

UNIDAD 1: El envejecimiento

ESTUDIO DEL CASO-PÁG. 7

1. ¿Cuáles son las características del envejecimiento de Florencia?

Irene ha identificado de forma clara que Florencia tiene un envejecimiento de tipo patológico, puesto que presenta Parkinson además de pérdidas en la audición acusadas y un deterioro físico importante.

2. ¿Qué cambios desde el punto de vista biológico ha podido observar Irene en esta usuaria?

Irene ha ido observando en Florencia cambios a nivel de la piel, las uñas, el cabello y a nivel muscular y óseo con un deterioro acentuado. Recuerda que en muchas ocasiones los aspectos biológicos son los que más podrás observar en un usuario.

3. ¿Cómo ha ido progresando el deterioro de Florencia desde el punto de vista psicosocial?

Irene ha sido consciente de los cambios de Florencia debido a su pérdida conyugal, esto la ha afectado bastante y si no se trata de forma adecuada acelerará el deterioro de Florencia a todos los niveles, recuerda que muchas veces la mente causa más patologías que el cuerpo.

4. ¿Qué patologías ha identificado Irene en esta usuaria?

Irene debe conocer los cambios y las necesidades a nivel sexual que puede presentar Florencia.

5. ¿Cómo debe atenderse la sexualidad de Florencia?

Debido a la pérdida de su marido y a las propias características biológicas de la edad de Florencia esta usuaria posiblemente presenta unas necesidades mínimas en cuanto a su sexualidad.

6. ¿Qué necesidades específicas de Florencia podrían ser atendidas por Irene?

Irene podrá intervenir sobre todo en la asimilación de la viudez de Florencia como principal necesidad de intervención, además, siguiendo las recomendaciones del geriatra ayudará a esta usuaria en el tratamiento de la demencia a través de las actividades diseñadas en el equipo de atención multidisciplinar.

ACTIVIDADES-PÁG. 12

1. Define los siguientes conceptos: Gerontología, etiopatogenia, gerontología biológica o experimental, Psicogerontología o Gerontopsiquiatría, gerontología social, geriatría o gerontología clínica. Indica en una tabla sus semejanzas y diferencias.

- La Gerontología es la ciencia relacionada con la vejez que estudia los fenómenos biopsicosociales del envejecimiento humano desde una perspectiva multidisciplinar.

- La Etiopatogenia es el origen o causa del desarrollo de una patología.

- Gerontología Biológica o experimental área encargada de investigar tanto los cambios y fenómenos biológicos que se producen en el organismo como el conjunto de factores que causan una enfermedad, se relaciona con la edad cronológica y el paso del tiempo.

- Psicogerontología o Gerontopsiquiatría área encargada del estudio de los cambios y fenómenos cognitivos, afectivos y conductuales que suceden en la persona de manera en relación directa con el paso de los años.

- Gerontología social área encargada del estudio del envejecimiento del conjunto de la población, de la estructura social, de los cambios relacionados con la adquisición, mantenimiento o la pérdida de roles sociales en la persona asociados al paso del tiempo y de la influencia cultural en los procesos.

- Geriatria o gerontología clínica Constituye el área que aborda los aspectos médicos de la vejez, entre los que se incluyen el diagnóstico, la prevención y el tratamiento multidisciplinar de las patologías asociadas a esta fase vital de la persona, a través del conjunto de servicios de atención a personas en situación de dependencia.

2. Enumera y describe las características del proceso de envejecimiento. Analiza los cambios que has experimentado desde que naciste hasta hoy en día. ¿Has notado el paso del tiempo?

- Es un proceso individual en el que no existe uniformidad ya que cada organismo se desarrolla, evoluciona y envejece, de manera diferente a los demás.

- Dentro de cada ser vivo, cada sistema y órgano envejece a una velocidad distinta.

- Es un proceso dinámico y cambiante.

- Está vinculado a las distintas fases de la vida y se relaciona directamente con la interacción que se establece entre el organismo, el entorno y una serie de factores determinantes que rodean a la persona.

3. Establece las diferencias que crees que existen entre los tipos de envejecimiento. ¿Cómo te imaginas cuando tengas 85 años?

