

LAS ETAPAS DEL DESARROLLO

Lectura tomada y modificada de Craig, 1997.2009, Hoffman, 1996; Kail y Cavavaugh, 2011 Morales ,2008, Morris, 1997; Rice, 1997 y Sarason, 1997

Las etapas de la vida

HOFFMAN, (1996) menciona que uno de los factores que influyen en el desarrollo es la situación de las personas dentro de su ciclo de vida. Cuando hablamos del ciclo de vida, lo dividimos en las siguientes etapas: lactancia, infancia, adolescencia, adultez inicial, adultez madura y senectud o vejez. Aunque esta división nos parezca normal, no es compartida por todas las sociedades contemporáneas, ni siquiera por nuestra propia sociedad en épocas anteriores.



Imagen tomada de www.123rf.com/

Algunas sociedades dividen la vida en tres periodos (infancia, niñez y vida adulta) o sólo en dos (infancia y vida adulta). La forma en que los individuos de una sociedad contemplan el ciclo de la vida depende en gran parte de su sistema social y económico, ejemplo durante la Edad Media la infancia duraba hasta los 7 años; entonces el joven empezaba a trabajar con los adultos. Algunas pautas biológicas parecen tener sentido el momento del nacimiento separa la gestación de la lactancia, la pubertad separa la niñez de la adolescencia. Los eventos sociales también actúan como marcadores del periodo de vida.

El asumir roles de adulto en el trabajo o matrimonio marca el fin de la adolescencia y marca el comienzo de la vida de adulto, mientras que la pérdida de tales papeles, como el retiro del trabajo, son igualmente significativos pues marca el inicio de la senectud. También pueden emplearse los acontecimientos cognitivos la capacidad de hablar marca el final de la etapa de lactancia para iniciar la infancia, la madurez en el razonamiento separa la infancia de la adolescencia.



Imagen tomada de www.123rf.com/

Nuestra inconsistencia en la selección de los marcadores de periodos en la vida pone de relieve un hecho acerca del desarrollo en el que la mayoría de los psicólogos están de acuerdo. La edad cronológica es una manera deficiente de dividir el ciclo de la vida, y es en los mayores en los que menos útil resulta. Los marcadores biológicos, cronológicos y sociales coinciden aproximadamente con las principales fases de la vida, pero comúnmente ocurren simultáneamente. De todos modos, al hablar del desarrollo parece conveniente utilizar cinco periodos cronológicos, que más o menos corresponden a nuestra cultura.

El periodo de **lactancia** empieza en el nacimiento y comprende hasta aproximadamente 2 años de edad.

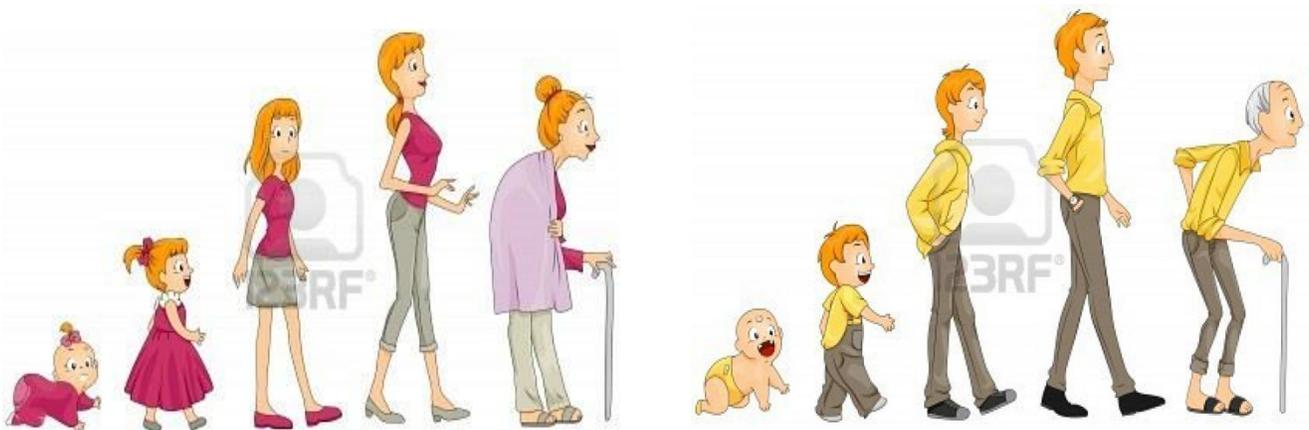
El segunda periodo es la **infancia** desde los 2 años hasta la niñez tardía de unos 12 años

El tercer periodo es la **adolescencia** que comienza con la pubertad que es el final de la infancia y el inicio de la adolescencia comprende de los 12 a los 20 años.

El cuarto periodo es la **adultez inicial** que abarca de los 20 a los 40 años.

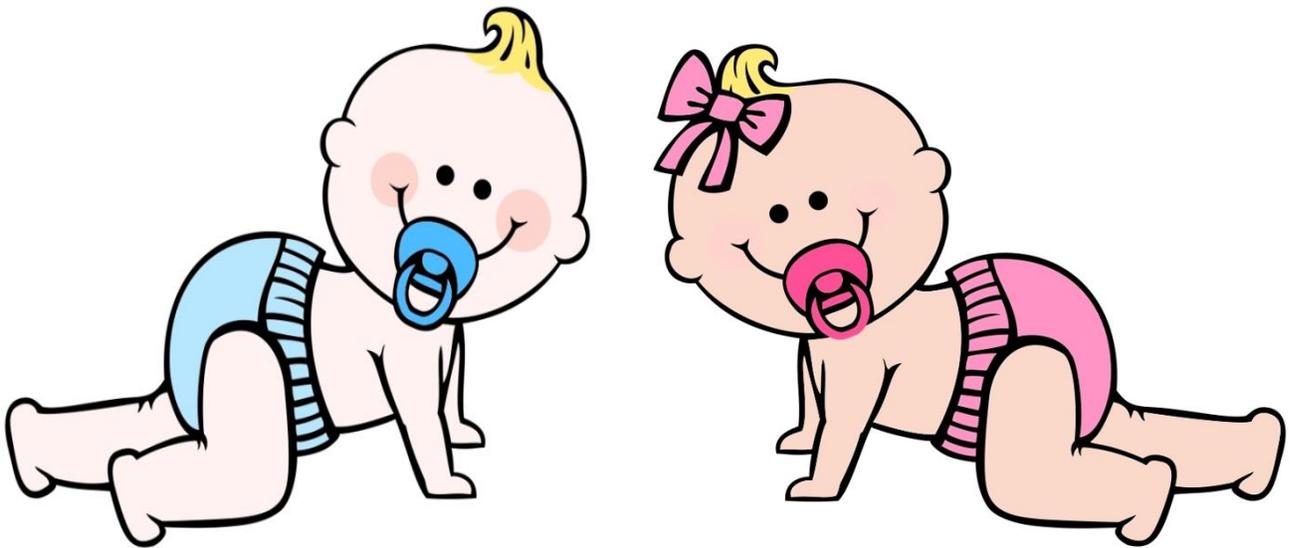
El quinto periodo es la **adultez madura** que abarca de los 40 a los 60 años de edad.

Y el sexto periodo **senectud o vejez** abarca de los 60 años en adelante.



Imágenes tomadas de www.123rf.com/

LACTANCIA



Imágenes tomadas de www.123rf.com/

La lactancia es un periodo que inicia con el nacimiento y termina aproximadamente a los 2 años. Una vez nacido, el *neonato humano* morirá si no lo cuidan los adultos; no pueden sostener la cabeza en alto, darse la vuelta ni alimentarse. Sin embargo, no olvidan lo que les rodean, van surgiendo de capacidades va ligado a con la maduración del cerebro, el sistema nervioso y el cuerpo. Pueden ver, oír, gustar, responder al dolor y el tacto aun y cuando estos sean menos agudos son muy sensibles. **Coon y Mitterer, 2010**

Tomado y modificado de Craig 1997 y Kail y Cavavaugh, 2011

CRAIG 1997 El primer mes es muy especial en la vida del bebé. Se distingue del resto porque debe adaptarse a la vida en el mundo exterior luego de abandonar el medio cerrado y protegido del vientre materno. El primer mes es de recuperación del nacimiento, ajuste de funciones vitales, de respiración, circulación, digestión y regulación de la temperatura. Es también un tiempo para establecer ritmos y encontrar el balance entre estimulación excesiva o insuficiente en un ambiente incitativo. Los recién nacidos son capaces de respuestas organizadas y predecibles, su actividad mental es más compleja de lo que se esperaba. En definitiva, tiene preferencias y exhiben una asombrosa capacidad para aprender.

Más aún, son capaces de llamar nuestra atención a sus necesidades. Los recién nacidos tienen estados de conducta (sueño regular, sueño irregular, somnolencia, inactividad alerta, actividad despierta o llanto) que regulan sus interacciones con el nuevo mundo. Al principio la pasan casi siempre durmiendo, pero gradualmente dedican más tiempo a la inactividad alerta que es cuando los ojos están abiertos, sigue los objetos que se mueven y coordina los movimientos, el bebé se encuentra inactivo pero con el rostro tranquilo y sin gestos. Así mismo, los bebés tienen reflejos complejos como el de Moro (sobresalto), Babinski (palma del pie), de búsqueda, succión, marcha y palmar.



Imagen tomada de www.flickr.com

KAIL Y CAVAVAUGH, 2011 mencionan que los recién nacidos parecen estar bien preparados para comenzar a interactuar con su ambiente. Pasan la mayor parte del tiempo alternando cuatro estados diferentes:

- ◆ **Alerta inactiva** el bebé está en calma con los ojos abiertos y atento; parece estar inspeccionando deliberadamente su entorno
- ◆ **Vigilia activa** los ojos del bebé están abiertos pero parecen estar desenfocados, mientras los brazos y piernas se mueven en estallidos de movimientos descoordinados
- ◆ **Llanto** vigoroso en el bebé, que suele acompañarse con movimientos agitados y descoordinados
- ◆ **Sueño** el bebé alterna un estado inmóvil y respiración regular con movimientos suaves y respiración irregular; mientras tanto los ojos están cerrados.



Imagen tomada de www.flickr.com

CRAIG 1997 Hoy se reconoce que ocurren cambios predecibles en el desarrollo físico y cognoscitivo, por décadas los psicólogos del desarrollo han estudiado cuidadosamente las características de lactantes y niños. Arnold Gesell, observó a cientos y registró los detalles de cuando y como aparecían ciertos comportamientos, cómo gatear, caminar, correr, tomar una pequeña pelota, cortar con tijeras, manejar un lápiz o dibujar la figura humana. Entre los niños sanos y bien alimentados que Gesell observó, las conductas aparecen en una secuencia

ordenada y predecible. Si conocía la edad de un niño cualquiera, podía decir su peso y su talla aproximados y lo que era capaz de realizar. Gesell concluyó que el desarrollo no depende ante todo del ambiente, creía en cambio, que en el medio normal todos los logros provienen de un calendario biológico interno, que la conducta aparece como una función de la maduración.

Los psicólogos del desarrollo han superado los estudios pioneros de Gesell para analizar más de cerca las formas y proceso del desenvolvimiento de las capacidades infantiles. El desarrollo perceptual, motor, cognoscitivo y emocional va de la mano con el contexto social. El desarrollo motor está íntimamente relacionado con el desarrollo perceptual, cognoscitivo y social del infante. Cuerpo, cerebro y experiencia se influyen de forma mutua en una espiral ascendente (Thelen, 1987, 1989). El desarrollo físico y motor no acontece por una simple maduración, sino en un sistema dinámico de habilidades complementarias en evolución (Bushnell y Boudreau, 1993; Lockman y Thelen, 1993).

Si hemos de entender por completo el desenvolvimiento de las capacidades infantiles, debemos atender a la rica complejidad de esos logros en su contexto social. Por ello, consideremos el crecimiento físico y las habilidades motoras de los dos primeros años de vida.

Vista general de los dos primeros años

El desarrollo físico y motor durante los primeros 2 años es un proceso complejo y dinámico, para que el niño prospere es necesario que el medio satisfaga sus necesidades. Deben dormir lo necesario, sentirse seguros, recibir cuidados suficientes, tener experiencias apropiadas y estimulantes. Cada sistema en desarrollo apoya a los otros.



Imagen tomada de www.flickr.com

Los primero cuatro meses- Al cabo de cuatro meses, casi todos los lactantes parecen encantadores regordetes, casi han doblado su peso, de 2.7 a 3.6 kilogramos al nacer a 5.4 o 6.8 ahora, y han crecido unos 10 centímetros. Su piel ha perdido la apariencia de neonato y pelo nuevo ha remplazado la suave pelusa con que nacieron. Sus han comenzado a enfocar, permanecen más tiempo despiertos, balbucean contentos y sonríen en respuesta a la estimulación placentera.

