



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

LIC. EN ENFERMERÍA

**ACTIVIDAD:**

SUPER NOTA

**ASIGNATURA:**

ENFERMERÍA GERONTOGERIÁTRICA.

**DOCENTE:**

L.E. LEIDY DIANA ESTRADA GARCÍA.

**ALUMNA:**

VERONICA SÁNCHEZ DE LA CRUZ.

**CUATRIMESTRE:**

6º CUATRIMESTRE

**GRUPO:**

“B”

**PICHUCALCO, CHIAPAS**

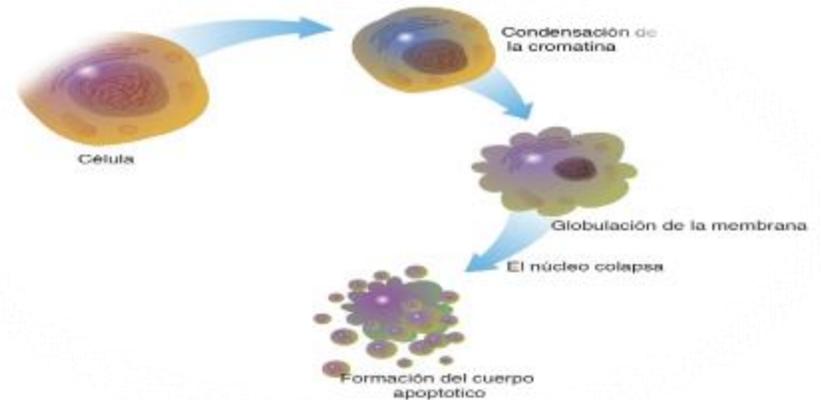
**27 DE MAYO DEL 2025**

# 1.7 Cambios debido a la edad adulta.

A medida que las células envejecen, funcionan con dificultad. Con el tiempo, las células viejas morirán, algo normal en el funcionamiento del organismo.

A este proceso se le llama **apoptosis**, esta muerte programada, es un tipo de suicidio celular.

El buen funcionamiento de los órganos depende del buen funcionamiento de sus células, en algunos casos, las células mueren y no son reemplazadas; por lo tanto, el número de células disminuye.



## Cambios físicos y biológicos en el adulto mayor.

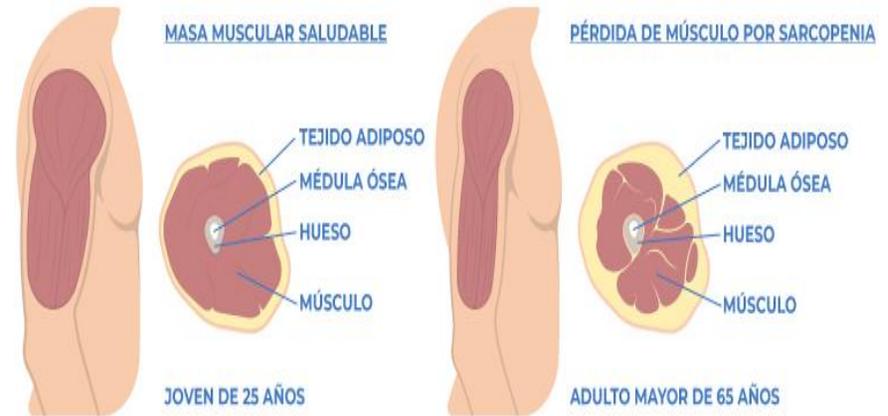
### Huesos y articulaciones:

- Los huesos se vuelven menos densos.
- Pérdida moderada de densidad ósea se denomina osteopenia, y la pérdida grave se denomina osteoporosis.
- La cantidad del calcio disminuye.
- El cartílago que reviste las articulaciones se vuelve más fino.
- Los ligamentos que unen las articulaciones y los tendones, que unen los músculos a los huesos, se vuelven menos elásticos.



## Músculos y grasa corporal:

- El tejido muscular y la fuerza muscular tienden a disminuir.
- Descenso en las concentraciones de la hormona del crecimiento y la testosterona.
- Pérdida de fibra musculares.
- Rigidez articular.