- Envejecimiento normal: Es aquel que ocurre sin que exista una patología biológica y/o mental, es el dominante en la sociedad. Estas personas no sufren enfermedades manifiestas gozan de buena salud y de una vida independiente.

- Envejecimiento patológico: Es el que se produce cuando la persona sufre de patologías médicas importantes, éstas vienen marcadas por enfermedades físicas y mentales que impiden que puedan realizar las actividades de la vida normal y que la persona pueda llevar una vida independiente.

- Envejecimiento exitoso: Es el proceso por el cual se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental a lo largo de la vida del individuo con el fin de ampliar una esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez.

4. Da una definición de lo que tu entiendes por envejecimiento y explica por qué lo defines así.

El alumnado deberá realizar una definición propia del concepto de envejecimiento y justificarla.

5. ¿Qué pasaría si toda la población española envejeciera al mismo ritmo y tuviera las mismas características? Justifica la respuesta.

Una de las ventajas sería por ejemplo que los profesionales sabrían tratar las patologías propias del envejecimiento de forma adecuada y uno de los inconvenientes sería que a la larga la población sería muy anciana.

6. Elabora un listado de actividades a lo largo del ciclo vital que pueden contribuir a que una persona desarrolle un envejecimiento óptimo. Indica al menos 8.

Según la definición teórica de este tipo de envejecimiento el alumnado deberá realizar una propuesta coherente de actividades.

7. Busca en internet las pirámides de población de España, Alemania y China en la actualidad y en el año 2050. ¿Qué semejanzas y qué diferencias puedes observar?

El alumnado deberá realizar una búsqueda en páginas web específicas y responder a la cuestión solicitada anotando las semejanzas y las diferencias.

8. ¿Consideras que el actual envejecimiento de la población en nuestro país podría remediarse? Indica al menos 3 posibles remedios que propondrías.

Tras contestar a la pregunta después de un proceso de reflexión el alumnado deberá elaborar las propuestas solicitadas.

9. Inventad por grupos de tres una historia sobre una persona anciana, relatad que cambios se han ido produciendo en su vida según las áreas estudiadas en la Gerontología.

El alumnado en esta actividad grupal deberá conocer y manejar el concepto de Gerontología visto en la unidad.

10. Por parejas, analizad en el aula noticias en internet o en prensa sobre la tercera edad e identificad el tipo de envejecimiento que se da en dicha noticia.

El alumnado deberá analizar alguna noticia sobre la tercera edad y resolver la cuestión solicitada.

ACTIVIDADES-PÁG. 17

11. Enumera a través de una tabla, cuatro modificaciones celulares y moleculares en el envejecimiento. Indica dónde inciden en el ser humano.

- La degeneración y la modificación celular varían en función del tipo de célula, no es igual una neurona que una célula de la piel.
- Las células sufren cambios en las membranas, el citoplasma y el núcleo celular a lo largo de su proceso vital.
- La muerte celular aumenta de forma progresiva, por lo que disminuye el número de células en el organismo.
- Las células ralentizan el crecimiento y la división celular.
- La pérdida de agua celular se incrementa por lo que se favorece la deshidratación.
- El tejido adiposo se degenera y pierde su firmeza.
- Se produce hinchazón turbia o edema a nivel celular.
- La pigmentación se modifica progresivamente.

12. ¿Por qué la piel durante el envejecimiento adquiere aspecto de descolgamiento? Justifica la respuesta.

Disminuye la producción de grasa y la elasticidad de la piel, se queda flácida.

13. Enumera cuatro modificaciones en el sistema osteoarticular en el envejecimiento. Realiza un dibujo de un ser humano y señala con un círculo donde se producen.

- El hueso envejece produciéndose una desmineralización del 12% en los hombres y del 26% en las mujeres.
- Las articulaciones reducen su capacidad: la elasticidad, el grosor, la resistencia cartilaginosa y la viscosidad sinovial.
- La limitación de los rangos articulares aumenta, repercutiendo en la amplitud de los movimientos.
- La talla disminuye de forma generalizada.
- La silueta se modifica.
- La presencia de dolor es más probable por diversas patologías como la artritis.