Al nacer, la cabeza representa cerca de un cuarto del total corporal, pero a los cuatro meses el cuerpo empieza a crecer mucho más rápido, y las proporciones se alteran considerablemente. A los 12 años, la cabeza es de solo un octavo del tamaño del cuerpo, y a los 25 de un décimo.

También sus dientes y huesos comienzan a transformarse. En algunos niños los dientes brotan a los cuatro o cinco meses, aunque la edad promedio para que ocurra esto es de seis a siete meses. Muchos huesos son todavía cartílagos; no se han endurecido ni calcificado, por lo que tienen a doblarse bajo presión y rara vez se rompen, pero los músculos pueden jalonarse con facilidad y lastimarse.

Para delicia de los padres y encargados, el bebé promedio de cuatro meses suele dormir la mayor parte de la noche, ritmo que incluso a veces comienza al segundo mes. Poco a poco, el pequeño se hace a la rutina familiar diurna y nocturna.

Cuando los niños de cuatro meses son colocados boca abajo, en general pueden levantar el pecho y la cabeza. Cuando están sentados, mantienen la cabeza erguida y observan con suma atención todo lo que pasa. Habitualmente, a esta edad pueden rodar del estómago a la espalda y viceversa (Dargassies, 1986; Stone *et al*, 1973).

Casi todos los reflejos del neonato parecen desaparecer entre el segundo y el tercer mes, remplazados por actos voluntarios. Por ejemplo, el bien coordinado reflejo de marcha cede el sitio al pataleo, en apariencia más azaroso y menos coordinado (Thelen, 1989).

Hacia esta época comienza el descubrimiento personal. Los pequeños descubren sus manos y dedos y se entregan por varios minutos a observarlos, estudiar sus movimientos, algunos también se encuentran los pies y los manipulan en la misma forma, pero es de lo más normal que tengan cinco o seis meses antes de que esto suceda, especialmente en invierno, cuando están muy arropados. (Observa como el desarrollo perceptual, el motor y el cognoscitivo están entretnejidos en una simple y común actividad infantil).

Cinco a ocho meses- Los niños han ganado de 1.8 a 2.3 kilogramos adicionales y han crecido algo más de 7 centímetros, pero su aspecto no difiere mucho del que tenían a los cuatro meses. Tal vez tengan por lo menos dos dientes, o algunos más. El pelo es más grueso y largo, también para esta época las plantas de los pies están orientadas hacia abajo y no una hacia otra.

Alrededor de los cinco meses, la mayoría logra prensión dirigida por la vista. Antes, ya poseían muchos de los componentes de esta habilidad, como el reflejo palmar y luego la prensión voluntaria, y eran capaces de estirarse hacia un objeto llamativo y de examinar cosas con la vista.

Comienza aquí un periodo de exploración más sistemática de los objetos, con las manos, los ojos y la boca, juntos o separados (Rochat, 1989).

Las mayores capacidades en el uso de las manos a menudo se llaman habilidades motoras finas. A los cinco meses el niño ha progresado del reflejo palmar al asimiento voluntario articulado con la base de la mano, que ahora se hace más refinado. Casi todos los bebés de ocho meses pueden llevar objetos de una mano a otra, y algunos pueden oponer el pulgar. Les encanta tener las manos ocupadas y suelen entrecuchar dos objetos, proeza que se les releva como feliz o interminable.

Las habilidades motoras gruesas son las que ocupan los músculos más grandes y todo el cuerpo, también muestran desarrollo. La mayoría de los bebés de ocho meses pueden sentarse, y casi todos pueden permanecer sentados sin apoyo. Puestos de pie, más de la mitad puede sostenerse aferrado a algo, y casi la mitad puede levantarse sin ayuda. Algunos pueden comenzar a dar unos pasos tomados de los barandales de la cuna o corral, y otros pueden caminar deteniéndose de los muebles.

Muchos bebés de ocho meses comienza a participar en los juegos sociales, como escondidillas, pon pon-tata y la manita, disfrutan mucho de entregar y recibir un objeto de un adulto. Otra actividad que aprenden rápido consiste en arrojar algo para que alguien lo recoja y devuelva. En general, tanto el adulto como el bebé aprenden este juego por accidente, pero el pequeño es el primero en advertir sus posibilidades de diversión.



Imagen tomada de www.flickr.com



Imagen tomada de www.flickr.com

Nueve a 12 meses: A los 12 meses, casi todos los infantes son unas tres veces más pesados que cuando nacieron y han crecido unos 23 o 25 centímetros, durante este primer año, las niñas tienden a pesar un poco menos que los niños. A los 9 meses casi todos han adquirido cierta forma de locomoción, la mayoría puede levantarse sin ayuda y la mitad comienza a dar pasos apoyándose de los muebles. A los 12 meses la mitad se pone de pie sin ayuda y da sus primeras caminatas. La edad en que comienza la caminata libre varía mucho y depende de los factores individuales como culturales. Advierte de nueva cuenta que el desarrollo motor es parte de un

sistema dinámico de progreso perceptual-motor en un contexto social particular. La capacidad de erguirse y caminar da al niño un nuevo punto de vista, pues la locomoción fomenta la exploración activa y los pequeños pueden introducirse, trepar o meterse bajo las cosas. La posibilidad de explorar a nuevos niveles y con habilidades promueve el desarrollo cognoscitivo y perceptual (Bushnell y Boudreau, 1993; Thelen, 1989).

Los niños de 12 meses manipulan activamente el medio. Son capaces de desatar agujetas, abrir estantes, empujar juguetes o retorcer los cables de las lámparas. La nueva capacidad de atezar- pulgar opuesto a los otros dedos- le permite tomar pequeños objetos y empezar a tener el control sobre otros objetos. Como están entregados a la exploración del ambiente, los encargados deben poner límites; deben hallar balance entre demasiada restricción y el suficiente control para mantenerlos a salvo, "No" se vuelve la palabra clave del vocabulario de los niños y cuidadores. Muchos comienzan a comer solos con la cuchara y a beber aunque no del modo más limpio, pero contribuye al avance hacia su autonomía. Los niños se encuentran al borde del lenguaje y hacen nuevos descubrimientos acerca de ellos y del mundo que los rodea. Se debaten por caminar o proferir sus primeras palabras, pero no ambos

Dieciocho meses: Habitualmente pesa entre 9.9 y 12.2 kilogramos, lo que indica que la tasa de aumento ha disminuido. La estatura promedio se ubica entre los 78 y 83 centímetros. Casi todos caminan solos, y les gusta jalar, empujar o cargar algo entretanto. Rara vez gatean, aunque caminar les tome más tiempo y esfuerzo. Algunos no están listos para subir escaleras, y casi ninguno puede patear una pelota, porque su inestabilidad no les permite sostenerse en un pie para dar la patada. También les resulta imposible pedalear en triciclos o saltar.



Imagen tomada de crecebebe.com

A esta edad, los niños pueden apilar de dos a cuatro cubos o bloques en un torre y a menudo se las ingenian para garabatear con un crayón o lápiz. Han mejorado sus habilidades para alimentarse solos y tal vez desvestirse en parte. Muchos de sus actos son imitaciones de quienes los rodean: leen una revista, trapean el piso o platican por un teléfono de juguete.

Veinticuatro meses: para su segundo cumpleaños, los niños han sumado más o menos otro kilogramo y otros cinco centímetros; de nuevo, el ritmo de ganancia ha disminuido. Los niños de dos años no solo caminan y corren, sino también pedalean en triciclo, saltan en su sitio, se balancean un instante en un pie y consiguen buenos lanzamientos a lo alto. Trepan escaleras y a menudo bajan sin ayuda. Se mueven por, entre, sobre y bajo los muebles y objetos; manipulan, cargan, manejan, empujan y jalan todo lo que ven. Meten y sacan recipientes grandes, vierten líquidos, moldean arcilla, estiran lo estirable y doblan lo que se pueda doblar. Transportan materiales en carretillas, vagones, carruajes o camiones. Exploran, examinan y prueban. Y de tanta exploración extraen experiencia y aprendizaje acerca de la naturaleza y las posibilidades del mundo físico. Con un lápiz o crayón hacen garabatos, y quedan en un instante fascinados con las mágicas inscripciones. Pueden apilar de seis a ocho bloques o cubos o hacer un puente con ellos. Su juego espontáneo revela correspondencia con las formas y asimetría. Si están de ánimo, pueden quitarse la ropa y ponerse algunas prendas.



Imagen tomada de www.corefitnessandhealth.com

LA LACTANCIA VISTA POR DIFERENTE TEÓRICOS

Tomado de Morris, 1997, Sarason, 1997, Craig, 1997

Desarrollo psicosexual de Sigmund Freud

ETAPA ORAL: Durante el primer año de vida la boca es la fuente de placer para el lactante la boca es la zona erógena que prevalece preminente y procura al bebé no solo la satisfacción de alimentarse, sino sobre todo el placer de chupar, es decir, de poner en movimiento los labios, la lengua y el paladar en una alternancia rítmica, siendo así la boca la fuente de placer. En este periodo el niño depende totalmente de la madre y debe ajustar sus exigencias a la disponibilidad de ella. La fijación en la etapa oral o una regresión a ella puede ocasionar dependencia exagerada, es decir, preocupación excesiva por la ingestión

consistente en adquirir posesiones, conocimiento o extrema credulidad (deseo de ingerir todo). El hábito de fumar, la glotonería y morder la punta del lápiz, son actos en los que se manifiesta la conducta regresiva (Sarason, 1984).



Pixmac.es 50606161

Imagen tomada de www.pixmac.es/

Desarrollo psicosocial de Erick Erikson

@ Dibujos.net



Imagen tomada de www.dibujos.net/

CONFIANZA CONTRA DESCONFIANZA:

Desde sus primeros cuidados los infantes aprenden acerca de la confiabilidad de su entorno. Si sus necesidades son satisfechas, si reciben atención y afecto y son manejados de modo razonable consistente, se forma la opinión general de un mundo seguro y confiable. Si en cambio su mundo es inconsistente, doloroso, tenso y amenazador, aprende a esperar más de lo mismo y creen que la vida es imprescindible y poco confiable (Craig, 1997).

Desarrollo cognitivo de Jean Piaget

ESTADIO SENSORIOMOTRIZ: Según Piaget, la primera etapa del niño consiste en aplicar la capacidad que tiene en el momento de nacer (succión y presión) a una amplia diversidad de actividades. Los lactantes disfrutaban mucho meterse cosas en la boca: sus dedos, juguetes y otros objetos, poco a poco dividen el mundo en dos esferas: lo que pueden succionar y lo que no pueden succionar y comienzan a organizar sus experiencias asignándoles categorías (esquemas) que constituyen el primer paso en la conducta intencional y en la solución adaptativa de problemas, las cosas desconocidas perturban al niño pues no encajan en sus esquemas. Al final de esta etapa los niños adquieren un sentido de permanencia del objeto (si una pelota está debajo de la silla se percata de que existe) este permite el desarrollo cognoscitivo comenzando a ver las cosas como ocurren y poseen un sentido de auto identificación, es decir, nombrarse a sí mismos correctamente ante un espejo (Morris, 1997).



Imagen tomada de www.dibujos.net/

INFANCIA

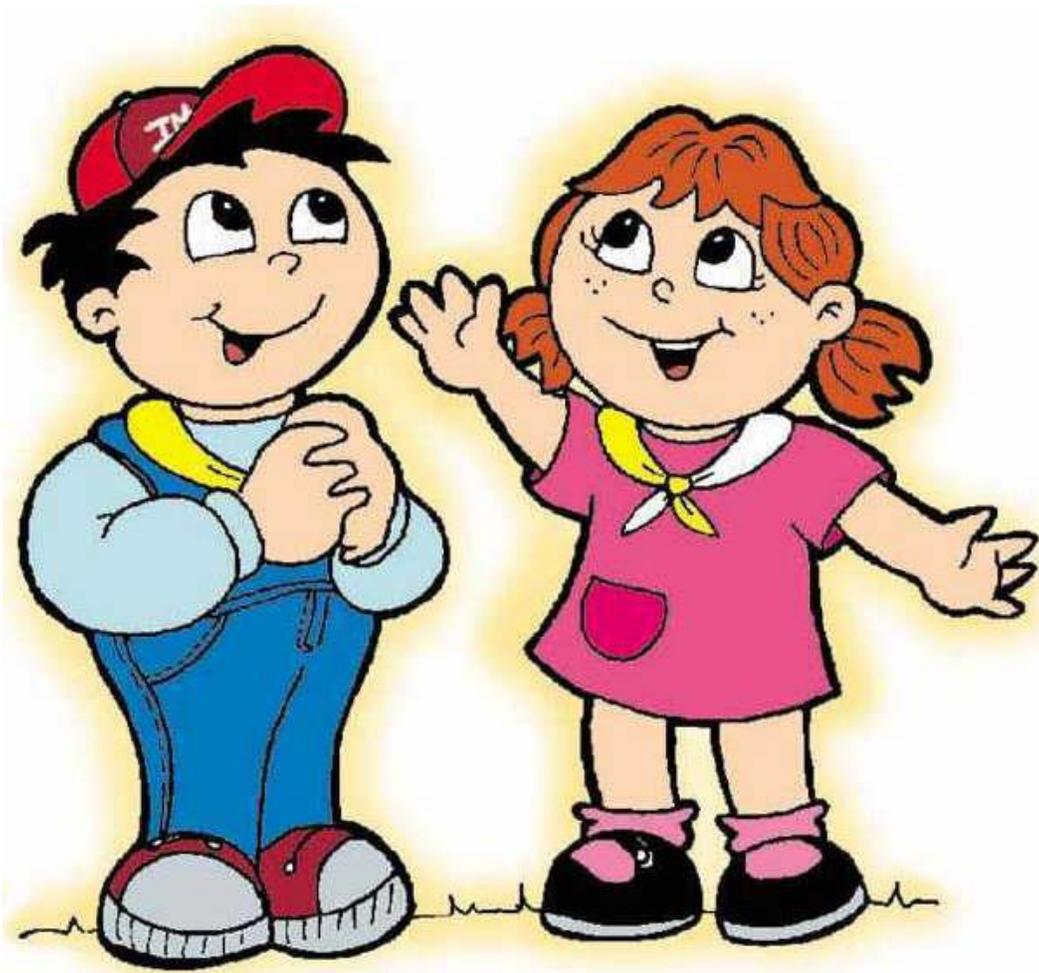


Imagen tomada de www.paxtv.org

CRAIG 1997 El periodo de la infancia se estudia en dos periodos para comprender a detalle los cambios que ocurren, el periodo de la primera infancia o infancia temprana y la segunda infancia o niñez media que revisaremos a detalle enseguida.

