



*Nombre del Alumno: Luz Patricia Albores Vázquez*

*Nombre del tema: Atención de enfermería en la detección de factores de riesgo y Prevención del daño en la salud del adulto*

*Parcial: Primero*

*Nombre de la Materia: Enfermería del adulto*

*Nombre del profesor: María del Carmen López Silva*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Sexto*

Atención de enfermería en la detección de factores de riesgo y Prevención del daño en la salud del adulto

EN ADULTOS MAYORES  
ES POSIBLE OBSERVAR

- Mayor vulnerabilidad a la presencia de enfermedad y muerte
- Mayor incidencia de enfermedades crónicas y degenerativas (enfermedad de Alzheimer enfermedad de Parkinson, artrosis entre otras)

- Mayor tiempo para la recuperación de la normalidad después de un proceso agudo
- Alteración en la sensibilidad de receptores tisulares

ALIMENTACION

Los cambios del aparato digestivo pueden llevar a mal nutrición deshidratación estreñimiento disminución de la absorción de hierro calcio vitamina B12 y ácido fólico.

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.

EN EL AM  
REQUERIMIENTO  
NUTRITIVO SE VEN  
CONDICIONADOS POR:

- Mayor incidencia de enfermedades o incapacidades que condicionan el gasto de energía.
- Factores psicológicos
- Los hábitos alimenticios

- Reducción de los requerimientos fisiológicos como consecuencia de una disminución del metabolismo basal de carácter involutivo
- La soledad depresión ansiedad etc. determinan deterioro de la calidad de tipo de alimentación.

Atención de enfermería  
en la detección de  
factores de riesgo y  
Prevención del daño en la  
salud del adulto

## 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 FISICA

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.

## BIBLIOGRAFIA

### ❖ ANTOLOGIA UDS.

[HTTPS://PLATAFORMAEDUCATIVAUDS.COM.MX/ASSETS/DOCS/LIBRO/LEN/D42662F9673FD9E3D3FFD22E82023DBB-LC-LEN605%20ENFERMERIA%20DEL%20ADULTO.PDF.](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/D42662F9673FD9E3D3FFD22E82023DBB-LC-LEN605%20ENFERMERIA%20DEL%20ADULTO.PDF)