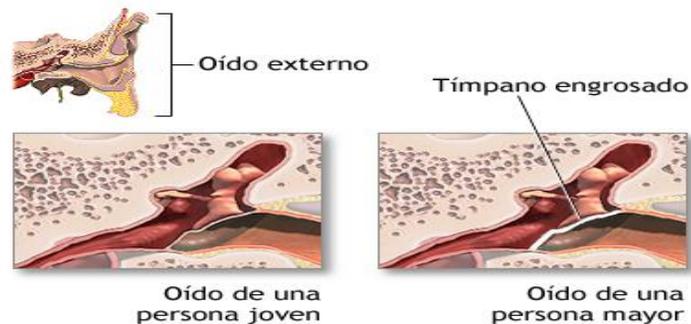
## Ojos:

A medida que la persona envejece aparecen estos cambios:

- El cristalino adquiere rigidez.
- La pupila reacciona más lentamente a los cambios de luz.
- El número de células nerviosas disminuye, afectando la percepción de profundidad.
- Los ojos producen menos líquidos y en consecuencia se notan secos.

## Oídos:

Al envejecer, las estructuras del oído se deterioran. El tímpano por lo general se hace más grueso y los huesos del oído interno y otras estructuras también se afectan.



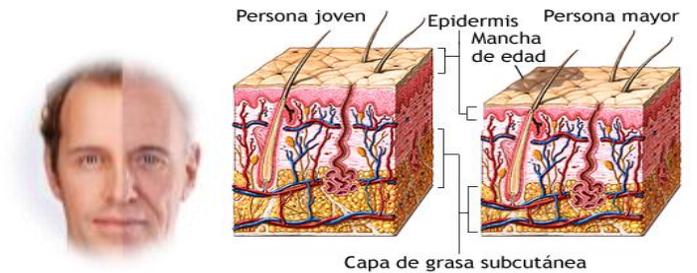
## Boca y nariz:

- Sentidos del gusto y olfato comienzan a disminuir gradualmente.
- Sequedad de la boca.
- Se reduce el flujo de la saliva.
- Las encías retroceden ligeramente.
- La nariz tiende a hacerse más alargada y grande.
- Crecimiento de pelo en nariz, labio superior y barbilla.



## Piel:

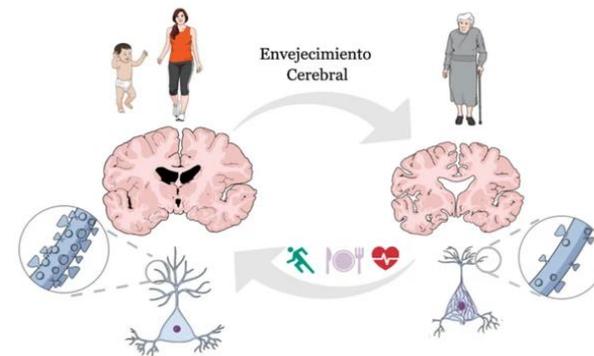
- La piel se vuelve más fina y menos elástica, más seca y forma arrugas finas.
- El número de terminaciones nerviosas de la piel también disminuye.
- El número de glándulas sudoríparas y de vasos sanguíneos se reduce.
- La piel pierde parte de la capacidad de sintetizar vitamina D.



ADAM.

## Sistema nervioso:

Con la edad se reduce el número de células nerviosas del cerebro. Se sufren cambios en los niveles de las sustancias químicas que ejercen de mensajeros en el cerebro la mayoría tiende a disminuir, pero algunas aumentan.

