



**Mi Universidad**

## **Cuadro sinóptico**

*Nombre del Alumno: Evelin Aguilar García*

*Nombre del tema : 1.4*

*Parcial : 1*

*Nombre de la Materia : Enfermería del adulto*

*Nombre del profesor: Ma. Carmen López Silba*

*Nombre de la Licenciatura : Licenciatura en enfermería*

*Cuatrimestre: 6to cuatrimestre*

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



## ¿QUE ES?

El envejecimiento no es un sinónimo de enfermedad si no que significa disminución de la capacidad de adaptación del organismo ante situaciones de estrés, determinado así una mayor susceptibilidad. Esta pérdida de función conlleva una respuesta diferente ante la enfermedad por ejemplo, existe una mayor susceptibilidad a las infecciones a causa de reducción en la protección que da una composición de los tejidos conectivos de los pulmones y el tórax.

- 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) □ Manifestaciones clínicas diferentes frente a las enfermedades (menos sensibilidad al dolor agudo, confusión ausencia de fiebre a las infecciones) □ Mayor tiempo para la recuperación d la normalidad después de un proceso agudo
- Alteración en la sensibilidad de receptores tisulares

**ES POSIBLE OBSERVAR EN LOS ADULTOS MAYORES**



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.

## ALIMENTACIÓN



- Reducción de los requerimientos fisiológicos como consecuencia de una disminución del metabolismo basal de carácter involutivo. □ Mayor incidencia de enfermedades o incapacidades que condicionan el gasto de energía. □ Factores psicológicos □ Los hábitos alimenticios □ La soledad depresión ansiedad etc. determinan deterioro de la calidad de tipo de alimentación.

**EN EL ADULTO MAYOR REQUERIMIENTO NUTRITIVO SE VEN CONDICIONADOS POR:**



# 1.4 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 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.

## REPOSOS 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.

