



## Papel de Enfermería en el envejecimiento fisiológico

**1. En el proceso de jubilación es falso que:**


- ☐ a) Puede conducir a situaciones de precariedad en la salud.
- ☐ b) la adaptación mejora con cursos adecuados a las características de las personas.
- ☐ c) la inactividad puede llevar consigo sentimientos de inutilidad.
-  ☒ d) la preparación a la jubilación se debe iniciar cuando aparezcan los primeros problemas.

**2. El efecto del envejecimiento normal sobre el sistema vascular periférico es:**


- ☐ a) Disminución en la resistencia vascular.
-  ☒ b) Rigidez arterial.
- ☐ c) Vasos más gruesos y más elásticos.
- ☐ d) La red vascular se hace más extensa para compensar la disminución en la luz de los vasos.

---

**3. Con respecto a los sentidos, señale la respuesta correcta:**


-  ☒ a) Actividades preventivas.
- ☐ b) La correcta administración de medicamentos.
- ☐ c) La herencia de nuestros padres.
- ☐ d) El nivel socio-económico de los ancianos.

**4. En la dieta del anciano mayor de 75 años, el aporte calórico es:**


- ☐ a) 2400 calorías en varones y 2200 calorías en mujeres.
- ☐ b) 2300 calorías en varones y 2100 calorías en mujeres.
- ☐ c) 2200 calorías en varones y 1800 calorías en mujeres.
-  ☒ d) 1800 calorías en varones y 1600 calorías en mujeres.

---


**5. En el anciano, aparecen con frecuencia las molestias digestivas, porque:**

-  ☒ a) Disminuye la producción de clorhídrico.
- ☐ b) El proceso de digestión se acelera.
- ☐ c) Aumenta la motilidad intestinal.
- ☐ d) Aumenta la secreción de jugo gástrico.


**6. Uno de los cambios en las mucosas orales durante el proceso de envejecimiento es:**

-  ☒ a) El esmalte protector de los dientes se adelgaza y la dentina se hace transparente.
- ☐ b) La lengua se torna lisa y aumentan las papilas filiformes.
- ☐ c) Aumento de la secreción salival.
- ☐ d) Las encías no sufren cambios significativos.

7. ¿Cuál de las siguientes funciones cognitivas sufre una disminución como consecuencia del envejecimiento fisiológico?:


- ☐ a) La imaginación.
- ☐ b) El juicio.
-  ☒ c) La memoria a corto plazo.
- ☐ d) La creatividad.

8. En cuanto a las mejoras que proporciona el ejercicio físico en el anciano, señale de entre las alternativas que se citan a continuación, la que es falsa a ese respecto:


- ☐ a) Retrasa los procesos de envejecimiento.
- ☐ b) Mejora los procesos metabólicos.
- ☐ c) Evita el deterioro del rendimiento cardíaco.
-  ☒ d) La descalcificación ósea se puede agravar.

---

9. En la vejez tienen lugar una serie de cambios en la función renal, de los que se enuncian ¿cuál NO se produce?:


- ☐ a) Pérdida de nefronas.
- ☐ b) Arteriosclerosis de las arterias renales.
-  ☒ c) Aumento del filtrado glomerular para compensar la pérdida de nefronas.
- ☐ d) Aumento de la orina residual.

10. Los factores que provocan la reducción de la estatura en el anciano obedecen a:


-  ☒ a) Disminución del espesor de los discos intervertebrales.
- ☐ b) Una cifosis dorsal y flexión de las extremidades superiores.
- ☐ c) Disminución ósea en los bordes de las articulaciones.
- ☐ d) La continua producción de estrógenos protegen los huesos de los mayores.

---

11. El arco senil, que aparece como resultado del envejecimiento fisiológico, consiste en:


- ☐ a) La aparición de un doble mentón como resultado de la flacidez de la piel.
-  ☒ b) El depósito de lípidos alrededor del iris.
- ☐ c) La mayor profundidad del surco nasobucogeniano.
- ☐ d) La cifosis dorsal que altera la estética del tórax.

12. Con respecto al envejecimiento, señale la falsa:


- ☐ a) El envejecimiento es un proceso dinámico.
-  ☒ b) El envejecimiento es determinante en la aparición de enfermedades.
- ☐ c) Las enfermedades que aparecen, van acompañadas y condicionadas por otros factores, como sociales, ambientales, etc.
- ☐ d) La edad no es el único factor que determina la vejez.

---


**13. Cuando un anciano obtiene una puntuación 25 en el test "MINI MENTAL STATE EXAMINATION (MNSE)" de Folstein, significa que está:**

- ☐ a) Iniciando una demencia.
-  ☒ b) Rigurosamente normal.
- ☐ c) Con alteraciones significativas de memoria.
- ☐ d) Con demencia en fase avanzada.


**14. Cuando un anciano presenta tinnitus, nos estamos refiriendo a:**

- ☐ a) Un deterioro de la sensibilidad acústica en tonos de frecuencia bajos.
-  ☒ b) La percepción de un sonido que no tiene ningún origen en el ambiente.
- ☐ c) Una pérdida auditiva progresiva.
- ☐ d) Una disminución de la percepción de tonos puros.

**15. Una de las características del envejecimiento pulmonar en los ancianos es:**


-  ☒ a) Disminución de la fuerza muscular de la caja torácica, por debilitamiento de los músculos respiratorios.
- ☐ b) Disminución del volumen residual.
- ☐ c) Aumento de la capacidad vital.
- ☐ d) Aumento de la difusión alveolar y de la ventilación pulmonar.

