



**Un espacio de conocimiento e  
información sobre el Adulto mayor**

**Número 5**

**Año 3, Agosto 2010**

Visite nuestra revista digital >>

## Cuidados para adultos con la llegada de bajas temperaturas

Jueves, 22 de Julio de 2,010

Las bajas temperaturas y la mala ventilación de los ambientes provocan numerosas enfermedades respiratorias y uno de los grupos más afectados es el de los adultos mayores.

A diferencia de personas más jóvenes, en los cuales estas patologías afectan sólo un órgano, estos malestares pueden afectar a varios órganos de las personas mayores.

Debe destacarse que las enfermedades respiratorias se manifiestan de manera distinta en esta población, muchas veces sin tos ni fiebre, es por ello que se consulta tardíamente a los especialistas. En ese sentido, es importante estar alerta a los cambios actitudinales en las personas mayores.

Para evitar un malestar crónico se recomienda abrigarse bien, cumplir con la vacunación antigripal anual, evitar la exposición a bajas temperaturas, al agua o la humedad, mantener los pies calientes y usar bufandas para cubrir el cuello.

Si se detecta que existen secreciones nasales, tos o catarros se sugiere hacer una consulta a su médico lo antes posible.

Muchos adultos mayores acuden tardíamente a la consulta porque priorizan los remedios caseros o dependen de terceros para su traslado. Sin embargo, tengamos en cuenta que el manejo de éste grupo poblacional constituye una especialidad, es decir que un adulto mayor necesita del conocimiento y la experiencia de una institución específica.

Fuente:

[http://www.elcomercial.com.ar/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14324:cuidados-para-adultos-con-la-llegada-de-bajas-temperaturas&catid=4:locales&Itemid=55](http://www.elcomercial.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=14324:cuidados-para-adultos-con-la-llegada-de-bajas-temperaturas&catid=4:locales&Itemid=55)

Editado por Palabras Mayores

22 de julio de 2010