Infancia temprana o primera infancia

Los primeros años de la niñez de los 2 a los 6 años, se encuentran marcados por cambios radicales en las habilidades físicas, cognitivas y lingüísticas, además de la transformación del lactante gordinflón y vacilante en un niño de seis años más alto y esbelto, de la alteración de las proporciones corporales que lleva que los preescolares abandonen la apariencia de los bebés. Al mismo tiempo, los cartílagos se vuelven tejido óseo en muchas áreas del crecimiento del cuerpo.



Imagen tomada de www.123rf.com

Entre los dos y los seis años el cuerpo infantil pierde su apariencia anterior y cambia en tamaño, forma y proporción. Al mismo tiempo, el rápido desarrollo cerebral lleva a la capacidad de un aprendizaje más perfeccionado y complejo y a un refinamiento de las habilidades motoras gruesas y finas que no era posible antes.

Cada niño crece de acuerdo a su herencia genética, nutrición y oportunidades de jugar y ejercitarse. Aunque hay diferencia de género entre las pautas y tasas de crecimiento en la niñez temprana son insignificantes. En comparación con el crecimiento del primer año y medio, los años de la niñez están marcados por un avance más lento y estable hasta el estirón de la adolescencia. Ya son la obligación de dominar los súbitos cambios de estatura los niños aprovechan esta pauta estable para adquirir nuevas habilidades (Cratty, 1986).

Durante el periodo de crecimiento físico del nacimiento a la madurez, la proporción de partes corporales también se modifica radicalmente a pesar de que ha crecido al doble, la cabeza alcanza un octavo del tamaño del cuerpo, las piernas aumentan cinco veces hasta ser la mitad de la longitud corporal. Este alargamiento de la parte baja del cuerpo inicia con firmeza en la niñez temprana, cuando los pequeños comienzan a perder aspecto de bebés gordos. Hay rápidos incrementos de estatura y peso.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

Durante estos cuatro años los niños saludables ganan un promedio anual de dos kilogramos y crecen unos 7 centímetros. A los seis años, el niño promedio en países desarrollados mide 117 centímetros y pesa 20.8 kilogramos, este ya no tiene la apariencia ni proporciones de un lactante.

Puesto que los niños sostienen mayor proporción del peso en la parte superior debido a los cambios en las proporciones corporales afectan al centro del peso por esta razón pierden el equilibrio más rápido, se hace dificultoso detenerse sin caer y de que sea un mayor esfuerzo mantenerse de pie para atrapar una pelota grande. Durante los años de escuela, el centro de gravedad desciende a la región pélvica conforme aumenta su estatura.

Al madurar el sistema esquelético los niños se vuelven más fuertes, los huesos crecen y se endurecen por osificación, que comienza después del nacimiento y se transforma en tejido suave o cartílago hasta ser un tejido óseo que dará la maduración final hasta la adolescencia aunque varía de acuerdo al sexo.

También hay un crecimiento cerebral y del sistema nervioso central mientras se forman las células gliales y continúa el proceso de mielinización. Con el desarrollo del cerebro viene un mayor control de los movimientos corporales, aparece la lateralización que gracias a ella habilidades y capacidades específicas quedan localizadas en uno de los hemisferios cerebrales.



Imagen tomada de www.nipic.com

Durante los años preescolares se desarrollan habilidades motoras finas y gruesas. Las condiciones óptimas para el aprendizaje fisicomotor requieren preparación, actividad, atención y retroalimentación. En estos años también acontecen cambios importantes en el desarrollo cognoscitivo. Entre los dos y los seis años los niños desarrollan la capacidad de la representación simbólica, la transformación de gente, hechos y objetos físicos en simbólicos mentales, que vuelven más complejos sus procesos de pensamiento y permite el

desarrollo de conceptos como el del orden cronológico, tanto del pasado como del futuro. Tienen dificultad en las clasificaciones, tiempo, secuencias, relaciones espaciales, es concreto, irreversible, egocéntrico y centrado. Han observado que el pensamiento, la memoria y la solución de problemas son diferentes que los niños mayores.

En cuanto a memoria son buenos reconociendo y malos recordando, poseen estrategias de memorización elementales relacionados con el significado, secuencia y función.



Imagen tomada de www.conjugando.net

Se incrementan las habilidades lingüísticas recordando que este se da en un contexto social y se encuentran afectadas por factores como la clase socioeconómica y la pertenencia de un grupo étnico. Gracias al lenguaje los niños asimilan valores sociales (cortesía, obediencia, respeto, reconocimiento de la autoridad).

El tiempo de los dos a los seis años está asociado con procesos importantes en socialización del niño. Los niños necesitan aprender a controlar sus emociones deben balancear la autonomía e independencia con el amor que reciben de sus padres. Una de las metas de la socialización es enseñar a los niños a canalizar sus sentimientos agresivos ya sea imitando o identificándose con los padres.

Así mismo se cree que los niños aprenden comportamientos unos de otros entre pares los niños moldean y refuerzan conductas apropiadas, en ausencia de amigos los compañeros imaginarios sirven para adquirir habilidades sociales. Así la socialización está diseñada a enseñar a los niños conceptos y reglas de la sociedad en la que viven, internalizan normas morales, esquemas de género e identidad de género. Las relaciones fraternales influyen en el desarrollo psicosocial.



Imagen tomada de www.freepik.es

El juego da al niño la ocasión de practicar y adelantar en una atmósfera de expresión libre sus capacidades físicas, motoras, cognitivas y lingüísticas, de manifestarse y explorar habilidades sociales importantes, el juego ofrece oportunidades de adquirir empatía, reglas y comportamientos que la sociedad considera como adecuados, así como la capacidad de distinguir lo real de lo simulado, permite manipular la realidad, los significados y la experiencia de los niños.

Niñez media o segunda infancia

Durante la niñez media de los 6 a los 12 años, los niños afinan y adquieren sus habilidades motoras y se vuelven más independientes. Con las oportunidades de instrucción adecuadas, aprenden a andar en una bicicleta, saltar la cuerda, nadar, tirar a la canasta, bailar, escribir y tocar instrumentos musicales. Gracias al progreso de las capacidades físicas y una coordinación, son importantes los deportes en equipo.



Imagen tomada de www.neoparaiso.com

En esta época el crecimiento es más lento y regular que en los dos años anteriores, en promedio el niño de seis años pesa 20 kilogramos y mide aproximadamente un metro. En esta etapa existe una pauta de crecimiento físico estable que persiste hasta la adolescencia, es decir, al entrar a la escuela el niño se encuentra en un periodo estable de crecimiento hasta alrededor de los nueve años las niñas y 11 años los niños, cuando se produce el estirón de la adolescencia. El tiempo y el grado de crecimiento presentan variaciones, pues sufren la influencia del ambiente, la nutrición, el género y los factores genéticos. Por ejemplo, hasta los nueve años las niñas son algo más bajas y pesan menos que los niños, pero entonces su crecimiento se acelera a causa de los cambios hormonales que empiezan primero y sobrepasan a los hombres de la misma edad, también se observa que la estructura de algunas niñas es más pequeña que la de otras, diferencias que pueden afectar la imagen personal y el autoconcepto. Los músculos se alargan y fortalecen, lo que aumenta el vigor y la resistencia.

Si bien el desarrollo físico sigue un transcurso parecido en la mayoría, no todos los niños maduran al mismo ritmo. Es importante recordar que hay grandes variaciones en el desenvolvimiento personal y que tales variaciones se incrementan a lo largo de los años escolares. A tiempo que el cuerpo aumenta en peso y estatura están ocurriendo cambios físicos en el sistema esquelético, tejido adiposo, muscular y el cerebro. En la segunda niñez los huesos crecen conforme el cuerpo se alarga y ensancha y esto puede causar agarrotamiento y dolor nocturno. El crecimiento esquelético está acompañado de pérdida a partir de 6 o 7 años de los 20 dientes de leche. Cuando aparecen los primeros dientes permanentes, a menudo dan la impresión de ser demasiado grandes para la boca hasta que el crecimiento facial avanza. Dos momentos notables de la niñez media son la sonrisa desdentada del niño de seis años y la mueca de castor del de ocho.

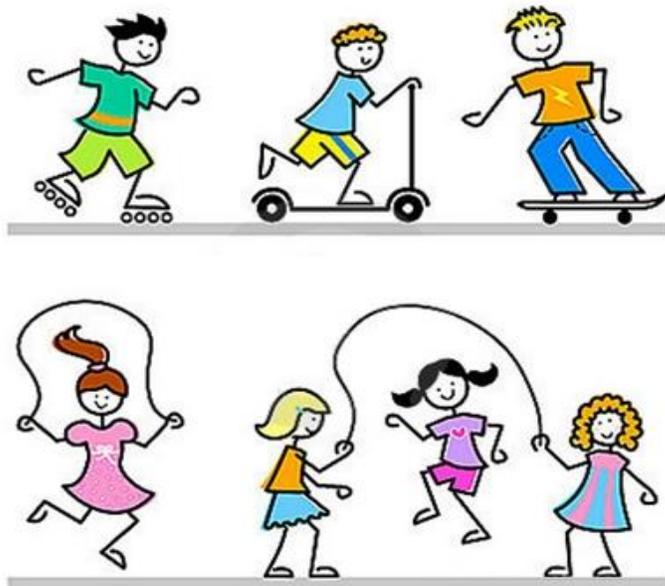


Imagen tomada de www.freepik.es

El depósito de grasa decrece de los seis a los ocho años, sobre todo entre los varones, los músculos aumentan en la longitud, anchura y grosor. La fuerza relativa de niñas y niños es similar, pero cambia en la adolescencia, cuando los hombres adquieren músculos que se hacen más largos y fuertes.

También a lo largo de esta edad los niños continúan adquiriendo la fuerza, velocidad, coordinación y control que necesitan para perfeccionar sus habilidades motoras gruesas y finas.

El escolar es capaz de movimientos controlados y deliberados, para el momento en que inicia su educación formal ya están establecidas diversas capacidades locomotoras, como correr, brincar o saltar, que ejecutan a ritmo constante y con pocos errores mecánicos. Al inicio de la pubertad los niños varían según expectativas de la sociedad, las niñas sobresalen en actividades que se esperan lo hagan y los niños destacan en actividades consideradas más masculinas. En esta época también se desarrollan con rapidez las habilidades que permiten usar más las manos de formas cada vez más refinada habilidades motoras finas, casi todas las habilidades motoras finas se desarrollan en el sexto y séptimo año, no obstante algunos pueden dominarlo hasta los 8 años.

La salud en este periodo de la vida es un factor importante del desarrollo físico, dado que los niños saludables son más capaces de participar en actividades físicas, cognitivas y sociales del mundo que los rodea. Como muchas de las actividades que acontecen en la escuela reflejan la conciencia de las necesidades físicas.

Durante la niñez media, el niño pasa por el periodo de operaciones concretas se vuelven capaces de hacer inferencias lógicas, reflexionar en las transformaciones físicas, realizar operaciones mentales reversibles y en general, formular hipótesis sobre el mundo material. También pueden especular acerca de las personas, objetos, sucesos de su experiencia inmediata. Los niños aprenden las estrategias de memorización por repaso, organización, elaboración semántica, imaginación, recuperación y guiones.



