

# Cambios propios del envejecimiento: piel

---



**Instituto  
Nacional de  
Aprendizaje**

# Introducción

En este recurso encontrará información relacionada con los cambios que presentan las personas adultas mayores en la piel.



El envejecimiento es un proceso continuo, progresivo e irreversible, que se inicia desde el momento del nacimiento, y que se puede tornar distinto en cada persona, porque no depende sólo de la edad, sino también, de situaciones de salud, así como: sociales, psicológicos y ocupacionales entre otros, marcando una diferencia en cómo llegue la vejez a cada individuo.



Es importante que la persona asistente de la persona adulta mayor, tenga conocimientos generales de los cambios que se presentan en esta etapa y su relación, tanto su importancia como la trascendencia, respecto a las acciones o cuidados que va a proporcionar.





# Cambios generales

- Cicatrización es más lenta.
- Mayor dificultad para regular la temperatura.
- Aumenta riesgo de deshidratación.
- Piel es más seca.
- Pierde elasticidad.
- Aumenta la fragilidad.
- Aumenta riesgo de lesiones.

# Cambios generales

- Epidermis se adelgaza.
- Disminuyen la cantidad de melanocitos (células que dan color).
- La piel se puede notar traslúcida (transparente).



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-NC](#)



# Cambios generales

- Aparecen manchas pigmentadas, con mayor frecuencia en zonas que han sido expuestas al sol.
- Cambios en tejido conectivo: pierde la capacidad de resistencia y elasticidad, presentándose las arrugas y mayor propensión a rupturas o lesiones.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)



# Cambios en la piel

- Se adelgaza la hipodermis: menos capacidad de aislamiento y amortiguación.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)



# Cierre

- El principal cambio en la piel de la persona adulta mayor es el adelgazamiento de la misma, siendo más propensa a tener heridas o lesiones. Razón por la cual, se debe tener mucho cuidado a la hora de movilizarlos o asistirlos en las actividades básicas de la vida diaria, porque cualquier golpe o roce les puede provocar una ruptura en la piel.

