

# Cambios propios del envejecimiento: anexos cutáneos

---



# Introducción

En este recurso encontrará información relacionada con los cambios propios del envejecimiento de los anexos cutáneos, mismos que debe tener presente para la atención de la población.





# Cambios en cabello

- Pérdida de pigmento en el cabello: aparecen las canas.
- Cambios en el grosor del cabello: las fibras de cabello conformadas por queratina se vuelven más delgadas y finas.
- Disminuye la velocidad de crecimiento.



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



# Cambios en cabello

- Muchos folículos pilosos dejan de producir nuevos cabellos, apareciendo la calvicie en algunos casos, los hombres pueden comenzar a mostrar sus primeros signos a los 30 años y estar casi calvos a la edad de 60.



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



# Cambios en cabello

- Se pierde vello en el cuerpo y la cara.
- En las mujeres el vello facial puede volverse más grueso, generalmente, en el mentón y alrededor de los labios.
- En los hombres, el pelo de las cejas, las orejas y la nariz, se hace más largo y áspero.



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





# Cambios en uñas

- Crecen más lentamente y se vuelven pálidas y frágiles.
- También, se pueden volver amarillentas y opacas.
- Particularmente, las de los dedos de los pies, pueden volverse duras y gruesas, algunos padecimientos como las uñas encarnadas o los hongos en las uñas pueden aparecer con mayor frecuencia.



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



# Cambios en la piel

- Aumenta la fragilidad de vasos sanguíneos.
- Aumenta riesgo de:
  - Equimosis (coloración morada).
  - Hematomas (sangrados por debajo de la piel) a causa de golpes.



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



# Cambios en la piel

- Deterioro de los nervios: **D**isminuye sensibilidad.
- Menos producción de sebo:
  - Piel más seca.
  - Se puede presentar picazón y descamación.



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



# Cambios en la piel

- Menos producción de sudor: Afecta la regulación de la temperatura corporal.
- Se adelgaza la hipodermis: Menos capacidad de aislamiento y amortiguación.
- Aumenta riesgo de lesiones en piel y se reduce la capacidad de conservar la temperatura corporal.



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



# Cierre

- Uno de los cambios más importantes que presentan las PAM, es que su piel es mucho más delgada, lo cual aumenta el riesgo y probabilidad de que se presenten lesiones, heridas o sangrados; por lo tanto, debe tener especial cuidado a la hora de: movilizarlos, trasladarlos, asistirlos durante el baño, la vestimenta, etc. Porque que una fuerza o algún roce puede provocar alteraciones en la piel de la persona. De igual manera, es importante la hidratación de la piel, por la disminución en la glándula sebácea.