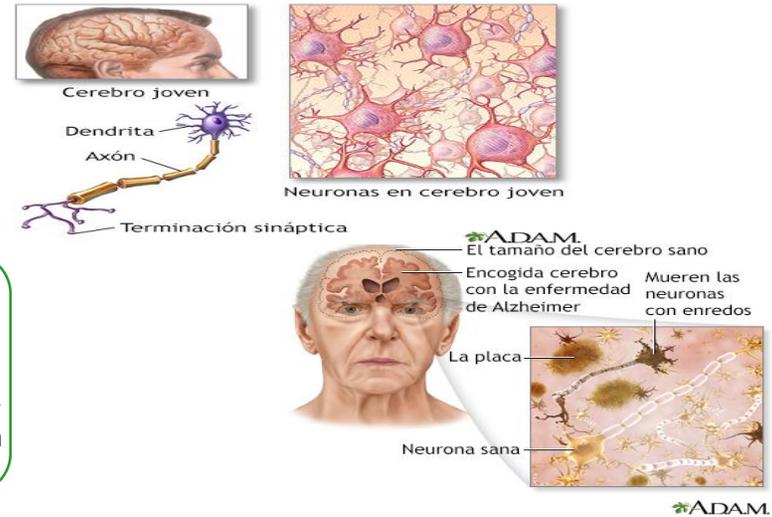


### Cambios:

- Engrosamientos de las meninges.
- Atrofia cerebral.
- Reducción de la sustancia blanca.
- Disminución de la velocidad de conducción, entre otros.

### Consecuencias:

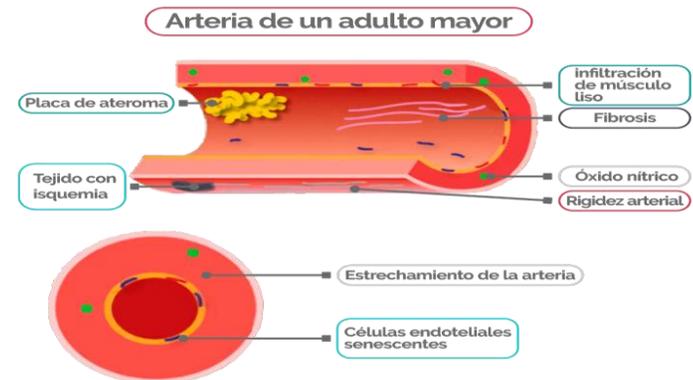
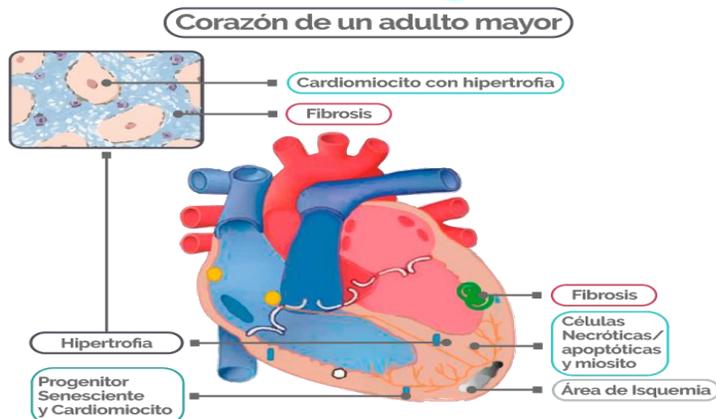
- ❖ Puede observarse, en algunos ancianos, disminución en la percepción, análisis e integración de la información sensorial.
- ❖ Disminución en la memoria a corto plazo y alguna pérdida en la habilidad de aprendizaje.



## Corazón y vasos sanguíneos

### Cambios:

- El corazón y los vasos sanguíneos se vuelven más rígidos.
- 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.
- La presión arterial puede ser más alta.



A pesar de tales cambios, un corazón normal de edad avanzada funciona bien.

Las diferencias entre un corazón joven y uno viejo se hacen evidentes cuando es necesario un esfuerzo mayor por parte del corazón y que bombee más sangre, como ocurre cuando una persona ejecuta una actividad física intensa o cuando está enferma.

## Pulmones.

### Cambios:

- Los músculos utilizados en la respiración, el diafragma y los músculos intercostales, tienden a debilitarse.
- El número de alvéolos y de capilares disminuye; por lo tanto, se absorbe un poco menos de oxígeno del aire respirado.
- Los pulmones se vuelven menos elásticos.

### Consecuencias :

- Los pulmones se vuelven menos aptos para combatir las infecciones.
- La tos, que también ayuda a limpiar los pulmones, suele ser más débil.