14. ¿Por qué las personas mayores suelen fatigarse antes y con mayor intensidad al realizar actividades físicas? Justifica la respuesta y realiza un listado de actividades de la vida diaria donde podría producirse este efecto negativo.

Se producen cambios en la estructura de los pulmones, disminuyendo la cantidad de aire que entra y sale de ellos, especialmente bajo condiciones de esfuerzo, esto afecta a la capacidad de reserva, apareciendo la sensación de cansancio con mayor facilidad.

El alumnado deberá realizar una propuesta de actividades de la vida diaria donde se vea reflejado este proceso.

15. Busca en internet un capítulo sobre la serie “Erase una vez la vida” que tenga que ver con el envejecimiento, realiza un resumen sobre lo que más te ha llamado la atención.

Buscando en la página youtube el capítulo de esta serie el alumnado deberá realizar una asociación de lo visto con los contenidos de la unidad.

16. Por parejas realizad una tabla comparativa de la incidencia del envejecimiento a nivel biológico en hombres y mujeres, ¿varía algo o es igual? Justifica tu respuesta.

El alumnado deberá elaborar una tabla comparativa donde refleje las diferencias del envejecimiento entre hombres y mujeres.

17. Realizad una puesta en común en el aula sobre el deterioro biológico en el ser humano, ¿pensáis que se produce igual en todos los seres humanos? Elaborad un listado de aquellos factores que pensáis que inciden en dicho deterioro.

Asimilando el concepto de envejecimiento el alumnado realizará un pequeño debate en el aula sobre el concepto de deterioro biológico y realizará el listado de los factores.

18. Busca información en internet acerca de la incontinencia en el envejecimiento. Explica qué tipos existen y cuáles son las causas que las producen.

El alumnado deberá realizar una búsqueda en páginas web específicas sobre la incontinencia, el profesorado podrá recomendar páginas de búsqueda.

ACTIVIDADES-PÁG. 20

19. Describe 5 modificaciones psicosociales que aparecen relacionadas con el envejecimiento y durante la etapa de la vejez que te sean significativas.

- Pérdida del trabajo y la jubilación que implica la necesidad de rehacer nuevas estructuras a nivel social.
- Necesidad de buscar actividades y usos del tiempo alternativos para ocupar el tiempo libre disponible.
- Demanda de cuidados específicos de salud frecuentes y precisos.
- Demanda de productos, recursos de bienestar a nivel individual y comunitario.
- Necesidad de asumir cambios en la dinámica de la unidad de convivencia debido a la reorganización del tiempo y de las actividades a realizar.

20. Enumera algunas modificaciones que se producen en los roles individuales de la persona en el proceso del envejecimiento. Elabora una relación con las características del envejecimiento activo.

Acumulación de pérdidas a nivel personal, económico, social, laboral... estas experiencias que forman parte de la vida cotidiana se suelen acompañar de sentimientos de tristeza, impotencia, soledad y dolor.

21. Define con tus propias palabras el término Psicogerontología, justifica tu respuesta y describe sus principales utilidades.

Una vez que el alumnado conoce el concepto teórico de Psicogerontología realizará su propia definición.

22. De los siguientes términos señala cuáles afectan al cambio de conductas relacionados con los roles individuales y cuáles son los que se desarrollan dentro de una comunidad: Jubilación, Pérdida de personas queridas, Incremento del tiempo libre, pérdida de la posición económica, Pérdida de decisiones en la familia, pérdida del rol laboral.

- Pérdidas en roles individuales: Acumulación de pérdidas a nivel personal, económico, social, laboral... estas experiencias que forman parte de la vida cotidiana se suelen acompañar de sentimientos de tristeza, impotencia, soledad y dolor.

- Pérdidas en roles comunidad: Desequilibrio entre las diversas áreas del desempeño ocupacional tan importantes para el desarrollo de la vida de la persona: el autocuidado, la productividad y el ocio

23. Explica la importancia del ambiente en la evolución funcional de las personas dependientes, determinando los factores de mayor incidencia que inciden en el proceso del envejecimiento.

