



**UDS**  
Mi Universidad

## ***CUADRO SINÓPTICO***

*Nombre del Alumno: Jatziri Guadalupe Galera Mendoza*

*Nombre del tema: Demografía del envejecimiento*

*Parcial: 1er parcial*

*Nombre de la Materia: Enfermería gerontogeriatrica*

*Nombre del profesor: Leydi Diana Estrada García*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 6to*

*Pichucalco, Chiapas; 25 de mayo del 2025*

# GENERALIDADES DE GERIATRÍA

## DEMOGRAFÍA DEL ENVEJECIMIENTO

El envejecimiento activo es el proceso de optimizar las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

## ENVEJECIMIENTO HUMANO

Es un proceso gradual y adaptativo, caracterizado por una disminución relativa de la respuesta homeostática debida a las modificaciones morfológicas, fisiológicas, bioquímicas y psicológicas, propiciadas por los cambios inherentes a la edad y al desgaste acumulado.

## ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Proceso mediante el cual las personas adultas mayores adoptan, adecúan o fortalecen estilos de vida que le permiten lograr el máximo de bienestar, salud y calidad de vida a través de las estrategias de autocuidado, ayuda mutua y autogestión.

## CLASIFICACIÓN DE LA OMS

Edad avanzada: 60-74 años.

Viejas/ancianas: 75-90 años.

Grandes viejos: 90 en adelante.

## VEJEZ

Periodo vital que sigue de la madurez. Si bien no existe una edad determinada que señale su inicio en la vida de los seres humanos.

## VIEJO

Sustantivo que se aplica a un ser vivo de edad muy avanzada.

## ENVEJECIMIENTO

Se entiende como un proceso continuo, multifacético e irreversible de múltiples transformaciones biopsicosociales a lo largo del curso vital.

## CLASIFICACIÓN ALAN WALKER

- Contribuir al bienestar individual, familiar comunitario y social.
- Participar en la medida que lo permitan las condiciones físicas, psicológicas y sociales de cada persona (incluidas las que son frágiles y dependientes).
- Prevenir enfermedad, discapacidad, dependencia y pérdida de habilidades.
- Mantener y fortalecer la solidaridad intergeneracional.
- El derecho a la protección social, educación y capacitación a lo largo de la vida implica la obligación de aprovecharlo para ejercer de manera más eficiente el envejecimiento activo.
- Empoderamiento en el envejecimiento activo implica adquirir conocimiento para asumir la responsabilidad del rol social de viejo activo.
- Considerar los elementos locales y la diversidad cultural en el concepto de envejecimiento activo.

## PROCESOS DEL ENVEJECIMIENTO HUMANO

1. Inicia al nacer y termina con la muerte.
2. Disminución de la respuesta homeostática.
3. Universal y Único.
4. Proceso gradual y adaptativo.
5. Natural.
6. Hay modificaciones morfológicas, fisiológicas, bioquímicas y psicológicas.

## TIPOS DE EDADES

Edad cronológica: Se fundamenta únicamente en el paso del tiempo. Es la edad de una persona expresada en años.

Edad biológica: Se refiere a las modificaciones que experimenta el organismo y que se presenta, generalmente con el paso de los años.

Edad psicológica: Se refiere a cómo se comportan y se sienten las personas.

## TEORÍAS DEL ENVEJECIMIENTO

### Estocástica:

Indica que el envejecimiento es el resultado de consecuencias de alteraciones que ocurren de forma aleatoria y se acumulan a lo largo del tiempo.

- Alteraciones aleatorias.
- Acumulación de daños.
- Factores ambientales.
- Errores celulares.

### No Estocástica:

Suponen que el envejecimiento está predeterminado y se propone que el envejecimiento es la continuación del proceso del desarrollo y corresponde a la última etapa dentro de una secuencia de eventos codificados por un genoma.

- Proceso programado.
- Consecuencia inevitable de la evolución.
- Eventos codificados en el genoma.
- Reloj celular.

# **BIBLIOGRAFÍA**

ANTOLOGÍA DE ENFERMERÍA GERONTOGERIÁTRICA

OBTENIDA DE:

[https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/05/FIrN5osJ8URHpt9SXlyL-antologia\\_geronto\\_escolarizado.pdf](https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/05/FIrN5osJ8URHpt9SXlyL-antologia_geronto_escolarizado.pdf)

Diapositivas demografía del envejecimiento.