



Liceo José Victorino Lastarria
Rancagua
"Formando Técnicos para el mañana"
Unidad Técnico-Pedagógica



GUÍA DE TRABAJO DE ORIENTACIÓN FAMILIAR PARA EL CUIDADO DEL ADULTO MAYOR. -

Docente: Paulina Navarrete A.

Nivel: Cuarto medio Atención adulto mayor

Fecha: Semana del 27 al 30 de abril de 2020

OA Conocer definición y características sobre envejecimiento.

OBJETIVO DE LA CLASE: Identificar característica sobre el envejecimiento.

ACTIVIDAD: Lea el siguiente texto sobre las características del envejecimiento descrito por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Luego de comprender el texto, responda las preguntas y envíe al siguiente correo: profesorapaulina.navarrete@gmail.com

ENVEJECIMIENTO.

Los cambios que constituyen e influyen el envejecimiento son complejos. En el plano biológico, el envejecimiento está asociado con la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares. Con el tiempo, estos daños reducen gradualmente las reservas fisiológicas, aumentan el riesgo de muchas enfermedades y disminuyen en general la capacidad del individuo. A la larga, sobreviene la muerte. Pero estos cambios no son ni lineales ni uniformes, y solo se asocian vagamente con la edad de una persona en años. Así, mientras que algunas personas de 70 años gozan de un buen funcionamiento físico y mental, otras tienen fragilidad o requieren apoyo considerable para satisfacer sus necesidades básicas. En parte, esto se debe a que muchos de los mecanismos del envejecimiento son aleatorios. Pero también se debe a que esos cambios están fuertemente influenciados por el entorno y el comportamiento de la persona. Más allá de las pérdidas biológicas, la vejez con frecuencia conlleva otros cambios importantes.

Se trata de cambios en los roles y las posiciones sociales, y la necesidad de hacer frente a la pérdida de relaciones estrechas. Así, los adultos mayores suelen concentrarse en un conjunto menor pero más importante de metas y actividades, además de optimizar sus capacidades presentes a través de la práctica y el uso de nuevas tecnologías y compensar la pérdida de algunas habilidades con otras maneras de realizar las tareas. Las metas, las prioridades motivacionales y preferencias también parecen cambiar; hay quienes plantean que la vejez incluso puede estimular el cambio de perspectivas materialistas por perspectivas más trascendentes. Aunque quizá algunos de estos cambios sean el resultado de la adaptación a la pérdida, otros reflejan el desarrollo psicológico



Liceo José Victorino Lastarria
Rancagua
"Formando Técnicos para el mañana"
Unidad Técnico-Pedagógica



sostenido en la edad avanzada que puede estar asociado con "la adquisición de nuevos roles, puntos de vista y varios contextos sociales interrelacionados". Los cambios psicosociales explican en buena medida por qué, en muchos entornos, la vejez puede ser un período de bienestar subjetivo elevado.

Con los años, se producen numerosos cambios fisiológicos fundamentales, y aumenta el riesgo de enfermedades crónicas. Después de los 60 años, las grandes cargas de la discapacidad y la muerte sobrevienen debido a la pérdida de audición, visión y movilidad relacionada con la edad y a las enfermedades no transmisibles, como las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares, las enfermedades respiratorias crónicas, el cáncer y la demencia. No se trata de problemas exclusivos de los países de mayores ingresos. De hecho, la carga asociada con estas afecciones en las personas mayores generalmente es mucho mayor en los países de ingresos bajos y medianos.

Sin embargo, la presencia de estas afecciones no dice nada sobre el impacto que pueden tener en la vida de una persona mayor. En algunas personas mayores, es posible controlar fácilmente la hipertensión arterial con medicamentos, mientras que en otras hacen falta múltiples tratamientos, con efectos secundarios considerables. Del mismo modo, las personas mayores que padecen deficiencias visuales relacionadas con la edad pueden conservar el pleno funcionamiento con la ayuda de lentes, pero sin ellos tal vez sean incapaces de realizar tareas sencillas, como leer o preparar alimentos.

Al evaluar las necesidades de salud de una persona mayor, no solo es importante tener en cuenta las enfermedades concretas que puede presentar, sino también cómo estas interactúan con el entorno y repercuten en las trayectorias de funcionamiento. Tales evaluaciones funcionales exhaustivas de la salud en la vejez predicen considerablemente mejor la supervivencia y otros resultados que la presencia de enfermedades en particular o incluso el grado de comorbilidad.

Además, se ha demostrado que los sistemas que tienen en cuenta las necesidades complejas de la vejez y se ocupan de ellas de una manera integrada son más eficaces que los servicios que simplemente reaccionan a las enfermedades específicas por separado. Los enfoques basados en el funcionamiento también pueden ser útiles para elaborar una respuesta de salud pública al envejecimiento de la población. Sin embargo, el nivel de funcionalidad se determina no solo mediante la evaluación de las capacidades físicas y mentales, sino también por las interacciones que tenemos con los entornos que habitamos a lo largo de la vida. Estas influencias del entorno en la salud durante la vejez pueden ser muy diferentes y abarcan, por ejemplo, las políticas generales que nos afectan, la situación económica, las actitudes o normas de la comunidad, las características físicas de los entornos naturales y construidos, las redes sociales a las que podemos recurrir e, incluso, los dispositivos de apoyo que podemos tener a disposición. Se trata de influencias que definen las



capacidades físicas y mentales que presentamos en cada momento (por ejemplo, al influir en nuestras opciones y nuestras decisiones relativas a la salud) y determinan, para un determinado nivel de capacidad, si podemos hacer las cosas que queremos (por ejemplo, si queremos ir a algún lugar, ¿tenemos transporte a disposición para llegar hasta allí?).

RESPONDAMOS EL TEXTO LEÍDO

VOCABULARIO:

Realice vocabulario con las palabras que desconozca

RESPONDA:

1. ¿Cuáles es la definición que entrega la OMS sobre envejecimiento?
2. Según el texto leído, explique el envejecimiento desde lo biológico.
3. Aparte de las pérdidas biológicas, ¿qué otro tipo de pérdidas tenemos en el envejecimiento?
4. ¿Por qué se dice que las personas mayores presentan un replanteamiento sobre el envejecimiento y su proyecto de vida?

SOPA DE LETRAS:

ENVEJECIMIENTO

U	P	X	T	M	A	Y	O	R	F	M	M
S	O	E	N	V	E	J	E	R	G	I	M
A	L	V	I	D	A	V	Z	Z	E	E	A
L	Í	C	O	M	S	Q	E	Q	N	D	T
U	T	R	A	S	H	W	C	J	F	O	P
D	I	A	I	M	A	C	X	O	E	S	R
A	C	U	D	P	B	L	G	V	R	Z	O
B	A	L	G	U	V	I	U	Y	M	P	Y
L	S	K	H	S	L	V	O	D	E	E	E
E	W	M	U	E	R	T	E	S	D	U	C
P	O	B	L	A	C	I	O	N	A	W	T
P	U	B	L	I	C	A	S	L	D	X	O

www.educima.com

Adulto	Cambios
Enfermedad	Envejer
Mayor	Miedos
Muerte	OMS
Poblacion	Políticas
Proyecto	Publicas
Salud	Saludable
Vejez	Vida

BIBLIOGRAFÍA

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1