- Alteración de la memoria reciente o a corto plazo, como consecuencia de la disminución de la capacidad para sintetizar objetos frente a la conservación de la capacidad para evocar recuerdos a través de la memoria.
- Disminución de la capacidad de atención y concentración, relacionada con la falta de interés por la realidad que le rodea.
- Pérdida de la capacidad para resolver problemas novedosos o de afrontar retos o actividades nuevas.
- Aumenta la dificultad para el aprendizaje de nuevos conocimientos, debido a que la velocidad de asimilación o rendimiento es menor.
- Se altera la percepción, lo que se manifiesta en la reducción de la capacidad de recibir y procesar la información del entorno asociado a las alteraciones biológicas de los sentidos.
- Disminuye la velocidad y reacción en los procesos de pensamiento.

24. Realizad por parejas un role- playing donde representéis a dos ancianos relatando los cambios que han ido experimentando a nivel psicosocial a lo largo de su vida, señalad al menos tres de gran incidencia en el proceso de la vejez.

El alumnado deberá realizar esta técnica demostrando que ha interiorizado la definición teórica del proceso de envejecimiento.

25. En grupos de tres realizad un trabajo monográfico sobre la jubilación y la incidencia en el proceso del envejecimiento, señalando los aspectos de mayor incidencia, sus repercusiones y las posibles soluciones que proponéis para frenar la importancia negativa de este hecho.

Realizando una búsqueda en páginas web específica, el alumnado en el grupo desarrollará actitudes de cooperación y mostrará su asimilación de los contenidos propuestos en la pregunta.

ACTIVIDADES-PÁG. 25

26. Explica la evolución y características de la sexualidad de las personas mayores indicando los aspectos de mayor incidencia.

Cambios fisiológicos asociados a la vejez y estado de salud.

27. Describe 3 factores psicológicos que pueden interferir con un adecuado disfrute de las relaciones sexuales en la vejez. Analiza su importancia y pon ejemplos prácticos.

- Los hombres pueden temer que la impotencia se convierta en un problema más común a medida que van envejeciendo.
- A algunas mujeres los cambios físicos normales de la vejez pueden hacerles sentir que son menos atractivas para el sexo opuesto y pueden vacilar antes de expresar su interés sexual.
- El mantener estándares y metas de belleza física juvenil puede interferir con la forma de disfrutar el sexo, tanto de hombres como de mujeres.
- Estereotipos sociales sobre los roles masculino y femenino y sobre las personas mayores, la imagen social de las personas mayores como “desenganchadas” de este tipo de necesidades más típicas de los jóvenes son otras barreras que hay que eliminar para favorecer el disfrute sexual en la vejez.
- Creencias erróneas que pueden contribuir a obstaculizar el disfrute de una adecuada sexualidad en la vejez como: “la menopausia disminuye el interés sexual”, “la sexualidad es sólo para los jóvenes”, “la actividad sexual es mala para la salud en las personas mayores”....

28. Enumera 3 pautas a seguir para ayudar a las personas mayores a disfrutar más de la sexualidad, elabora un guión con al menos cinco pasos a tener en cuenta como técnico.

- Normalizar el tema de la sexualidad luchando contra obstáculos que impiden o dificultan el desarrollo de esta actividad y favorecer la comunicación y la expresión por parte de los mayores de la problemática que pueden vivir en este ámbito de su vida.
- Proporcionar información a las personas mayores sobre los cambios normales que ocurren con el envejecimiento y que pueden generar cambios en la forma de experimentar la sexualidad.
- Potenciar una visión de la sexualidad creativa, que reconozca el valor como potenciales fuentes de goce de otras actividades.

29. Analiza 3 enfermedades o problemas de salud que pueden hacer más difícil la realización y/o el disfrute del acto sexual. ¿sabes en qué consisten esas enfermedades?

- Incontinencia: Pérdida del control de la vejiga o el escape de la orina que es más común a medida que se envejece.
- Problemas de corazón: La arteriosclerosis que consiste en el estrechamiento y endurecimiento de las arterias cambia la estructura de los vasos sanguíneos e impide que la sangre fluya libremente.
- Artritis: El dolor de las articulaciones ocasionado por las artritis puede hacer que el contacto sexual resulte incómodo.
- Diabetes: Muchos hombres que sufren de diabetes no tienen problemas sexuales, pero esta es una de las pocas enfermedades que puede causar impotencia.
- Algunas personas que han sufrido un infarto temen que el tener relaciones sexuales pueda ocasionarles otro ataque aunque la probabilidad es muy baja.