Getty Images

Imagen tomada de www.gettyimages.com/

Conforme los escolares siguen mejorando sus habilidades verbales, también aprenden a leer y escribir. Durante la niñez media comienza un aprendizaje más formal, el ingreso a la escuela presenta muchos retos. Los niños deben establecer relaciones de confianza con otro adulto y empezar la jornada hacia la independencia. Para fermentar la capacidad y el pensamiento crítico, los maestros deben colaborar con los niños para que aprendan procesos de control y habilidades de reflexión en vez de adelantar el aprendizaje memorizado. El éxito escolar depende de la motivación para el logro del niño y de los valores de su cultura.

Durante la niñez media los pequeños desarrollan un buen sentido de autoestima si sus padres y compañeros piensan bien de ellos. A menudo que el niño no se desempeñe bien en algo, hallará algo más en que sobresalir.

Uno de los más importantes contextos para el desarrollo de la autoestima es la familia, aparte de los cambios en la dinámica familiar, la niñez media atestigua

progresos en la cognición social, que consiste en los pensamientos, conocimientos y comprensión del mundo social en el que vive el niño. Incluye a la inferencia social, conjeturas y supuestos acerca de los sentimientos de los otros, las relaciones y las regulaciones sociales, la comprensión de las reglas de justicia y respeto que gobiernan el funcionamiento de la sociedad. Los compañeros son factores que influyen en la cognición social.

Otro aspecto de la cognición social es el juicio moral que se refiere a los procesos de toma de decisiones acerca de lo correcto y lo incorrecto, lo que Piaget y Kohlberg propusieron sobre el desarrollo del pensamiento moral que avanza por etapas durante la niñez. Así la amistad en la niñez sirve a muchos propósitos pues a través de ella los niños aprenden conceptos y habilidades sociales a la vez que elaboran su autoestima, los amigos pueden complementarse, por ejemplo, un sociable con un introvertido y a menudo comparten revelaciones personales, lo que es más cierto entre niñas. El grupo de compañeros se vuelve importante al ir transcurriendo este periodo, los grupos se conforman por coetáneo que comparte normas y metas.

La posición de cada niño dentro del grupo está basada en el ajuste general. Los niños entusiastas, cooperativos y sensibles tienden a ser más populares y los niños indiferentes suelen ser impopulares lo que afecta su autoestima. Mientras que los niños más susceptibles a las presiones del grupo son los de baja autoestima que resulta ansioso y vigilan de cerca. Los niños mayores son más proclives a establecer amistades por similitud teniendo más presente los prejuicios y conciencia racial que aparece pronto.



Imagen tomada de www.freepik.es

LA INFANCIA VISTA POR DIFERENTES TEÓRICOS

Tomado y modificado de Craig, 1997, Morris 1997 y Sarason, 1997

Desarrollo psicosexual de *Sigmund Freud*

SARASON, 1997

ETAPA ANAL: Durante el segundo año de vida el niño comienza a obtener placeres con la expulsión de las heces por lo que el ano en esta época es la fuente principal de placer y conflicto potencial. Con frecuencia representa el primer intento del niño por convertir una actividad involuntaria en voluntaria. Los niños pueden experimentar dolor o placer, ya sea al retener o al expulsar sus desechos fisiológicos. Debemos separar aquí el placer orgánico de defecar, aliviando una necesidad corporal del placer sexual consistente en retener las heces y los gases para después expulsarlos bruscamente. Con base a la obtención del placer a la expulsión o retención de las heces es una etapa donde se inicia el control de los esfínteres y permite que este desarrolle su personalidad teniendo como ya se había mencionado dos opciones de respuesta por parte de los niños: Anal-retentiva (retención de heces) donde esta respuesta se generaliza después a otras actividades, de cómo el niño adquiere un carácter obstinado y avaro y Anal-expulsivas (expulsión de heces en momentos menos oportunos) esto puede originar características de desorden, berrinches, crueldad o destructividad.



Imagen tomada de www.flickr.com

Así para Freud la resolución satisfactoria entre niño y la persona adulta es el enseñarle el control de esfínteres para que sea un individuo creativo y productivo, siendo el principal aspecto de desarrollo el control de esfínteres.

ETAPA FÁLICA: En el periodo comprendido entre el tercer y quinto año de vida,

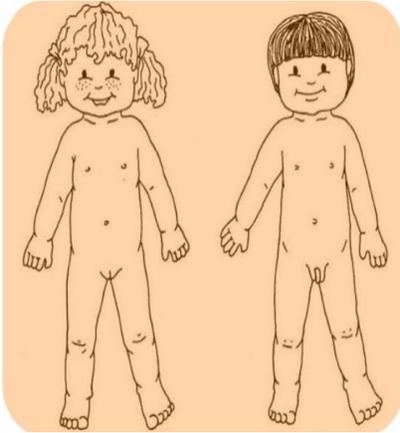


Imagen tomada de www.flickr.com

la libido se centra en los genitales, y el niño comienza a obtener placer con la exploración masturbadora. Al comienzo de esta etapa los niños y las niñas creen que todas las personas poseen pene o falo y la diferencia entre tener o no pene se percibe como una oposición por castración, según Freud es la etapa en la que se desea poseer al progenitor del sexo opuesto y eliminar al otro. En los niños este deseo recibe el nombre de Edipo en esta etapa teme que su padre los castigue por impulsos incestuosos con su madre, deseando la desaparición del padre con el fin de poseer a la madre pero también para evitar el castigo, además el niño puede resolver algunos conflictos si se logra la identificación con su padre y

desea parecerse a este por diversos motivos tales como: disminución a la ansiedad de la castración y de la culpabilidad de desear la desaparición del padre, así mismo le permite conseguir la gratificación de imaginar las relaciones sexuales de sus padres. Esta identificación culmina con la aparición de la conciencia que internaliza las prohibiciones paternas contra el incesto y el homicidio, quedando así reprimido el complejo de Edipo a partir de los cinco años pero aún influye a lo largo de la vida.



Imagen tomada de www.flickr.com



Imagen tomada de www.flickr.com

Por otra parte, en esta etapa denominada Electra las niñas se identifican primero con la madre, pero la abandona al mostrar envidia cuando descubre que carecen del pene lo que, en opinión de Freud, es el órgano más deseable del hombre culpando a la madre por esa castración y transfiere parte de su amor por ella a su padre con quien desea compartir el pene con él. Así Freud menciona que la ausencia de este órgano se compensa un poco cuando se vuelve a identificar con la madre apareciendo el deseo de tener un hijo (sobre todo si este es varón), por otra parte, a diferencia de los niños este

complejo no queda reprimido al no sufrir ansiedad de la castración solo existen las barreras para poder poseer al padre. Así el principal aspecto de desarrollo es la identificación con el progenitor del mismo sexo.

ETAPA DE LATENCIA: Al final de la etapa fálica empieza un periodo de latencia, en la cual se reprime la sexualidad y los recuerdos del erotismo infantil. Este periodo dura aproximadamente 6 años. En el que se observa un notable desarrollo social centrado en la relaciones con sus coetáneos del mismo sexo. En este periodo no existe zona específica donde se desarrollen fuerzas psíquicas que inhiben el impulso sexual y reducen su dirección. Los impulsos sexuales inaceptables son canalizados a niveles de actividad más aceptados por la cultura. Freud le llamaba periodo de calma sexual. Así el principal aspecto de desarrollo es la adquisición de mecanismos cognoscitivos para superar el estrés.



Imágenes tomadas de www.flickr.com

Desarrollo psicosocial de *ErickErikson*



Imagen tomada de www.convenioonce.edurioja.org

CRAIG, 1997

AUTONOMÍA CONTRA VERGÜENZA Y DUDA:

Los infantes descubren su propio cuerpo y cómo controlarlo. Exploran la alimentación y el vestirse, las funciones de excreción y muchas formas nuevas de moverse. Cuando hacen con éxito las cosas, adquieren un sentido de confianza y autocontrol. Pero si fallan de continuo y son castigados o llamados desordenados, latosos, inadecuados o malos, aprenden a sentir vergüenza y dudas de ellos mismos.

INICIATIVA CONTRA CULPA: Los niños exploran más allá de ellos mismos. Descubren cómo trabaja el mundo y cómo pueden afectarlo. Para ellos, el mundo consta de cosas y personas reales e imaginarias. Si sus actividades y exploraciones son en general efectivas, aprenden a conducirse con la gente y a manejar las cosas en forma constructiva, ganan un fuerte sentido de iniciativa. Sin embargo, si son criticados o castigados aprenden a sentirse culpables por muchas de sus acciones.



Imagen tomada de www.adams.es



Imagen tomada de www.photo-sborka.ru

INDUSTRIOSIDAD CONTRA INFERIORIDAD: Desarrollan numerosas habilidades y capacidades en la escuela, la casa y con sus pares. El desarrollo realista de esas capacidades enriquece el sentido del yo. Compararse con los padres se vuelve cada vez más importante. Una autoevaluación negativa en este contexto y tiempo es en especial dañina.

Desarrollo cognitivo de *Jean Piaget*

MORRIS, 1997

ESTADIO PREOPERACIONAL: De los 2 a 7 años; los niños cuando llegan a esta etapa están orientados hacia la acción. Su pensamiento está ligeramente ligado a la experiencia física y perceptual, pero su capacidad de recordar y anticipar va creciendo y entonces comienzan a utilizar símbolos para representar el mundo externo. El ejemplo más obvio de presentación es el lenguaje, y es en esta etapa cuando el niño comienza a utilizar palabras para representar objetos.



Imagen tomada de www.es.123rf.com

Pero el pensamiento preoperatorio (preoperacional) difiere en muchos aspectos del pensamiento de niños mayores y del de los adultos. Los niños de corta edad, por ejemplo, son egocéntricos en extremo no pueden distinguir entre su persona y el mundo externo, suponen que los objetos tienen sentimientos como ellos; creen que sus procesos psicológicos (los sueños, por ejemplo) son reales y concretos. Según Piaget, los que pasan por este estadio no pueden ponerse en el lugar de otro ni asumir su perspectiva.



Imagen tomada de www.es.123rf.com

Aunque la mayor parte del tiempo son egocéntricos, en ciertas circunstancias hasta los niños de 4 años parecen tener en cuenta las perspectivas ajenas. En un estudio, un grupo de niños de 4 años escogieron regalos de cumpleaños apropiados para sus madres. Si hubieran sido enteramente egocéntricos, tal vez habrían seleccionado sus juguetes favoritos como regalo.

En otras investigaciones, se descubrió que los niños de cuatro años utilizan formas sencillas de lenguaje al hablar con los de dos años y que daban instrucciones pormenorizadas a personas que pensaban que eran ciegas ambas actitudes indican que en la etapa preoperatorio el niño no siempre es egocéntrico en su pensamiento.

Piaget propuso a si mismo que los niños tienden a centrarse en un aspecto de un hecho u objeto que atrae su atención, ignorando todos los demás (conservación de la materia) En un experimento más reciente, descubrió que los niños de muy corta edad (de 2 1/2 a 4 años) lograban identificar los cambios que ocurrían en varios objetos, con solo sumar y restar, pese a no ver

los cambios que ocurren. Pero si el color o la forma de los objetos también cambiaban, se confundían y no podían percibir cambio alguno en varios objetos.

Tales resultados indican que los niños de muy corta edad solo pueden contarse en un aspecto de una cosa a la vez: altura, anchura, número o color. El aspecto dominante de lo que el niño ve se convierte en el centro de su atención.

Los niños también se confundieron en los experimentos citados porque a esa edad temprana no aciertan a rehacer el camino que los lleva a una conclusión. La irreversibilidad y el egocentrismo se manifiestan en el siguiente ejemplo: A un niño de cuatro años se le preguntó si tenía un hermano replicó: "Sí". Después se le preguntó el nombre de su hermano "Jaime. "¿Tiene Jaime un hermano?" "No". Este niño no podía considerarse a sí mismo como hermano de otro niño, ni tampoco podía intervenir el razonamiento y llegar a la conclusión de que si Jaime era su hermano, él debía ser hermano de Jaime.

