NOMBRE DE LA ALMNA: Hilary Ariadne Guillen Maldonado

NOMBRE DE LA PROFESORA: Julibeth Martínez Guillen

ACTIVIDAD: Mapa conceptual

CUATRIMESTRE: 6to cuatri

CAMBIOS ANATÓMICOS Y FISIOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR

HUESOS:

- Cerca de los 40 años
- Varones y mujeres empiezan a perder masa ósea
- Está perdida se ve acelerada en las mujeres después de la menopausia
- **EXISTE RIESGO DE PADECER:**
  - **Osteopenia**
    - Baja densidad mineral ósea
  - **Osteoporosis**
    - Huesos frágiles y porosos con alto riesgo de fractura

ADIPOSIDAD:

- La época entre los 20 y 64 años
- Se asocia con un equilibrio de energía positivo
- Aumentos de peso
- Adiposidad
- Una disminución de la masa muscular
- **EL ESTUDIO DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL INCLUYE LA CUANTIFICACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS SIGUIENTES COMPONENTES:**
  - Masa magra
  - Depósitos de grasa
  - Subcutánea
  - Ectópicos
  - Masa tejido adiposo total
  - Visceral
  - Intermuscular

OLFATO Y GUSTO:

- El envejecimiento afecta el sentido del gusto
- El gusto y el olfato normalmente son normales a los 60 años
- Empiezan a deteriorarse los individuos mayores de 80 años
- Tienen ciertas alteraciones olfativas
- En comparación con 6% de los adultos de 50 a 60 años
- 1 de cada 4 adultos mayores de 60 años el 25% no cuenta con dientes naturales

CAMBIOS ENDOCRINOLIGICOS.

- **El aparato digestivo**
- Los músculos faríngeos y la motilidad esofágica se encuentran disminuidos
- La producción de pepsina se puede alterar
- Así como también el vaciamiento gástrico
- Puede haber un adelgazamiento de la mucosa gástrica y la acidez gástrica está disminuida
- El tiempo del tránsito intestinal está retardado

CAMBIOS EN EL TRACTO GASTROINTESTINAL.

- Los procesos digestivos y de absorción son más lentos
- Hay pérdida de la superficie de absorción
- Puede repercutir especialmente en la absorción de vitaminas y oligoelementos

CAMBIOS ANATÓMICOS Y FISIOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR

CAMBIOS EN EL SISTEMA HEPÁTICO:

- La función hepática se encuentra disminuida
- Los procesos metabólicos normales pueden sufrir una demora y una menor eficiencia
- Entre todos los órganos

EL HÍGADO

- Es el menos afectado por el proceso de envejecimiento
- Con la edad, las células hepáticas disminuyen en número
- También aumenta el tamaño de las mitocondrias
- La función hepática en el anciano únicamente se va a alterar gravemente cuando se pierden muchas células

VISIÓN

- Disminuye el tamaño de la pupila
- Menor transparencia y mayor espesor del cristalino
- Provoca que llegue menor cantidad de luz a la retina y empeore la visión lejana
- Disminuye la agudeza visual
- Capacidad para discriminar colores

AUDICIÓN

- Menor agudeza para las frecuencias altas
- Lo que deteriora la capacidad para discriminar palabras y comprender conversaciones normales
- Esta es la causa de que una persona mayor tenga más problemas en oír las voces femeninas, ya que suelen ser más agudas

FACTORES PSICOLÓGICOS

- La pérdida de memoria es la principal queja del adulto mayor
- Las funciones mentales sufren deterioro con la edad
- Los factores que interactúan conjuntamente asociadas a la última etapa de la vida
- Son problemas relacionados con las perdidas, trastornos físicos y mentales

UDS.2025.ANTOLOGIA DE NUTRICION EN EL ADULTO MAYOR.HTTPS://WWW.BING.COM/CK/A?!&&P=B8FB26F8E88D9C1A5F59F9A850CBA6A5CFDD0A8F0FE2F69956D9A1D5C143E00DJMLTDHM9MTC00TG10TIWMA&PTN=3&VER=2&HSH=4&FCLID=2169E8CF-7A30-6842-3F47-F90D7B49696D&PSQ=PLATAFORMA+UDS&U=A1AHR0CHM6LY9WBGF0YWZVCM1HZWR1Y2F0AXZHDWRZLMNVBS5TEC8&NTB=1