## Aparato digestivo.

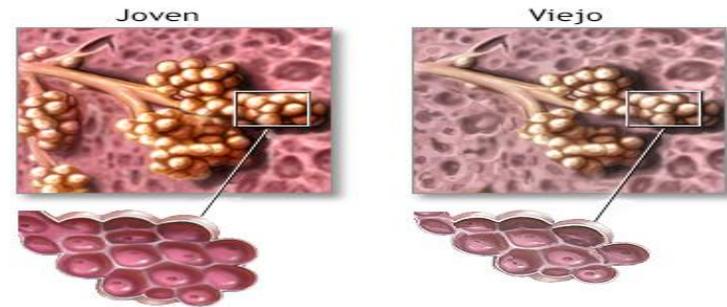
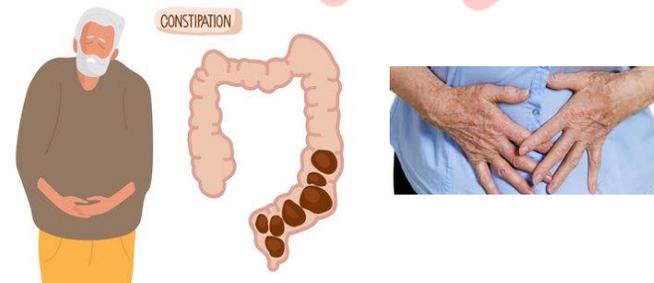
En general, el envejecimiento afecta menos al aparato digestivo que a la mayor parte del resto del organismo.

### Cambios:

- Los músculos esofágicos se contraen con menor fuerza.
- Los alimentos son eliminados más lentamente por el estómago.
- El tracto digestivo produce una cantidad menor de lactasa.
- En el intestino grueso, los materiales se mueven algo más lento.

### Consecuencias:

- Intolerancia a la lactosa, la cual puede provocar hinchazón, gases, o diarrea después de comer productos lácteos.
- Estreñimiento.



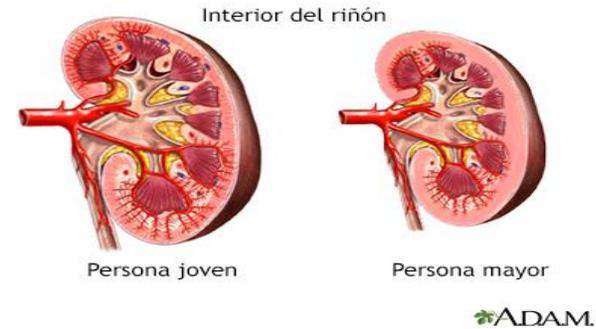
Cambios en el tejido pulmonar por el envejecimiento

Al envejecer el tejido pulmonar se atrofia y no es tan eficiente.

# Riñones y aparato urinario

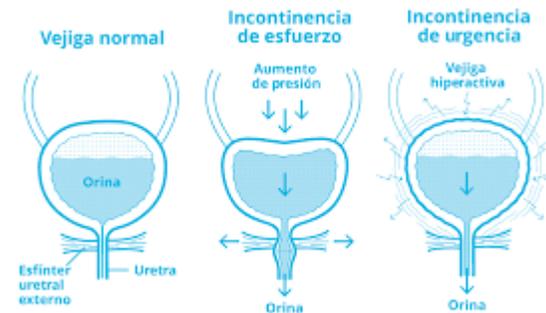
## Cambios:

- Al envejecer, los **riñones** suelen reducirse de tamaño, ya que el número de células disminuye.
- Los riñones comienzan a filtrar la sangre de forma menos eficaz.
- Los desechos de la sangre no se eliminan tan bien, y eliminan demasiada agua, lo que aumenta la probabilidad de sufrir deshidratación.



El **aparato urinario** se modifica de diferentes modos que pueden hacer más difícil el control de la micción:

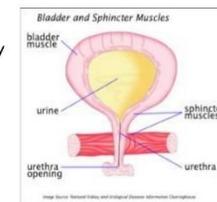
- El volumen máximo de orina que puede contener la vejiga disminuye.
- Los músculos de la vejiga pueden contraerse de forma esporádica (*volverse hiperactivos*), independientemente de la necesidad de orinar.
- Los músculos de la vejiga se debilitan.
- El músculo que controla el paso de la orina al exterior del organismo (*esfínter urinario*) pierde la capacidad de cerrar correctamente y evitar pérdidas.
- En las mujeres, la uretra se acorta, y su revestimiento se hace más delgado.
- En los hombres, la próstata tiende a aumentar de tamaño.



