FACTORES DE RIESGO:

- ▶ Envejecimiento
- ▶ Desnutrición
- ▶ Enfermedades crónicas
- ▶ Alteraciones cognitivas
- ▶ Inactividad física

• **DIAGNÓSTICO:** En esto vamos a utilizar los criterios de (FRIEND modificados), los cuales evalúan pérdida de peso no intencional, debilidad, agotamiento, lentitud en la marcha y baja actividad física.

• TRATAMIENTO:

- **NO FARMACOLÓGICO:** Implementar ejercicios de resistencia y equilibrio, eliminación de restricciones nutricionales y mejorar en la ingesta alimentaria.

• **FARMACOLÓGICO:** Suplementación con vitamina D en base al diagnóstico y evaluación del uso de inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina.

SARCOPENIA: Síndrome caracterizado por la pérdida progresiva y generalizada de masa y de la fuerza muscular esquelética aumentando el riesgo de una discapacidad física y mortalidad.

EPIDEMIOLOGIA:

- Su prevalencia va desde el 13% en personas de 70 años hasta más del 50% en mayores de 80 años.

FACTORES DE RIESGO:

- ▶ Envejecimiento
- ▶ Enfermedades crónicas
- ▶ Inactividad física
- ▶ Procesos neurodegenerativos
- ▶ Desnutrición

DIAGNOSTICO: Nos basamos en la evaluación de la fuerza, masa y función muscular, utilizando herramientas como la escala SARC-F.

TRATAMIENTO:

- NO FARMACOLOGICO: - Ingesta adecuada de proteínas (1.2 - 1.5g/kg/día)
- Suplementación con leucina y programas de ejercicios que incluyan resistencia, equilibrio y flexibilidad.
- FARMACOLOGICO: Suplementación con vitamina D - En casos de deficiencia.

CAIDAS:

Descenso involuntario al suelo o a un nivel inferior, que puede o no causar algún tipo de lesión.

EPIDEMIOLOGIA: Aproximadamente el 33% de los adultos mayores que viven en la comunidad experimentan caídas, y este cifra aumenta 40-60% en institucionalizados.

... Caídas =

FACTORES DE RIESGO

- ▶ Debilidad muscular
- ▶ Uso de ciertos medicamentos
- ▶ Alteraciones de la marcha
- ▶ Rx ambientales
- ▶ Equilibrio
- ▶ Déficit cognitivo

DIAGNÓSTICO

Evaluación integral que incluye historia clínica detallada, valoración del equilibrio y de la marcha, Revisión de medicamentos

TRATAMIENTOS

- **PREVENCIÓN**: programas de ejercicios para mejorar la fuerza y equilibrio, revisión y ajuste de medicación y modificación del entorno reducir los riesgos.
- **INTERVENCIÓN**: Tratamiento de lesiones y rehabilitación para recuperar la funcionalidad

INMOVILIDAD:

Es la incapacidad para moverse o desplazarse de manera independiente afectando las actividades de la vida diaria.

EPIDEMIOLOGÍA: Afecta al 20% de las personas mayores de 65 años, aumentando al 50% en mayores de 75 años.

FACTORES DE RIESGO

- ▶ Enfermedades osteomusculares
- ▶ Hospitalización prolongada
- ▶ Cardiovasculares
- ▶ Efectos secundarios por medicamentos
- ▶ Trastornos neurodegenerativos
- ▶ Depresión

DIAGNOSTICOS

Valoracion geriátrica que incluye evolucion fisica, funcional y psicosocial.

TRATAMIENTO

- **PREVENCIÓN**: Promoción de la actividad fisica adecuada, rehabilitacion temprana y adaptación del entorno.

- **INTERVENCIÓN**: Programas de fisioterapia, terapia ocupacional y manejo de medicamentos.

DEMENCIAS TIPO ALZHEIMER Y DETERIORO COGNITIVO VASCULAR

- La enfermedad de Alzheimer es la forma mas comun de demencia caracterizada por un deterioro progresivo de la memoria y otras funciones cognitivas.

- Deterioro cognitivo vascular: Deterioro cognitivo causado por enfermedades cerebrovasculares, afectando funciones como atencion, planificación y juicio.

- **Epidemiología**: La enfermedad de Alzheimer es la principal causa de demencia en la poblacion geriatrica.

- En el deterioro cognitivo afecta 1 de cada 9 adultos. En adultos de 65 años o más la prevalencia es de 11.7%.

- **Factores de Riesgo**: Edad avanzada, hipertension, diabetes, enfermedades cardiovasculares, entre otros.