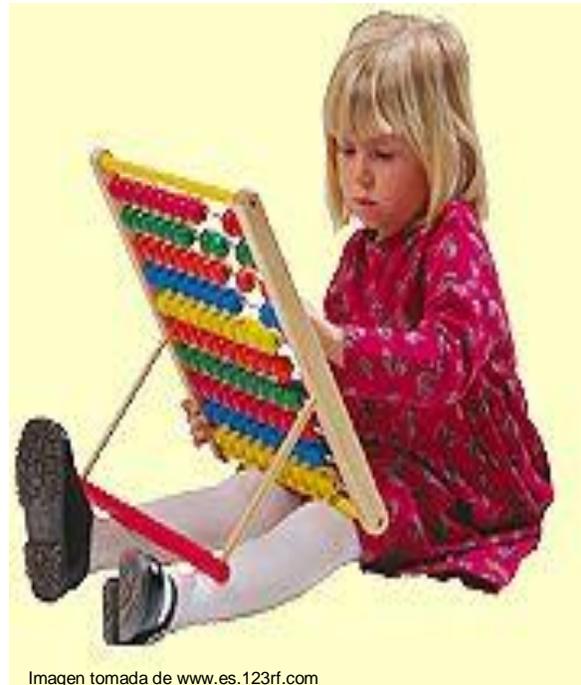


Imagen tomada de www.es.123rf.com

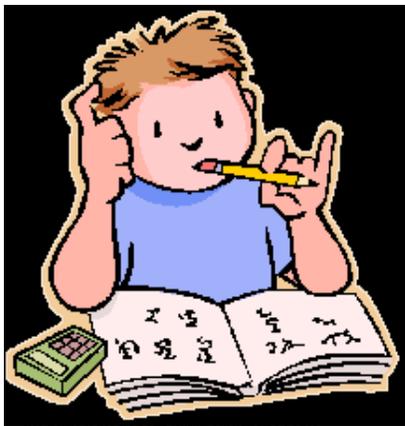


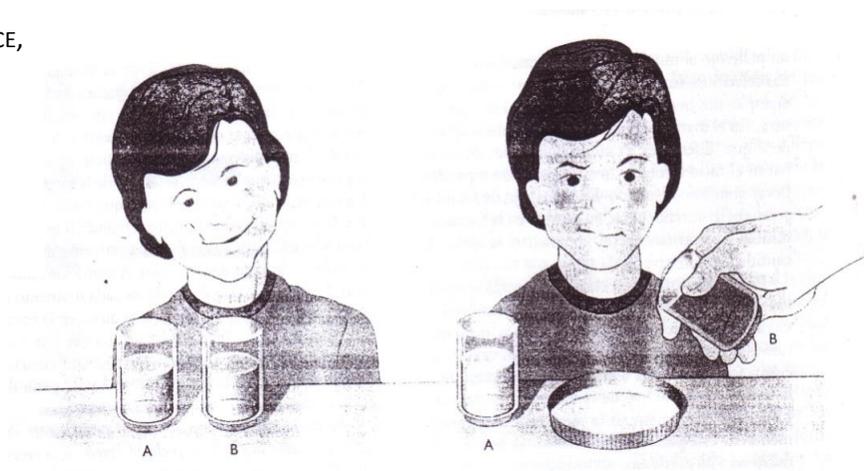
Imagen tomada de www.pinterest.com

ESTADIO DE OPERACIONES CONCRETAS: De los 7 a los 11 años; durante este estadio el niño adquiere mayor flexibilidad en su pensamiento. Aprende a rehacer sus pensamientos, a corregirse y a comenzar de nuevo en caso de necesidad. Aprende a considerar más de una dimensión del problema a la vez y a observar un objeto o problema desde diversos ángulos. El juego con cuentas ejemplifica tales destrezas y muestra cómo los niños cuya edad fluctúa entre 7 y 11 años, han crecido desde el punto de vista intelectual. Piaget dio a unos niños de distintas edades una caja con 20 cuentas blancas de madera: dos eran blancas el

resto de color café. Les preguntó si las cuentas o las cafés formarían el collar más largo. Los niños de 7 años decidieron que había más cuentas cafés, ignorando el hecho de que todas eran de madera. Los de 7 años y los mayores se rieron de la pregunta: sabían que todas las cuentas eran de madera (Piaget y Szminka, 1952).

Hacia los 10 años, al niño le es más fácil deducir lo que otra persona está pensando o sabe (Más o menos a esa misma edad, se da cuenta de que el otro también es capaz de deducir lo que él está pensando. Pese a abordar los problemas con mucha lógica, en la etapa de las operaciones concretas el niño solo puede pensar en función de cosas concretas que puede manipular o imaginar. En cambio, los adultos pueden pensar en términos abstractos, formular y aceptar hipótesis o bien rechazarlas sin probarlas antes. Esta capacidad se adquiere en la etapa siguiente.

IMAGEN TOMADA DEL LIBRO RICE,
F. P. (1999) *Adolescencia,
desarrollo, relaciones y
cultura*. Editorial Prentice-
Hall. Madrid. Capítulo 6



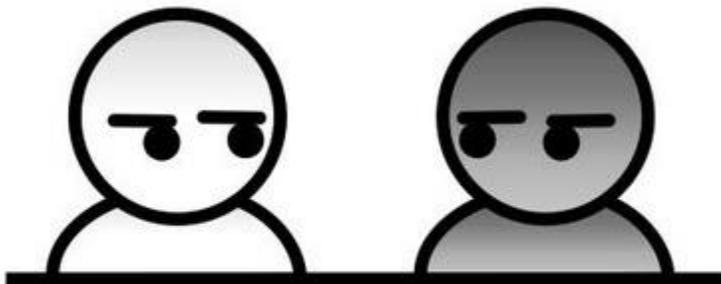
Desarrollo moral de *Lawrence Kohlberg*

SARASON, 1997

| Nivel y etapa | Lo que se considera correcto |
|--|---|
| Nivel premoral | |
| Etapa 1: orientación en función de la obediencia y el castigo. | Eludir romper las reglas apoyado en el castigo; obediencia por la obediencia; evitar daño físico a las personas y a la propiedad. |
| Etapa 2: propósitos e intercambio instrumental. | Seguir las normas sólo cuando se trata provecho personal inmediato de alguien; actuar para satisfacer los propios intereses y dejar que los demás hagan lo mismo; lo correcto es un intercambio equitativo, un buen convenio. |
| Nivel convencional | |
| Etapa 3: acuerdo y conformidad | Vivir según lo que las personas cercanas esperan o de acuerdo con lo que los individuos aguardan en general, de la gente en su papel; ser bueno es importante. |
| Etapa 4: convenio social y conflicto | Cumplir con los deberes reales a los cuales se accedió; las leyes siempre deben defenderse a excepción de los casos cuando entran con otras obligaciones sociales fijas; también es correcto contribuir a la sociedad, el grupo o a la institución. |
| Nivel de principios | |
| Etapa 5: contrato social y mantenimiento de sistemas. | Estar consciente de que las personas tienen una variedad de valores y opiniones, que la mayor parte de los valores y reglas es relativa al propio grupo pero que, por lo común, deben respetarse porque constituye el contrato social; sin embargo, algunos valores y derechos no relativos como la vida y la libertad deben respetarse en cualquier sociedad, sin importar la opinión de la mayoría. |

Etapla 6: principios de ética universal

Se siguen principios éticos elegidos por uno mismo; las leyes particulares y los acuerdos sociales por lo general son válidos porque se basan en esos principios; cuando las leyes violan esas normas, una actúa conforme el principio; las normas son principios universales de justicia; la igualdad de los derechos humanos y el respeto por la dignidad de los seres humanos de cómo personas individuales; la causa para hacer el bien es la creencia en la validez de los principios morales universales y una sensación de compromiso personal hacia ellos.



Bueno

Malo

Imagen tomada de www.yhwh-shalom.blogspot.com



Imagen tomada de www.ymca.es

ADOLESCENCIA



Imagen tomada de www.taringa.net

CRAIG 1997 La adolescencia es un periodo de transición entre la infancia y la madurez que acontece en un medio cultural particular que se extiende por casi una década, abarca de los 15 a los 20 años, durante este periodo, ocurren cambios fisiológicos significativos que culminan en la madurez física y sexual y que incluyen tanto en niños como en niñas un rápido crecimiento, el desarrollo de los órganos reproductivos y la aparición de las características sexuales secundarias.

Como la imagen corporal es, en parte una función del aspecto personal y de la respuesta individual, cuando el cuerpo sufre alteraciones importantes también se modifica la autoimagen. Los adolescentes están fascinados como preocupados por los cambios que atraviesa su organismo y comparan de continuo su físico con el ideal de la cultura.

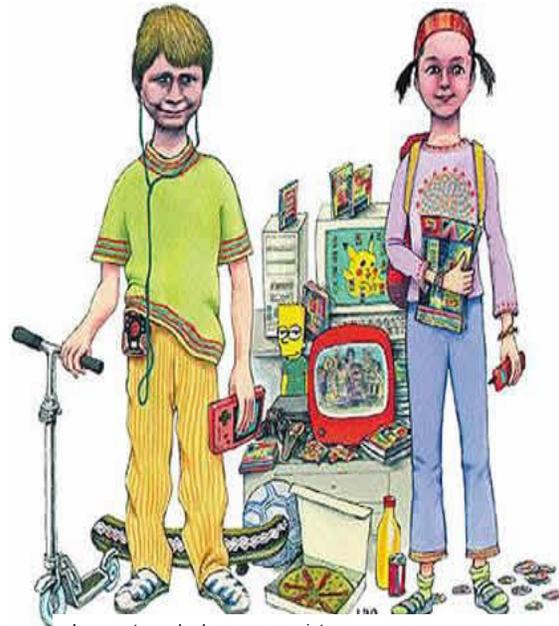


Imagen tomada de www.grupointegra.org

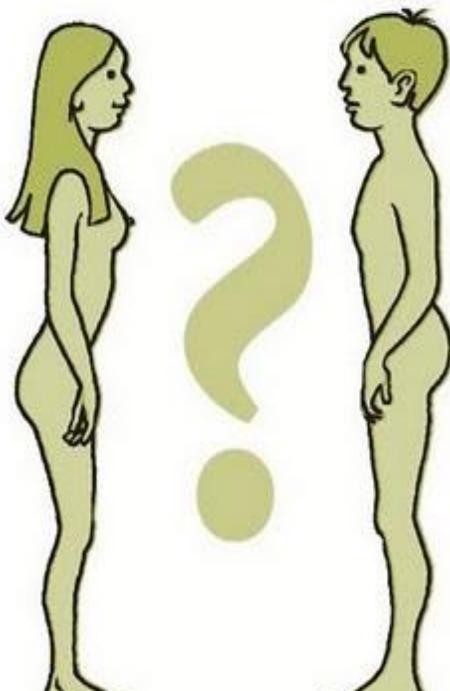


Imagen tomada de www.freepik.es

Desde el punto de vista fisiológico, la adolescencia se equipara con el estadio fetal y los dos primeros años de vida en el apresurado ritmo de los cambios biológicos. Sin embargo, discrepa en que los adolescentes tienen el dolor y el placer de observar todo el proceso; se contemplan con sentimientos entremezclados de fascinación, gozo y horror conforme ocurren los cambios. Sorprendidos, avergonzados y vacilantes, se comparan unos con otros de continuo y no dejan de revisar su imagen personal. Ambos sexos supervisan ansiosamente su crecimiento –o su falta– con conocimientos, desinformación, orgullo, temor, esperanza y agitación.

Los sellos biológicos de la adolescencia son una notable aceleración en el ritmo de crecimiento, un rápido desarrollo de los órganos de reproducción y la aparición de características sexuales secundarias como el vello corporal, el incremento de grasa en el cuerpo y la masa muscular, así como el crecimiento y la maduración de los órganos sexuales. Algunos cambios ocurren en niños y niñas –mayor estatura, fuerza y vigor– pero la mayoría son específicos de cada sexo. La relación entre hormonas y cambio físico indica el programa general de transformaciones físicas que caracterizan a la adolescencia.

La pubertad es la llegada de la madurez sexual. En las mujeres está señalada por la primera menstruación, la menarquía y en los hombres por la primera emisión seminal. Los cambios de la pubertad están precedidos por un aumento de grasa corporal, algunos preadolescentes se vuelven considerablemente regordetes. Tanto en los hombres como en las mujeres se deposita grasa en la región pectoral, si bien en éstas es permanente y en aquéllos pasajera.

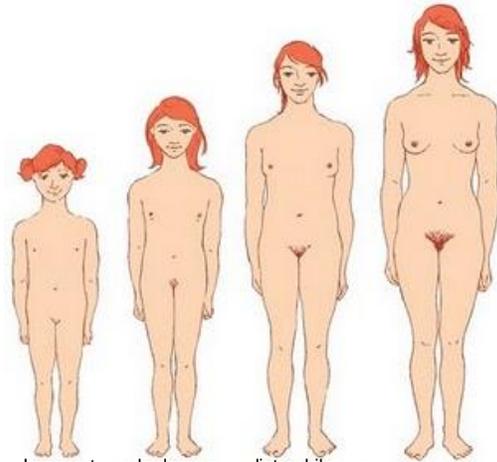


Imagen tomada de www.pediatrachile.com

Al final de la infancia o comienzos de la adolescencia, un gran aumento de estatura, tan grande como no había ocurrido desde la lactancia. Huesos y músculos aumentan de tamaño, disparados por las mismas hormonas. En el curso de este estirón, los niños suelen perder casi toda la grasa adicional que habían adquirido al principio. Por su parte, las niñas tienden a conservarla y a distribuirla en diferentes partes. La cabeza ha dejado de crecer, casi todo su desarrollo se completa en los primeros 10 años. En seguida, manos y pies alcanzan la talla adulta y luego hay un aumento en el tamaño de brazos y piernas. Al crecimiento de las extremidades sigue el ancho del cuerpo, que culmina con el desarrollo completo de los hombros.