30. Imagina que eres un profesional que debe aconsejar a una pareja de ancianos algunas pautas para el disfrute de su vida sexual. Enumera al menos 5 de ellas justificando la respuesta.

Después de estudiar este punto de la unidad, el alumnado deberá realizar una propuesta de cinco pautas donde aconseje a la pareja de ancianos el disfrute de la vida sexual.

31. Por parejas realizad un dibujo en una cartulina de un hombre y una mujer ancianos, señalando a nivel biológico donde incide el envejecimiento en la sexualidad.

Los dibujos realizados en la cartulina deberán reflejar la comprensión del alumnado del tema.

32. ¿Conocéis alguna pareja de ancianos? Preguntad cómo han vivido cambios en su sexualidad al llegar a esta etapa del ciclo vital, realizad un breve resumen de los puntos más importantes y exponedlos en el aula.

El alumnado deberá realizar una investigación preguntando a ancianos sobre este tema

33. Buscad en grupos de 3-4 personas en internet algún video sobre la sexualidad en la tercera edad, analizadlo, sacad las ideas principales y realizad una puesta en común con vuestros compañeros.

Realizando una búsqueda en canales específicos como youtube, el alumnado deberá visualizar el video y sacar las ideas principales en relación al tema.

ACTIVIDADES-PÁG. 29

34. Identifica las principales manifestaciones de deterioro personal y/o social propias de las personas mayores explicando las necesidades de apoyo que presentan, los aspectos físicos, psicológicos y sociales.

Soledad, estado civil y tipo de apoyo recibido. El alumnado deberá a continuación según este punto de la unidad analizar las necesidades de apoyo existentes.

35. ¿Por qué consideras que es útil conocer el estado civil de una persona anciana? ¿Qué otras informaciones pueden ser útiles para considerar en el envejecimiento?

Conocer el estado civil de una persona es útil porque proporciona información sobre las fuentes potenciales de apoyo en caso de un aumento del nivel de la dependencia, ya que vivir con el cónyuge es un factor decisivo para evitar el recurso a la ayuda formal y los servicios sociales, convirtiéndose en el principal apoyo para mantener la independencia de los usuarios.

36. ¿Consideras que hay más personas solteras o casadas en la población anciana? Justifica tu respuesta.

Teóricamente la proporción de personas solteras es mayor debido a la mortalidad de este grupo de población.

37. En grupos de 4 personas vamos a debatir sobre la siguiente cuestión: ¿quien se desenvuelve mejor en la soledad, hombres o mujeres? Anotad vuestras conclusiones y a continuación realizad una puesta en común en el aula sobre vuestras conclusiones.

A día de hoy la mujer se desenvuelve mejor en soledad debido a que en este grupo de edad ha sido la encargada de llevar un hogar, por ejemplo, mientras que muchos ancianos casi no saben hacerse de comer.

38. Relaciona los cambios biológicos, psicológicos y sociales propios de la tercera edad con las dificultades que acarrearán para el desenvolvimiento diario de la persona, en sus hábitos de autonomía personal; en su relación y comunicación con el entorno; en su inserción ocupacional y/o laboral.

El alumnado debe conocer la definición teórica de los cambios propios en la tercera edad para poder efectuar una relación con los hábitos de una vida normal.

39. En grupos de tres realizad un video representando algún aspecto que consideráis esencial en las necesidades de atención de la vejez, uno de vosotros actuará como técnico.

En esta actividad se pide que al alumnado elabore un video donde represente alguno de los aspectos de la vejez vistos en este punto de la unidad.

40. Por parejas, realizad un power point sobre la viudez, resaltad aquellos aspectos más relevantes en la atención a la tercera edad.

El alumnado deberá realizar el power point demostrando sus conocimientos teóricos sobre la viudez en la tercera edad.

ACTIVIDADES FINALES-PÁG. 30

Individuales

1. Analiza la evolución del envejecimiento en nuestro país en los Siglos XVIII, XIX y XX. ¿Qué diferencias puedes observar?

Realizando una búsqueda en páginas específicas el alumnado deberá comparar la evolución de la vejez en las épocas señaladas.

