XI Encuentro de la Red Latinoamericana de Cuidado al Paciente Crónico y la Familia.
II Encuentro Regional Nodo UDES para el Cuidado de la Persona con Enfermedad Crónica y sus Cuidadores: Apropiación Social del Conocimiento.
II Encuentro Interinstitucional de Semilleros de Investigación en Salud. 2022

Revisión Narrativa De Literatura Sobre Intervenciones De Enfermería Para Reducir La Sarcopenia En El Adulto Mayor En El Periodo 2012-2022

Jeimy Katherine Curtidor Pérez
universidad de Santander

INTRODUCCIÓN / ANTECEDENTES

Durante el proceso de envejecimiento, hay procesos de trasformación que experimenta el ser humano se efectúan en la fuerza muscular" Gutiérrez Corté enfermedades características y propias de la edad como la sarcopenia es "definida como la baja masa muscular en combinación con un bajo rendimiento físico

OBJETIVO

Identificar actividades que permitan vincular personal de enfermería dirigido a la reducción manejo de la sarcopenia en el adulto mayor en el periodo 2012-2022

MÉTODOS

Se realizo una revisión de la narrativa de la literatura en las en bases de datos ScienceDirect, Scopus, EBSCO ,Pubmed,SCIELO y Google Académico. cuyo enfoque fueron las intervenciones de enfermería en el control, prevención de la sarcopenia en el adulto mayor, que se encuentra publicados en los últimos 10 años.

RESULTADOS

Tras realizar la revision bibliografica en las respectivas bases de datos se establecieron 15 artículos como potenciales 10 son de tipo transversales, 3 son de tipo aleatorio,2 artículo corresponde a estudios de tipo observacional.

Se relaciona a la actividad física en 9 de los 15 artículos en donde se sugiere ejercicios de resistencia como herramienta en el manejo, control, prevención de la sarcopenia, complementar la actividad con ejercicio aeróbico y ejercicio de flexibilidad

Instrumentos para evaluar la sarcopenia en el Adulto mayor	Criterio a evaluar
Mini Examen del Estado Mental (MMSE)	Nivel de deterioro cognitivo
Escala Pfeiffer	Nivel de deterioro cognitivo
Trail Making Test (TMT)	Funciones cognitivas
Escala SARC-F	Fuerza muscular
Escala de Barthel Escalar AVD de Katz	Actividades cotidianas Nivel de dependencia

TABLA 1. *Instrumentos implementados para la evaluación de la sarcopenia en el adulto mayor.*

CONCLUSIONES

- La realización de ejercicios de resistencia progresiva parece ser la pauta más adecuada para prevenir y tratar la sarcopenia, solos o combinados con otros ejercicios, logrando beneficios sobre la masa, fuerza muscular y funcionalidad en el adulto mayor.

- La literatura identificada muestra al ejercicio físico en adultos mayor sarcopenico como elemento terapéutico, efectuando así una mejor funcionalidad y calidad de vida.
- La implantación de Escalas para identificar la sarcopenia, fragilidad, nivel cognitivo en el adulto mayor resultan ser un elemento fundamental durante la valoración de enfermería en donde tiene una gran importancia para conocer la respuesta del individuos frente a la presencia de la sarcopenia

REFERENCIAS

..
Villafuerte Reinante Janet, Alonso Abatt Yenny, Alonso Vila Yisel, Alcaide Guardado Yuleydi, Leyva Betancourt Isis, Arteaga Cuéllar Yoleisy. Elderly well-being and quality of life, a challenge for inter-sectoral action. Medisur [Internet]. 2017 Feb [citado 2021 Mayo 23] ; 15(1): 85-92. Disponible en:http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000100012&lng=es.

3. Serra Valdés Miguel, Serra Ruíz Melissa, Viera García Marleny. Las enfermedades crónicas no transmisibles: magnitud actual y tendencias futuras. Rev. Finlay [Internet]. 2018 Jun [citado 2022 Abr 29] ; 8(2): 140-148. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000200008&lng=es..

4. Alvarado García Alejandra María, Salazar Maya Ángela María. Análisis del concepto de envejecimiento. Gerokomos . [Internet]. 2014 Jun [citado 2021 Mayo 05] ; 25(2): 57-62. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2014000200002&lng=es. https://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2014000200002

ESPACIO PARA LOGO INSTITUCIÓN