Otro cambio es el aumento de tamaño y actividad de las glándulas sebáceas de la piel, lo que ocasiona que el rostro de los muchachos se llene de acné. También se desarrolla en la piel una nueva clase de glándulas sudoríparas que incrementan el olor corporal.

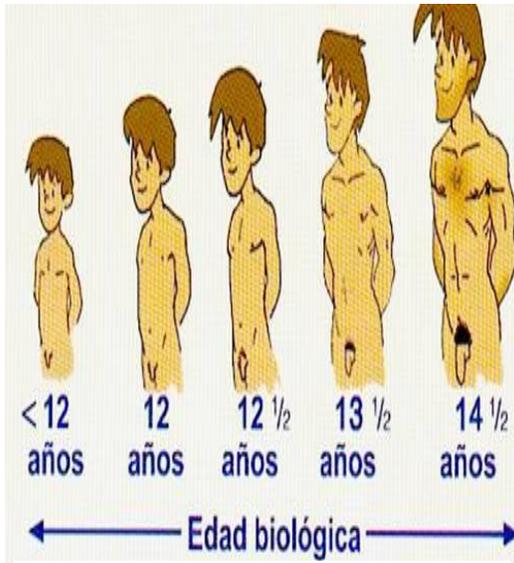


Imagen tomada de www.conectate6v.wikispaces.com

Detrás del estirón, el segundo cambio biológico más importante es el desarrollo del sistema reproductor. En los hombres, el primer indicio de la pubertad es el crecimiento acelerado de testículos y escroto. Alrededor de un año después de que ha comenzado, el pene crece de manera similar. Entre ambos sucesos comienza a aparecer el vello púbico.

La primera emisión seminal puede suceder tan pronto como a los 11 años y tan tarde como a los 16. La primera eyaculación suele ocurrir en la etapa de rápido crecimiento, durante la masturbación o en un “sueño húmedo”. En general, las primeras emisiones no tienen suficiente semen para ser fértiles.

El muchacho adolescente incluye sin falta sus inoportunos “gallos” al hablar. El cambio de voz acontece tarde en la secuencia de los cambios de la pubertad, y en muchos lo hace de forma tan paulatina que no alcanza a ser un hito del desarrollo.

En las niñas los “brotes del pecho” suelen ser, aunque no siempre, la primera señal de que la pubertad ha comenzado. Hay un simultáneo desarrollo del útero y la vagina, con alargamiento de los labios y el clítoris. La menarquía aparece tan pronto como a los nueve años y medio o incluso hasta los 16 y medio, esta sucede cuando la niña casi ha alcanzado su estatura de persona adulta y ha logrado acumular una mínima cantidad de grasa corporal.

Durante la adolescencia ocurre un aumento en la capacidad y el modo de pensar que ensancha la conciencia, la imaginación, el juicio y el discernimiento. Estas mayores habilidades también llevan a una rápida acumulación de conocimiento que abre un conglomerado de temas y problemas que complican –y enriquecen– la vida de los muchachos. El desarrollo cognoscitivo en esta edad está señalado por un pensamiento abstracto creciente y el uso de destrezas metacognoscitivas.

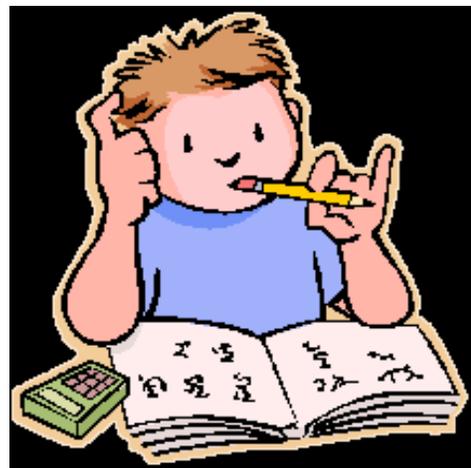


Imagen tomada de www.pinterest.com

Los cambios cognoscitivos de la adolescencia se caracterizan por la aparición del pensamiento operacional formal, que permite el razonamiento abstracto separado del medio concreto e inmediato. A causa del crecimiento de habilidades metacognoscitivas como la supervisión y la autorregulación, los adolescentes pueden reflexionar sobre sus propios pensamientos y los de otros.



Imagen tomada de www.freepik.es

Conforme el desarrollo cognoscitivo avanza hacia las operaciones formales, los adolescentes se vuelven capaces de ver las incoherencias y los conflictos entre los roles que realizan ellos y los demás, incluyendo a los padres. La solución de estos conflictos ayuda a los individuos a labrarse una nueva identidad.

Conforme las habilidades cognoscitivas mejoran y se amplían, los adolescentes desarrollan mayor alcance y contenido de pensamiento. Asimismo, estas capacidades hacen que se vuelvan más introspectivos y autocríticos, lo que los lleva a una nueva forma de egocentrismo al comienzo de la adolescencia. Durante este periodo, algunos se ven actuando ante una audiencia imaginaria y pueden creer que en un guión o una fábula personal guía su diario sendero. En general, este egocentrismo disminuye a mediados y finales de la adolescencia, cuando los individuos advierten que no son el centro de la atención mundial.

La capacidad de elaborar razonamientos morales avanzados también está vinculada a las mejores habilidades cognoscitivas. Es más probable que los adolescentes mayores empleen argumentos convencionales o principios éticos elegidos por ellos mismos para juzgar la moralidad de los actos.

La adolescencia es un periodo de transición crucial durante el cual el niño se convierte en adulto. Muchos asuntos que confrontan los adolescentes a propósito de la sexualidad, la moralidad, los compromisos y la carrera conformarán el resto de su vida. El adolescente ya es capaz de mirar a su conducta pasada, integrarla en sus realidades presentes y proyectar al futuro a la persona en la que se convertiría.



Imagen tomada de www.dibujos.net/



Imagen tomada de www.flickr.com

La adolescencia como periodo de transición es prolongada, sobre todo por el tiempo que toma aprender los papeles adultos. Para lograr el estatus de adulto, los adolescentes deben terminar sus cometidos de desarrollo: establecer una identidad y las apropiadas independencias e interdependencia. Las familias deben adaptarse a la mayor independencia de los adolescentes en tanto se preparan para bastarse solos. Qué tan bien lo hagan depende, en buena parte, de sus estilos de parentalidad y su dinámica.

Amistades y relaciones se convierten en la cuerda de salvación de los jóvenes, quienes en general eligen amigos parecidos y con los que comparten valores. Las pautas de amistades y citas en el comienzo de la adolescencia suelen estar basadas en características superficiales como la apariencia y la posición. Al final del periodo, los compromisos y las elecciones se toman con más seriedad y tienden más a reflejar los valores del individuo. Las citas ocurren primero en el medio de los grupos, y entonces se trasladan a escenarios más íntimos, sin demasiados compañeros. Los grupos de camaradas toman dos formas: las más numerosas, llamadas bandas, y los pequeños, denominados camarillas.

Parte de la solución de la crisis de identidad es la adopción de un código ético personal, para elegir un conjunto de valores morales, pues sin él los adolescentes son incapaces de considerar alternativas, servirse de la lógica condicional o meditar sobre el pasado y el futuro.

La drogadicción y otras conductas arriesgadas que a menudo ocurren en la adolescencia tienen varias razones: reducir el estrés y la búsqueda del placer.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

No todos los grupos son positivos. Es posible que los adolescentes se mezclen con la banda equivocada y se entreguen a la delincuencia juvenil, situación más común en hombres de áreas urbanas, miembros de las minorías e hijos de madres solteras. Debido a la necesidad de afiliación o la falta de voluntad para aprender a controlar los actos impulsivos.

Al final de la adolescencia, el individuo ha logrado una identidad y ya ha hecho o ésta listo para hacer compromisos con el trabajo y el amor que sostendrán su identidad durante la vida adulta.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

LA ADOLESCENCIA VISTA POR DIFERENTES TEÓRICOS

Tomado de Morris, 1997, Sarason, 1997, Craig, 1997

Desarrollo psicosexual de *Sigmund Freud*



Imagen tomada de www.discoverymujer.com

ETAPA GENITAL: En la pubertad inicia la última etapa psicosexual, que Freud llamo etapa genital. Aquí la zona erógena son los genitales surge en la adolescencia cuando maduran los órganos genitales, en esta etapa renacen los impulsos sexuales, solo que ahora se dirigen a los miembros del sexo opuesto. Al tener relaciones sexuales el adolescente y el adulto satisfacen los deseos incumplidos en la infancia, pues en teoría a la satisfacción inmediata de los deseos sucede. Así madura la satisfacción propuesta y el amor a los demás. Así Freud creía que los individuos buscan satisfacer sus impulsos sexuales sobre todo por la actividad reproductora con miembros del sexo opuesto. El principal aspecto de desarrollo es una relación sexual madura. Esta etapa sigue en la etapa adulta inicial.

Desarrollo psicosocial de *Erick Erikson*

IDENTIDAD FRENTE A CONFUSIÓN DE ROLES: Uno de los periodos decisivos es la de obtener una identidad personal y evitar confusión de papeles. Aunque el individuo haya adquirido confianza, autonomía, iniciativa e industriosidad en los estadios precedentes, este periodo puede estar lleno de conflictos, agitación y ansiedad, suele rebelarse contra las figuras de autoridad por pensar que le impiden descubrir y ser lo que realmente desea ser, si se permite al adolescente libertad de acción y se alienta a encontrarse a sí mismo estará en condición de resolver su confusión mediante experimentación y descubrimiento de valores, actitudes y papeles que consideran "son acertados".



Imagen tomada de www.fundacioncadah.org

Desarrollo cognitivo de *Jean Piaget*

OPERACIONES FORMALES: Entre los 11 y los 15 años, los infantes desarrollan la capacidad de comprender la lógica abstracta, pueden considerar lo que es probable y no se limitan en el aquí y ahora, pueden analizar hipótesis que de hecho sean imposibles, anticipan, planean, comprenden metáforas y constituyen teorías, generan alternativas cuando se presentan dificultades y revisan el mérito en sus cabezas, evalúan preguntas amplias intentando encontrar sentido a su vida, identidad, realidades sociales, religiones, justicia, significado, responsabilidad, etc. Las contradicciones le molestan, a menudo se da la introspección pensar en uno mismo pero al final poseen el mismo aparato mental que los adultos.



Imagen tomada de www.flickr.com

ADULTEZ INICIAL O JUVENTUD



CRAIG 1997 Es durante el comienzo de la vida adulta que abarca de los 20 a los 40 años, que alcanzamos el punto de máximo desempeño físico. Casi todos los adultos jóvenes son más fuertes, saludables y fértiles de lo que fueron o llegarán a ser. Tienen más vigor y han definido una identidad y unas pautas sexuales que han de durar toda la vida.

En la juventud la mayoría de los hombres y las mujeres disfruta del auge de su vitalidad, fuerza y resistencia. Tales son las expectativas normadas por la edad. Casi todas las culturas reconocen este apogeo físico y esperan que las jóvenes tengan hijos.



Imagen tomada de www.tenersalud.com

La fuerza física, el funcionamiento orgánico, los tiempos de reacción, las habilidades motoras y otras capacidades físicas están a su máximo entre los 25 y los 30 años, después de los cuales disminuyen lenta pero significativamente.

La juventud es una época de salud, sobre todo para los adultos que siguen una dieta adecuada, hacen ejercicio, evitan el tabaco y las drogas y beben con moderación. A lo largo de todo este período la mayoría de las capacidades y habilidades físicas se mantienen a niveles funcionales si se ejercitan con regularidad. Los índices de muerte en la juventud son menores que en cualquier otro período adulto.



Imagen tomada de www.tenersalud.com

Durante los años de la juventud, la provisión de óvulos de la mujer permanece relativamente estable. Después, hay una rápida declinación de los óvulos que afecta la fertilidad. De cualquier modo, esto no significa que las mujeres no puedan quedar preñadas luego de esa edad.

Mientras que las mujeres tienen una provisión limitada de óvulos, ocurre que los hombres producen espermatozoides de continuo a partir de la pubertad. Solo durante la adolescencia y el comienzo de la vida adulta, hombres y mujeres se encuentran en el punto máximo de fertilidad.



Imagen tomada de www.flickr.com

El desarrollo cognoscitivo no se detiene con la adolescencia, aun cuando no haya un acuerdo completo sobre qué habilidades cambian y cómo. Se ha descrito a la aparición del pensamiento dialéctico, las responsabilidades y los compromisos, el uso flexible de la inteligencia y los sistemas de significado en evolución como algunas de las características destrezas cognoscitivas de los jóvenes.

El aprendizaje, la memoria, la capacidad de resolver problemas y muchos otros procesos

cognoscitivos persisten a lo largo de la vida adulta. Como resultado de esta continua actividad intelectual, los adultos mayores han acumulado mayores conocimientos. Es la etapa dialéctica, en la que el individuo contempla los pensamientos opuestos y los sintetiza o integra. Un aspecto de particular importancia de esta etapa es la integración de lo ideal y lo real.