2. Realiza un análisis del envejecimiento de una célula, ¿qué relación tiene con el envejecimiento humano?

Analizando la biología celular, el alumnado deberá relacionar la teoría biológica con el envejecimiento.

3. Elabora un mapa conceptual de los cambios psicosociales que más pueden incidir en la vejez del ser humano.

Según la definición teórica de lo que es un cambio psicosocial el alumnado deberá realizar un mapa conceptual donde resuma y plasme este concepto.

4. Describe alguna teoría científica que explique la evolución de la sexualidad en la tercera edad.

Teoría endocrina. El envejecimiento se produce por una pérdida de las secreciones hormonales, en especial de las glándulas sexuales, que produciría el decaimiento orgánico que acarrea el proceso del envejecimiento

5. Actualmente los tipos de unidades de convivencia han cambiado con la evolución de la sociedad y hoy en día las parejas del mismo sexo son una realidad, piensa y elabora una serie de conclusiones acerca de cómo puede incidir esto en la ancianidad de las personas.

Teniendo en cuenta la definición de unidad de convivencia, el alumnado deberá responder a la cuestión generando un debate en el aula.

6. Realiza una pauta de actuación acerca de cómo ayudarías a una persona de la tercera edad a aceptar la viudez.

Teniendo en cuenta la definición teórica de la viudez el alumnado deberá realizar una pauta de actuación adecuada en la aceptación de la soledad.

7. Realiza un mural donde muestres la pirámide de población actual en España indicando los aspectos a resaltar en el dibujo y cómo cambiarías la tendencia de envejecimiento en nuestro país.

El alumnado deberá realizar un mural dibujando la pirámide de población en nuestro país y aportando propuestas a cambiar la situación actual.

8. Realiza un mapa conceptual de los aspectos biológicos del envejecimiento y compáralos con los aspectos biológicos en la infancia y en la edad adulta.

El alumnado deberá realizar un mapa conceptual de los principales aspectos biológicos que se relacionan con el envejecimiento y realizar una comparación con las otras etapas de la vida.

9. Elabora un pequeño trabajo monográfico con las diferencias y semejanzas que consideres que existían entre la vejez en la prehistoria y la vejez en la actualidad, reflejándolas en una tabla comparativa.

El alumnado deberá realizar una tabla comparativa donde refleje las diferencias que considere en la vejez a través de las dos épocas históricas que se le pide.

10. ¿Por qué considerarías que se produce una disminución del placer por la comida en la vejez? Elabora un listado de aquellos alimentos que te producen mayor placer al comer y cuáles menos, señalando al menos cinco de ellos y relatando cómo crees que remediarías la pérdida de apetito en los alimentos que más te gustan.

El alumnado deberá resolver la cuestión solicitada de forma justificada según lo visto en la unidad y a continuación deberá realizar un listado de los alimentos que considere para finalizar resolviendo la situación planteada a través de una pauta de actuación.

11. Describe diversos ejemplos donde se vean reflejados aspectos sensoriales en relación a las actividades de la vida diaria en la ancianidad.

Teniendo en consideración los aspectos sensoriales y su relación con las AVD, el alumnado deberá relacionar su incidencia con la ancianidad en el ser humano.

Grupales

12. En grupos de 3-4 personas realizad una encuesta en vuestra localidad acerca del número de personas casadas a partir de los 65 años, anotad los resultados y realizad una puesta en común en el aula.

El alumnado deberá realizar una encuesta entre personas de su localidad de la tercera edad con al menos una pregunta de sí/no realizando un estudio sobre los matrimonios de este grupo de edad.

13. Por parejas realizad un mapa conceptual en papel continuo sobre los principales aspectos recogidos en la unidad sobre el envejecimiento señalando los aspectos más significativos.

El alumnado deberá realizar un mapa conceptual con los aspectos más relevantes de la unidad en relación al envejecimiento.

ENTRA EN INTERNET-PÁG. 30

14. Consulta esta página web:

<http://bit.ly/1eqWcxU>

a. ¿Qué conclusiones puedes sacar acerca del artículo que has leído?