**16. Las modificaciones que se producen en el aparato genital masculino, como consecuencia del proceso de envejecimiento son:**


- ☐ a) La espermatogénesis desaparece hacia los 70 años.
- ☐ b) Los testículos no involucionan con la edad.
-  ☒ c) La próstata aumenta de volumen.
- ☐ d) Aumentan los niveles de testosterona.

---

**17. En ancianos, el mal sabor de boca, es principalmente, debido a:**

-  ☒ a) Cambios atróficos de la lengua.
- ☐ b) Disminución en la absorción de hierro.
- ☐ c) Peristaltismo reducido. Estreñimiento.
- ☐ d) Dentadura postiza.

**18. Los cambios que se producen en el ojo y en la visión relacionada con la edad son:**

- ☐ a) Mejora el acoplamiento a lugares oscuros.
- ☐ b) Disminuye la posibilidad de padecer glaucoma.
-  ☒ c) Disminuye la capacidad para distinguir objetos por los extremos.
- ☐ d) Los verdes y azules se distinguen con mayor nitidez.

---

**19. Entre las siguientes afirmaciones relativas al patrón del sueño en los ancianos, señala la respuesta incorrecta:**

- ☐ a) Un cambio de ambiente empeorará temporalmente la pauta de sueño en el anciano.
- ☐ b) Hay más frecuencia a despertarse más veces por la noche por reducción de la fase REM.
- ☒ c) Existe un descenso en la incidencia de personas con síndrome de piernas inquietas.
- ☐ d) El tiempo total de sueño se reduce sólo ligeramente con respecto al de las personas más jóvenes.

**20. El envejecimiento se define como:**

- ☐ a) Una serie de modificaciones morfológicas de carácter irreversible que se inician mucho antes de que sus manifestaciones den al individuo aspecto de anciano.
- ☒ b) Una serie de modificaciones morfológicas, psicológicas y fisiológicas de carácter irreversible que se inician mucho antes de que sus manifestaciones den al individuo aspecto de anciano.
- ☐ c) Una serie de modificaciones morfológicas, psicológicas y fisiológicas de carácter reversible que se inician en el momento en que el individuo tiene externamente aspecto de anciano.
- ☐ d) Todas las alteraciones biológicas referidas al envejecimiento se inician a partir de los 40 años.

---

**21. ¿Qué función analiza la escala de valoración de las actividades básicas de la vida diaria?:**

- ☐ a) Actividades de la compra.
- ☐ b) Lavado de ropa.
- ☒ c) Vestirse.
- ☐ d) Subir escaleras.

**22. De los hechos siguientes relativos a la pérdida de audición en el anciano, señale lo incorrecto:**

- ☐ a) La pérdida de audición es más aislante socialmente que la pérdida de visión.
- ☐ b) El aumento de cera en los oídos puede contribuir a la hipoacusia.
- ☒ c) La presbiacusia está asociada con la pérdida de audición de los tonos bajos.
- ☐ d) La sordera es, a menudo, atribuible erróneamente a la senilidad.


**23. Es oportuno considerar la vejez como un grupo:**

- ☐ a) Homogéneo.
- ☒ b) En el que la edad y la experiencia acentúan las diferencias.
- ☐ c) Equiparable a cualquier otro en cualquier etapa del ciclo vital.
- ☐ d) Equiparable a la adolescencia.


**24. De las alternativas que se citan a continuación respecto a la alimentación del anciano, señale la incorrecta:**

- ☐ a) Su alimentación ha de ser pobre en grasas animales.
- ☒ b) El alcohol y el café deben ser erradicados de su dieta.
- ☐ c) Las grasas vegetales disminuyen las cifras de colesterol en el anciano.
- ☐ d) Los aportes hídricos en la dieta del anciano deben hacerse fuera del horario de comidas.

25. De las siguientes recomendaciones para mejorar el patrón de sueño del anciano, ¿cuál estaría contraindicada?:


-  a) Ejercicio físico y mental antes de acostarse.
- ☐ b) Evitar la ingesta de líquidos unas horas antes de dormir.
- ☐ c) Evitar bebidas estimulantes.
- ☐ d) Evitar siesta prolongada y en decúbito.

26. Los cambios funcionales en la piel del anciano son:


-  a) Disminución de la termorregulación.
- ☐ b) Aumento de la elasticidad.
- ☐ c) Aumento de producción de grasa y sudor.
- ☐ d) Disminución de la formación de ampollas.

---

27. Dentro de las características de la marcha del anciano citadas a continuación, una es falsa:


- ☐ a) Disminución de la movilidad de la cadera.
- ☐ b) Aumento de la flexión de la rodilla.
- ☐ c) Disminución de la extensión máxima del tobillo.
-  d) Aumento en la longitud de la zancada.

28. Para comunicarse con un anciano con hipoacusia severa, es una técnica correcta:


-  a) Usar el contacto físico.
- ☐ b) Elevar el tono de voz junto al oído.
- ☐ c) Abreviar las frases, dando palabras clave.
- ☐ d) Pronunciar de forma exagerada.

---

29. Señale la afirmación incorrecta:

- ☐ a) La diabetes tipo II está relacionada con la disminución en la producción de insulina.
- ☐ b) El temblor senil es diferente al temblor asociado a la enfermedad de Parkinson.
-  c) El prurito en el anciano siempre está asociado a enfermedades endocrinas.
- ☐ d) El insomnio y la hipersomnia son trastornos del sueño habituales en el anciano.

30. NO se considera una teoría que explica las causas del envejecimiento:

- ☐ a) La del reloj biológico.
- ☐ b) La de la apoptosis.
-  c) La de las pérdidas.
- ☐ d) La de los radicales libres.