## CAMBIOS EN EL ENVEJECIMIENTO

### ESTRUCTURALES.

- Disminución de tejido Colágeno en la vejiga, alterando capacidad mecánica y contráctil.
- Disminución de tono de Músculo estriado voluntario (Piso pélvico, Esfínter Externo), principalmente en mujeres.
- Hiperplasia Benigna de Próstata.
- Baja de Estrógenos: Defectos tróficos en epitelio Vesical y uretral.



## Aparato reproductor

### Mujeres.

Los efectos del envejecimiento sobre los niveles de hormonas sexuales son más evidentes en la mujeres que en los hombres.

#### Cambios:

- Menopausia.
- Disminución de los niveles de hormonas femeninas.
- Reducción de ovarios y del útero.
- 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.

### Hombres

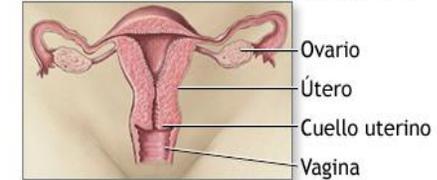
En los hombres, los cambios en los niveles de hormonas sexuales son menos bruscos.

#### Cambios:

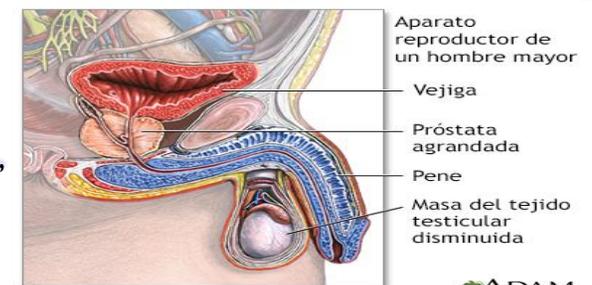
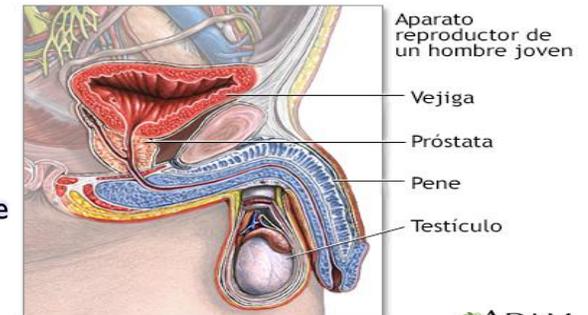
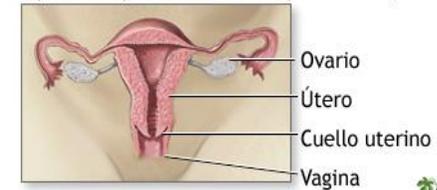
- Los niveles de testosterona disminuyen, lo que conlleva una menor producción de espermatozoides.
- Disminución del deseo sexual.
- Las erecciones pueden no durar tanto tiempo.
- Disfunción eréctil.

Se vuelve más común a medida que el hombre envejece y suele deberse a un trastorno, por lo general a un trastorno que afecta a los vasos sanguíneos o la diabetes.

Aparato reproductor de una persona joven



Aparato reproductor de una persona mayor



## Referencias

Enfermeríacelayane. (23 de enero de 2018). *NODO UNIVERSITARIO*. Recuperado el 27 de mayo de 2025, de contenido didácticos digitales: <https://blogs.ugto.mx/enfermeriaenlinea/unidad-didactica-2-envejecimiento/>

*plataforma uds.* (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2025, de plataforma uds: <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/2cbfcc6acd3f8af445e8272531e55177-LC-LEN602%20ENFERMERIA%20GERONTOGERIATRICA.pdf>

*SmartEngage.* (15 de julio de 2024). Recuperado el 27 de mayo de 2025, de SmartEngage: <https://adamcertificationdemo.adam.com/content.aspx?productid=118&pid=5&gid=004017>

*SmartEngage.* (15 de julio de 2024). Recuperado el 27 de mayo de 2025, de SmartEngage: <https://adamcertificationdemo.adam.com/content.aspx?productid=118&pid=5&gid=004011>