Algunas destrezas en efecto llegan a su máximo poco antes de los veinte, por ejemplo, las actividades relacionadas con la velocidad, la memoria rutinaria y la manipulación de matrices. Las destrezas empleadas con frecuencia se conservan mejor que las que no se ejercitan.

La formación de una pareja es común en la vida adulta. Las parejas que viven juntas enfrentan la tarea de diseñar sus funciones sin la ayuda de los lineamientos tradicionales. Las nuevas parejas deben adaptarse a sus diferentes necesidades de independencia y cercanía, el cultivo de la individualidad de cada miembro, la división del quehacer doméstico y el desarrollo de un método para manejar los conflictos.

Cada vez más gente elige permanecer soltera por un deseo de autonomía y libertad. Quienes se quedan solos de pronto, por el término de una relación prolongada, el divorcio o la muerte del cónyuge, suelen experimentar



Imagen tomada de www.flickr.com

trastornos emocionales y un reajuste difícil.

Entre las etapas que incluye el obtener compromisos con la pareja para formar una familia y en algunos eligen el embarazo entre los cuales abarca la crianza, cuando los padres forman vínculos de apego con el infante.

El crecimiento adulto está en gran parte definido en términos de mitos sociales y culturales. Al tiempo que los jóvenes luchan por hacerse miembros autosuficientes de la sociedad, comienzan a terminar con la dependencia y a asumir responsabilidades hacia sí mismos y los demás.

Por lo que el ciclo profesional es de gran importancia para esta etapa, este comienza con las experiencias que llevan a la elección de una carrera y el término de esta, la búsqueda de un empleo, continúa con la realización de dicha elección para buscar la independencia total y termina con el retiro. El ciclo puede sufrir el influjo de numerosos sucesos positivos y negativos.



Imagen tomada de www.flickr.com



Imagen tomada de www.aeg.pucp.edu.pe



Imagen tomada de www.dibujos.net/

LA ADULTEZ JOVEN VISTA POR DIFERENTES TEÓRICOS

De los teóricos del desarrollo que se están estudiando solo Erickson explica todas las etapas del desarrollo hasta la senectud por lo cual solo se revisara a este autor en la adultez inicial, adultez madura y senectud o vejez.

INTIMIDAD FRENTE AISLAMIENTO:

La persona busca establecer compromisos con los demás, sino tiene éxito puede sufrir aislamiento y si tiene éxito logra intimidad. Los jóvenes adultos desarrollan relaciones cercanas con los demás o permanecen aislados de las relaciones significativas con otras personas (Rice, 1997; Craig, 1997)



Imagen tomada de www.flickr.com

La teoría psicosexual de Freud como se mencionó anteriormente abarca hasta la adultez inicial con su última etapa

ETAPA GENITAL: Los cambios que ocurren llevan al desarrollo de una sexualidad adulta buscando la maduración sexual, los impulsos sexuales se renuevan para orientarse hacia experiencias heterosexuales fuera de la familia buscando estimulación y satisfacción sexual (Rice, 1997; Craig, 1997).



Imagen tomada de www.flickr.com

ADULTEZ MADURA



Imagen tomada de www.canalfx.tv

CRAIG 1997 La mediana edad va aproximadamente de los 40 a los 60 o 65 años, pero el lapso varía según las reacciones individuales a diversos indicios sociales, físicos y psicológicos. Aunque algunos sienten mayor control sobre su vida que nunca antes, otros sufren varias crisis físicas y emocionales y creen que se trata de un período de declinación. En unos y otros hay un sentimiento de que el tiempo vuela y la conciencia de que tal vez jamás se almacenan las metas anteriores.

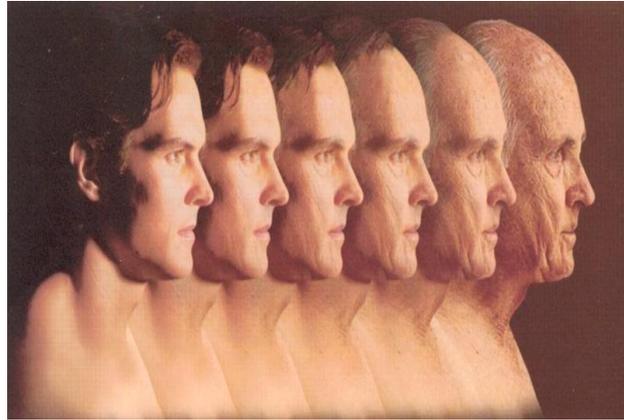


Imagen tomada de www.unavidalucida.com.ar

La forma en que la gente reacciona a la llegada de esa edad determina que sea un período de transición o crecimiento o bien de crisis de la mitad de la vida.



Imagen tomada de www.tenersalud.com

Para muchos adultos, en la mediana edad hay un “momento de la verdad” cuando el espejo refleja nuevas arrugas, un vientre protuberante, el cabello en retirada o unas sienes canosas que ya no se ven distinguidas, sino deprimentes.

Las habilidades físicas se nivelan y aparecen los primeros signos de envejecimiento. Algunas funciones orgánicas comienzan a declinar y ocurren cambios internos. Es posible reducir muchos de los efectos desagradables del envejecimiento con ejercicio, dieta y buenos hábitos de vida.

La madurez es un período en el que a menudo aparecen por primera vez enfermedades y desórdenes. Tanto hombres como mujeres tienen una incidencia más elevada de enfermedad cardiovascular, cáncer, diabetes y enfermedad respiratoria.

Además ocurren algunos sucesos biológicos evidentes, como la pérdida de agudeza visual, la menopausia o –para los hombres– la necesidad de más tiempo para lograr la erección, pueden requerir un cambio en la autoimagen o las actividades del individuo e incorporarlas en un estilo de vida satisfactorio.

En la mediana edad tiende a ocurrir cierto declive físico o deterioro. Esta declinación comprende las habilidades sensoriales y motoras, lo mismo que el funcionamiento interno del organismo.

Hay cambios sensoriales asociados con la mediana edad. La visión tiende a ser casi constante desde la adolescencia hasta los cuarenta o comienzos de los cincuenta años, cuando la agudeza disminuye con más rapidez.

La audición comienza a perder la finura después de los 20 años y sigue declinando, lo que causa particulares dificultades para recibir los sonidos de alta frecuencia.

La sensibilidad al gusto, olfato y dolor disminuye en diferentes momentos de esta época, si bien es más paulatina e imperceptible que los problemas visuales y auditivos. La sensibilidad a los cambios de temperatura se mantiene alta.

Otras funciones biológicas, como el tiempo de reacción y las habilidades sensoriomotoras, tienden a descender. El tiempo de reacción crece con lentitud durante la madurez y luego más rápido en la vejez. Las habilidades motoras menguan, pero el desempeño real se mantiene constante, quizá por la práctica y la experiencia prolongadas.

Además ocurren cambios internos, el sistema nervioso empieza a volverse lento en particular después de los 50 años. El esqueleto se anquilosa y encoge un tanto durante el curso de la madurez. La piel y los músculos empiezan a perder elasticidad y hay la tendencia a acumular más sustancias grasas, en especial en áreas como el vientre.

La capacidad pulmonar también decrece; como la resistencia depende de la cantidad de oxígeno que reciben los tejidos orgánicos, la gente puede no ser capaz de realizar tanto trabajo pesado en la madurez.

El cambio interno más radical de las mujeres consiste en la menopausia, suceso que tiene variadas implicaciones físicas y psicológicas. El término climaterio se refiere a los muy complejos efectos orgánicos y emocionales que acompañan a los cambios hormonales en la mediana edad. En las mujeres, pues, estas transformaciones comprenden la menopausia, el cese de la menstruación que marca el fin de los años de maternidad.



Imagen tomada de www.glovege.com

En los hombres pasan por un cambio en la actividad sexual. Algunas transformaciones se deben a factores fisiológicos, en particular el nivel de andrógenos, las hormonas que determinan los caracteres sexuales masculinos. Los cambios fisiológicos y psicológicos de la mediana edad afectan el funcionamiento sexual de hombres y mujeres. La forma en que uno responde a esas transformaciones ejerce un gran influjo sobre el grado de satisfacción sexual.

La mediana edad también está marcada por algunos cambios en el funcionamiento cognoscitivo. Algunos investigadores dividen la inteligencia en dos grandes áreas: la fluida, la de las habilidades empleadas sobre todo para aprender nuevas tareas, incluyendo memorización, razonamiento inductivo y detección de relaciones perceptuales, que alcanza su apogeo en la adolescencia y declina paulatinamente durante la madurez, y la inteligencia cristalizada, que se basa en el conocimiento acumulado y la experiencia, y que aumenta conforme se envejece.

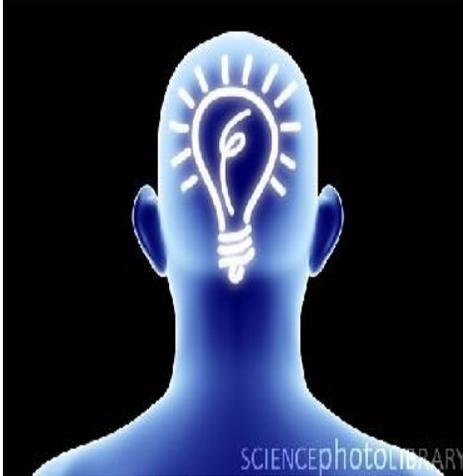


Imagen tomada de sciencephotolibrary.com

La gente mayor puede resolver problemas mejor que los jóvenes si puede servirse de su experiencia. Los expertos, jóvenes o viejos, poseen una memoria selectiva y bien organizada con la que analizan y resuelven los problemas de manera eficaz. Los ancianos compensan con ambos elementos la declinación de una habilidad particular.

Estudios longitudinales han indicado que con la

edad se da cierta declinación en las funciones cognoscitivas, pero que es mucho más tarde y solo en ciertas áreas de la inteligencia. De hecho, algunos aspectos de ésta parecen crecer durante la edad mediana, en especial entre los adultos con educación universitaria que siguen dedicados al trabajo y la vida activa.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

Se ha supuesto que la inteligencia fluida crece hasta el final de la adolescencia y luego declina poco a poco durante la madurez. También se cree que iguala la eficiencia e integridad del sistema nervioso.

En contraste, la inteligencia cristalizada es la que viene con la experiencia y la educación, y se basa en los conocimientos y la información acumulados por años. Es la capacidad de hallar relaciones, hacer juicios, analizar problemas y emplear las estrategias aprendidas para encontrar solución a los problemas.

A diferencia de la fluida, la cristalizada suele aumentar con los años en tanto la gente se mantenga alerta y capaz de asimilar y registrar información.

En la madurez está asumir las responsabilidades civiles y sociales adultas; establecer y mantener un nivel adecuado de vida; ayudar a los adolescentes a convertirse en adultos independientes, y otras más. Para no estancarse, la gente debe interesarse en la generación más joven y en el mundo que le heredarán.

Valorar la sabiduría o la potencia física, encontrar un equilibrio entre socializar y sexualizar las relaciones humanas, alcanzar la flexibilidad y no el empobrecimiento catártico, ser flexible y evitar la rigidez mental, lograr la diferenciación del ego por encima de la preocupación por la función laboral, realizar la trascendencia de lo orgánico en vez de la preocupación por lo orgánico y llegar a la trascendencia de ego por encima de la preocupación por el ego.



Imagen tomada de www.flickr.com

Los estudios de los hombres de mediana edad muestran que casi todos están comprometidos tanto con el trabajo como con la familia y deben aprender a manejar a sus padres envejecidos y a sus hijos adolescentes. Las mujeres de esa edad se definen en términos del ciclo vital de la familia. La gente de mediana edad a menudo debe enfrentarse a una familia en transición a resultas del divorcio y las nuevas nupcias. Las dificultades del divorcio incluyen cargas económicas, sentimientos de incompetencia, depresión y fracaso, cambios en la vida social y deterioros en la salud.

Una de las principales tareas de esta etapa es adaptarse a las mayores responsabilidades con los padres ancianos y, a la vez, ocuparse de hijos que se convierten en adultos independientes. Entre los cometidos por realizar se encuentran el lanzamiento de los hijos al mundo y ajustarse al nido vacío, redefinir la relación con los hijos crecidos, satisfacer las necesidades físicas de los padres mayores y precisar las relaciones con ellos.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

Durante la mediana edad las amistades son cruciales. Desde la adolescencia hasta finales de la madurez media, la gente tiende a elegir a sus amigos en mucho por las mismas razones. Las amistades más complejas y ricas ocurren al finalizar la edad mediana, lo que puede deberse a una mayor introspección que hace a la gente más consciente de las complejidades propias y de los otros.

