



Cambios del envejecimiento: sistema digestivo



Instituto
Nacional de
Aprendizaje

Introducción

En este recurso encontrará información sobre los cambios del envejecimiento de la PAM, relacionados con el tubo digestivo.



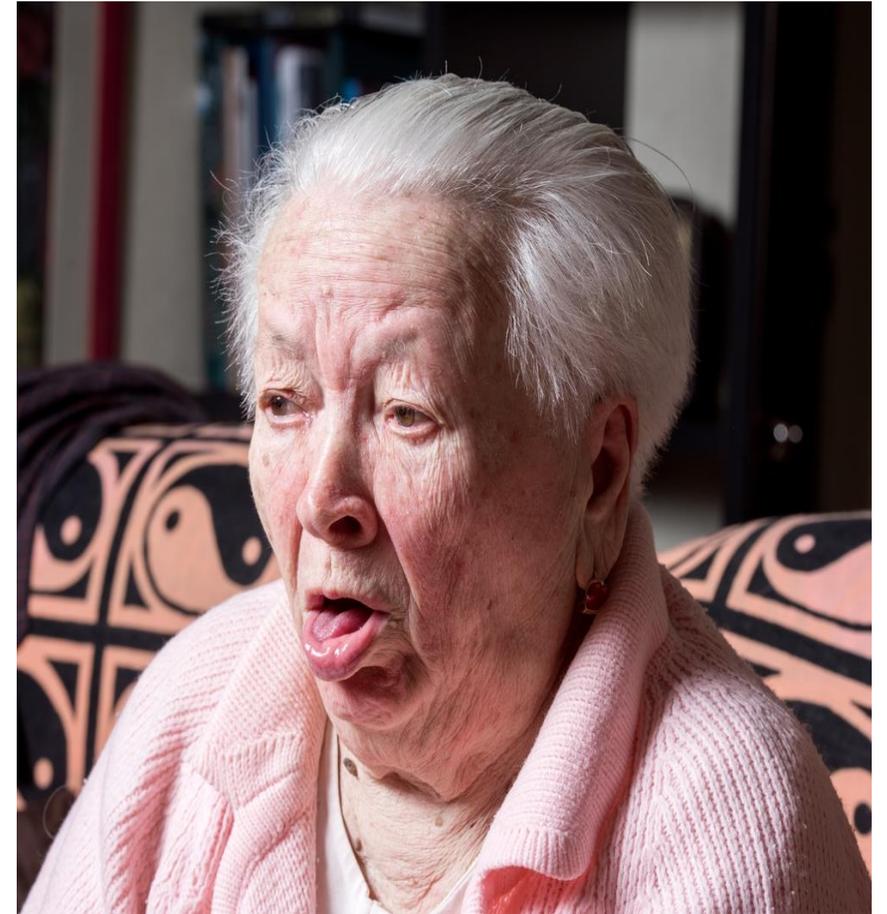
Boca

- Disminuye la producción de la saliva.
- Desgaste de los dientes: amarillentos y quebradizos.
- Pérdida de piezas dentales.
- Adelgazamiento de las encías que puede favorecer la pérdida de piezas dentales y problemas para que la prótesis se acople, se ve afectado la masticación.
- Gusto se ve afectado, por disminución en el número de papilas gustativas, provoca que la percepción del sabor de los alimentos se reduzca, así como, la sensación de sed.



Boca

- Pérdida de masa muscular, la cual afecta a los músculos involucrados en la masticación.
- Dificultad para realizar el proceso de la masticación y la deglución.
- Puede ocasionar que se produzcan atragantamientos o bien el paso de pequeñas cantidades de alimento hacia el tracto respiratorio: broncoaspiración.



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



Faringe

- Mayor probabilidad de una disfagia y trastornos musculares:
 - Disfagia: dificultad para tragar.