El alumnado deberá realizar un análisis del artículo mostrado en esta página web.

b. ¿Quién piensas que se adapta mejor a la viudez, el hombre o la mujer? Justifica tu respuesta.

El alumnado deberá realizar un análisis del artículo mostrado en esta página web.

15. Realiza un esquema de los puntos más interesantes a los que responden las preguntas establecidas en la web.

[<http://bit.ly/17tAcxj>](http://bit.ly/17tAcxj)

El alumnado analizará las preguntas vistas en la web y deberá demostrar su capacidad de síntesis.

EVALÚA TUS CONOCIMIENTOS-PÁG. 31

1c, 2a, 3c, 4b, 5b, 6b, 7c, 8b, 9a, 10c

PRÁCTICA PROFESIONAL-PÁG. 32

1. ¿Qué factores pensáis que pueden tratarse en el proceso del envejecimiento para llegar de forma óptima a esta fase vital?

Cuidar la alimentación, las relaciones sociales, evitar malos hábitos, entrenar las funciones cognitivas...

2. ¿Cuál sería el grado de intervención como técnicos en atención a la dependencia que podríais desarrollar con una persona anciana?

Apoyo y acompañamiento en las Actividades de la Vida Diaria.

3. ¿Qué diferencias a grandes rasgos habéis observado en el proceso del envejecimiento en vuestro estudio práctico?

El alumnado deberá demostrar que ha comprendido la evolución de la vejez.

4. ¿Podríais relatar algunas recomendaciones que propondríais al grupo de edad menor de 50 años para llegar al envejecimiento más saludable posible?

Cuidar la alimentación, las relaciones sociales, evitar malos hábitos, entrenar las funciones cognitivas...

PRÁCTICA PROFESIONAL-PÁG. 33

1. ¿Podría darse ese caso en la actualidad? ¿Cómo sería la intervención?

Es bastante improbable un caso así, y la intervención sería la propia de cualquier proceso de envejecimiento.

2. ¿En qué momento os habéis sentido identificados en la película con alguna vivencia personal o familiar?

El alumnado deberá reflexionar sobre lo visto en la unidad y en la película para realizar una conclusión personal.

3. ¿Conocéis algún caso de envejecimiento óptimo similar al visto en la película?

El alumnado deberá poner algún ejemplo y explicarlo en el aula.

4. ¿Qué final alternativo habríais propuesto para la película? Justificad la respuesta.

El alumnado realizará una propuesta coherente de final alternativo.

5. ¿Qué elementos del envejecimiento óptimo habéis analizado en la película?

Teniendo presente lo analizado en la unidad respecto al concepto de envejecimiento óptimo, el alumnado deberá realizar una relación con lo visto en la película.

ACTUALIDAD LABORAL-PÁG. 34

1. Lee con atención el texto de Rafael Mérida Alcántara y contesta a las siguientes preguntas:

a. ¿Cuántas fases existen en la vida?

Existen varias fases, infancia, adolescencia, edad adulta..., caracterizadas todas ellas por una biología propia. La última de estas fases es la que se ha denominado vejez, ancianidad, tercera edad.

b. ¿Qué características presentan normalmente las personas mayores?

Una imagen de decrepitud, deterioro, vacío, enfermedad o pérdida y un concepto de sabiduría, entendida como conocimiento que da la experiencia.

c. ¿En qué se caracteriza a nivel general el proceso de envejecimiento?

Cambios y modificaciones que en interacción con las características personales de cada sujeto conferirá a cada anciano un sesgo individual y diferente al resto de las personas.

d. ¿Cómo define Richard Miller al envejecimiento?

El envejecimiento es un proceso en el que los adultos sanos, pasan a frágiles, con disminución de los mecanismos de reserva fisiológicos e incremento exponencial para la vulnerabilidad frente la enfermedad y la muerte.

e. ¿Qué es el envejecimiento usual?

Abarca aquellos ancianos con una mayor o menor grado de vulnerabilidad o fragilidad, afectos de enfermedades crónicas con o sin moderada repercusión funcional.

f. ¿Qué tipo de ancianos existen?

Sano, enfermo y de alto riesgo o frágil.

g. ¿Cuál es el porcentaje general en gasto farmacéutico que genera un anciano frágil?

62% del gasto farmacéutico.