La madurez es también una época de cambio y continuidad laboral. Muchos reevalúan su profesión para saber qué tanto han realizado y si deben o no cambiar la dirección de sus metas, lo que a veces los conduce a mudarse de carrera. Puede ocurrir un cambio estresante de profesión si la de uno no sigue el curso previsto, si se experimenta una transformación laboral forzada o si queda uno desempleado. La pérdida del trabajo puede estar acompañada de respuestas de duelo antes de que el trabajador la acepte y reconquiste la esperanza de volver al mercado de trabajo.



Imagen tomada de www.flickr.com

El colapso sucede cuando las grandes expectativas de los trabajadores no se cumplen y sus ingentes esfuerzos no reciben recompensa alguna. Habitualmente el término colapso se aplica a los miembros de las profesiones de asistencia, pero puede describir en general lo que pasa si la gente trabaja demasiado para alcanzar una meta imposible.

LA ADULTEZ MADURA VISTA POR DIFERENTES TEÓRICOS



Imagen tomada de www.dibujos.net/

GENERATIVIDAD FRENTE ESTANCAMIENTO:

Las personas desarrollan una preocupación por encaminar, guiar, influir en la generación siguiente pues de otro modo experimentan el estancamiento (Craig, 1997). Los adultos de mediana edad asumen responsabilidad, los roles adultos en su comunidad, el trabajo y la tarea de enseñar y guiar a la siguiente generación; o se quedan personalmente empobrecidos, centrados en sí mismos y estancados (McAdams y Aubin, 1992 citado en Rice, 1997).

SENECTUD O VEJEZ



Imagen tomada de www.imageshack.us.com

CRAIG 1997 El periodo de la vejez ha sido objeto de muchos estereotipos y medias verdades. Aunque en efecto hay problemas físicos, intelectuales y psicológicos, los individuos difieren en cuanto a condición física y habilidades cognitivas. La salud y el vigor físico van disminuyendo lento pero sostenidamente.

La vejez es el periodo de vida que abarca de los 65 años en adelante, incluye 4 décadas de vida, desde el anciano joven (el que está en sus sesenta) hasta el muy viejo (en sus noventa y más). Individuos en sus sesenta, saludables, activos y recién retirados, pertenecen a una cohorte diferente y tienen necesidades muy distintas de las de los frágiles ancianos de la generación de sus padres.



Imagen tomada de www.flickr.com

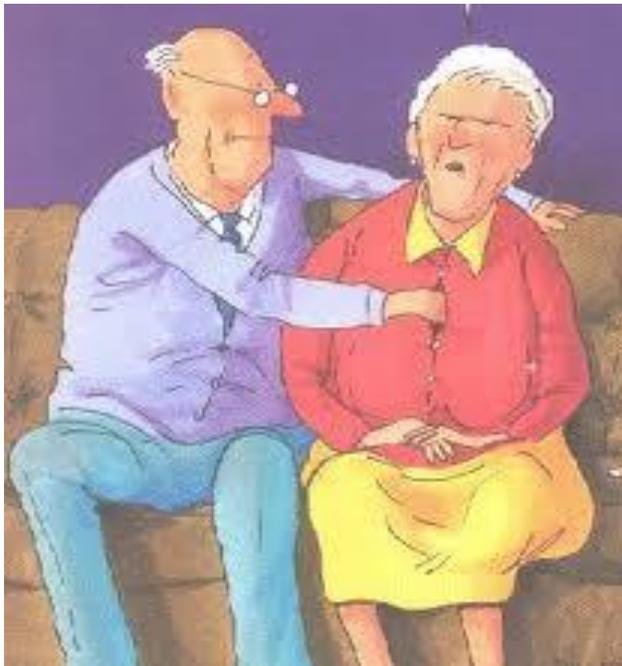


Imagen tomada de www.dibujos.net/

En general, los adultos a los sesenta siguen involucrados muy cerca de sus familias y amistades, pero algunos comienzan a enfrentarse a menores ingresos, pérdida de amigos y cónyuge y el desvanecimiento de la fuerza física; algunos en los sesenta años experimentan un mundo social más reducido y pueden enfermar; quienes se hallan en sus ochenta y noventa años tienden a retirarse del mundo y es más probable que sean delicados y tengan más problemas crónicos de salud.

Existen cambios paulatinos, sufren problemas de salud o interrupciones en su vida cotidiana, existe declinación sensorial y orgánica, muchos sufren declive en sentidos como oído y vista, los sentidos se vuelven menos eficientes tardan más en percibir estímulos y en algunas fallas orgánicas pulmones, riñones, etcétera. El cuerpo cambia de numerosas formas durante la vejez, en particular en la apariencia, los sentidos, los músculos, los huesos y la movilidad, así como órganos internos.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

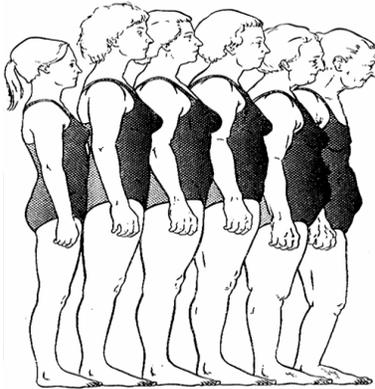


Imagen tomada de www.google.com

Una mirada en el espejo ofrece evidencias certeras del proceso de envejecimiento, las canas, calvicie, la piel flácida, un cambio en la postura y algunas arrugas son signos reveladores, la piel se vuelve arrugada, seca y delgada, aumenta la aparición de verrugas, aparecen manchas en la piel, el peso muscular, la fuerza y la resistencia disminuye con la edad, los cambios en la estructura y composición del esqueleto afecta el funcionamiento muscular, los huesos se vuelven quebradizos y porosos y el funcionamiento muscular se hace lento, la coordinación motora y la velocidad disminuye.

La mayoría de los ancianos muestra problemas de salud obligados a adaptarse al lento proceso, cuando hay problemas de salud suelen ser crónicos como artritis, problemas cardiacos, hipertensión, deterioro visual y auditivo, lesiones y caídas accidentales, infección respiratoria y problemas de sueño.

En la sexualidad las glándulas sexuales se atrofian, disminuye en las mujeres el nivel de estrógenos circulante, con la consecuente disminución de lubricación vaginal que entorpece el acto sexual; en el hombre, se hace más difícil la erección y la eyaculación precoz se hace más frecuente.

Respecto al intelecto, mucha gente cree que el intelecto de los adultos mayores está en franco deterioro según éste avanza en edad, por ejemplo, un sujeto joven que olvida algo no genera mayores comentarios, pero el olvido en un anciano es la confirmación de la decadencia que éste vive. Sin embargo, muchas investigaciones han demostrado que la pérdida de memoria relacionada con la edad no es tan general, tan representativa o tan severa como se suele pensar; existe un deterioro en cuanto a la velocidad del proceso cognoscitivo, por lo que la gente de más edad reacciona con menor rapidez, sus destrezas preceptuales y cognoscitivas son más lentas, pero la naturaleza ha provisto que hayan compensaciones, de modo que cualquier pérdida tiene efectos mínimos en la vida diaria.



Imagen tomada de www.dibujos.net/

Tomando como base el modelo del “Procesamiento de la información”, al parecer los adultos mayores son capaces de captar y conservar en la memoria sensorial un poco menos de información que los adultos jóvenes: en promedio tienen un ciclo de percepción un poco más corto, sobre todo cuando pasan dos informaciones a la vez. Referente a la memoria a corto plazo, las investigaciones señalan que las diferencias entre los adultos jóvenes y los ancianos no es significativa; en cuanto a la memoria a largo plazo, las diferencias si aumentan: los ancianos son menos eficientes para organizar, repetir y codificar el material que se debe aprender; sin embargo, esta debilidad mejora con instrucción y práctica. La memoria de los adultos mayores es selectiva y es mejor en las tareas de reconocimiento que de recuerdo.

Las capacidades intelectuales se pueden mantener en un buen nivel de eficiencia, sin embargo la memoria se deteriora más rápidamente, es decir, la mayor parte de las capacidades mentales se mantiene relativamente intacta con los años. Sin embargo, pueden suceder menguas reales y paulatinas en la velocidad de desempeño mental y físico, aunque se pueden atribuir muchas de ellas a una salud débil, al aislamiento social, la falta de educación, la pobreza y poca motivación. Los ancianos se desempeñan bien en las pruebas de memoria si encuentran la información valiosa, si reciben instrucciones cuidadosas sobre cómo clasificar y organizar el material o si adquieren estrategias para enfrentar la pérdida de memoria. Sin embargo, es posible que su rendimiento no iguale el de los jóvenes entrenados.



Imagen tomada de id-stretch.nl

La demencia se define como la confusión, la desmemoria y los cambios de personalidad que pueden estar asociados con la vejez y que tiene diversas causas primarias y secundarias. La demencia se origina por enfermedades como el Alzheimer o por otros trastornos como apoplejías sucesivas. Hay otras causas que producen síntomas pseudoseniles, incluyendo nutrición inadecuada, uso de alcohol, medicamentos y depresión.



Imagen tomada de www.flickr.com

El envejecimiento, lo mismo que las anteriores etapas de la vida, consta de una serie de pasajes de estado, entre los cuales están su propia ancianidad, el retiro y la viudez. Su diferencia radica en que no lleva otra etapa posterior. El medio físico y el social tienden a reducirse y no a expandirse.

Los problemas físicos de la vejez imponen a la mayoría una carga muy pesada, los ancianos cambian su autoconcepto conforme pierden su antigua autonomía y dependen más de otras para sus necesidades cotidianas, algunos se adaptan bien, otros no. Cuando la gente envejece comienza a pensar en términos de cuánto tiempo le queda por vivir esta etapa marca el final de la vida, la gente dedica mucho tiempo a reflexionar sobre lo que ha hecho en su vida y sobre el legado que dejará al partir, en sus elecciones, reflexiona sus logros, fracasos y sobre el turno de su vida, encontrando un sentido a la existencia, su preocupación radica en la valoración de su vida trascurrída, pudiendo encontrar la satisfacción o la desesperación del desperdicio de su vida sabiendo que es demasiado tarde.

La vejez afecta de diferente manera a hombres y a mujeres, los hombres se vuelven más pasivos y permiten expresarse más rasgos femeninos, mientras que las mujeres se hacen más agresivas, instrumentales y dominantes.

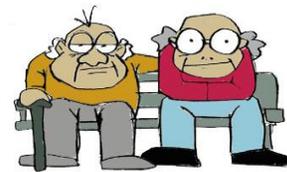


Imagen tomada de www.dibujos.net/



Imagen tomada de www.flickr.com

El retiro de la fuerza laboral es un significativo cambio en el estado de vejez, las reacciones dependen de varios factores como la voluntad de retirarse, salud, economía y actitudes de los colegas, siendo más fácil si se han hecho planes, es decir, la jubilación. Requiere aprender a manejar el tiempo libre y vivir con menos recursos económicos.

Los cambios en los status afectan a las relaciones personales y familiares en tanto el anciano aprende a ajustarse al periodo posterior de la paternidad, abuelo o bisabuelo, y a cuidar un cónyuge enfermo. La viudez y la pérdida de los amigos cercanos pueden ser acontecimientos extremadamente estresantes. Debe afrontar la inminente realidad de la muerte de sus seres y su grupo social así como la misma.

En la actualidad las enfermedades graves, la discriminación por su edad y la pobreza son graves problemas que enfrentan los adultos mayores. El cuidado que les ofrecen las instituciones en muchas veces son insuficientes.

LA SENECTUD VISTA POR DIFERENTES TEÓRICOS

INTEGRIDAD FRENTE A DESESPERACIÓN: De acuerdo a **Craig**, (1997) las personas logran un sentido de integridad del yo aceptando la vida que han vivido y en consecuencia aceptando la muerte o dejándose llevar por la desesperación producida porque no pueden vivir de nuevo sus vidas. Rice, (1997) menciona que Erickson subraya que los adultos en esta etapa evalúan su vida y la acepta por lo que es, o puede caer en la desesperación porque no logra encontrar el significado de su vida.

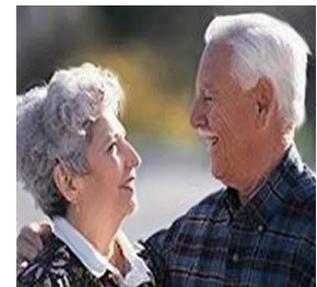


Imagen tomada de www.esmas.com

BIBLIOGRAFÍA

Coon, D y Mitterer J. (2010) Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta México: CENGAGE Learning

Craig, J. (1997). Desarrollo psicológico. México: Prentice Hall.

Kail, R. y Cavavaugh, J. (2011) Desarrollo humano: una perspectiva del ciclo vital. México: CENGAGE Learning

Morris, C. (1997). Psicología. Un nuevo enfoque. México: Prentice Hall.

Rice, P. (1997). Teorías del desarrollo. En: Desarrollo humano. Estudio del ciclo vital (2 ed.). México: Prentice Hall.

Sarason, S. (1997). Psicología: fronteras de la conducta. México: Harla.