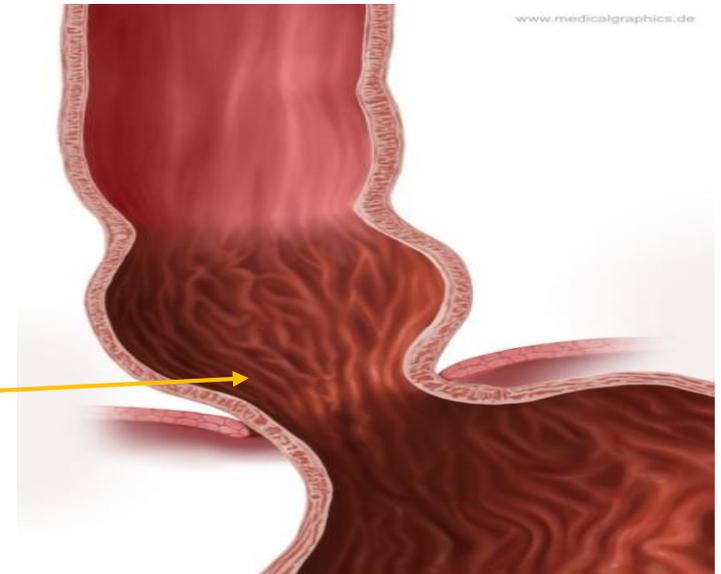


[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC](#)



Esófago

- La fuerza de las contracciones esofágicas llamadas movimientos peristálticos tienden a disminuir.
- Alteración a nivel del esfínter esofágico inferior (entre el esófago y estómago).
 - Se ensancha, lo que ocasiona el reflujo.



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



Esófago

- Provoca que se presente el reflujo de alimento y ácidos desde el estómago al esófago, lo cual es altamente irritante, para esta mucosa que no está preparada para protegerse de estos compuestos.



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



Estómago

- Pérdida de elasticidad, lo que provoca que la persona adulta mayor tenga la sensación de que no puede comer porciones grandes de alimento.
- Disminución de la movilidad, así como, una menor secreción de los jugos ácidos, lo que causa que la digestión sea más lenta, y que el vaciado gástrico, hacia el intestino delgado se vea retrasado.
- Capa protectora del estómago, se vuelve de menor calidad, lo que puede conducir a la aparición de úlceras en la mucosa gástrica.

Las PAM toman aspirina generalmente por problemas del corazón, que tiene como efecto secundario úlceras y sangrados.



Intestino delgado

- Tiene menor cantidad de irrigación sanguínea.
- Movilidad disminuye.
- Se puede presentar un relativo grado de atrofia, lo que puede producir una malabsorción de nutrientes, aunque la persona adulta mayor se alimente adecuadamente.
- Adicionalmente, se disminuye la presencia de una enzima llamada lactasa, ocasionando que la persona adulta mayor pueda presentar intolerancia a los productos lácteos.



Intestino grueso

- Disminución de movimientos o peristaltismo, produciéndose también, un cierto grado de atrofia en la mucosa intestinal, alterándose la absorción de agua de las heces, hecho que produce tendencia al estreñimiento.





Cuidados

Tomando en cuenta las desviaciones de la salud, la persona asistente debe:

- Adaptar los alimentos a las necesidades de la PAM: ejemplo persona que no tenga las piezas dentales.
- No presionar a la PAM por la ingesta de comidas, porque puede tener alteración de la función gustativa u otras alteraciones, en la cuales no le provoque placer la comida.
- Permitir que se tome su tiempo para masticar y pueda deglutir sin dificultad.



Cuidados

- Evitar alimentos irritantes.
- En caso de estreñimiento: valorar y reportar los patrones de defecación.
- De tener incontinencia fecal, se debe cambiar el pañal de forma rápida y oportuna.
- Permitir que la PAM haga la digestión en una posición sentada, es decir, no acostar a la PAM después de comer, se debe esperar un tiempo prudencial para evitar reflujo.



Cuidados

- Como se ha menciona la alimentación es fundamental para la vida, y es parte de los placeres que tenemos los seres humanos, sin embargo, con la edad, los cambios del envejecimiento o las alteraciones en el sentido del gusto, olfato o vista hace que este proceso de alimentación no sea tan placentero. Por ello, como persona asistente debe estar valorando la ingesta de las PAM, sus gustos y preferencias y tener una comunicación directa con el personal de salud, a fin de brindar a la población una solución en cuanto a la alimentación se refiere.