

## **CAMBIOS CON EL AUMENTO DE LA EDAD**



### **SE DAN VERDADEROS CAMBIOS CON EL AUMENTO DE EDAD.**

En la etapa de la adultez la personalidad y el carácter se presentan firmes y seguros y el individuo maduro se distingue por el control que logra de sus sentimientos y su vida emocional. Esto le permite afrontar la vida con mayor seguridad y serenidad que en las etapas anteriores. La adultez es la época de la vida del ser humano en el que mayor rendimiento en la actividad se presente.

Existen tipos de cambio en la etapa de adultez y vejes, los factores contextuales serán más importantes a medida que avanza el desarrollo:

Cambios normativos asociados a la edad: durante la niñez y la adolescencia, el desarrollo está más marcado por la historia de nuestra especie. Muchas de las anteriores habilidades obtenidas al principio van disminuyendo su importancia y vuelven a cobrar relevancia en la vejez.

Cambios normativos asociados a la historia: aquellas cuestiones que afectan a las personas dependiendo del momento en el que han vivido (crisis económica, aparición de la democracia, etc.) Son menos importantes en la niñez y adolescencia, pero influyen más durante la adultez. Vuelven a perder relevancia en la vejez.

Cambios no normativos o individuales: aquellas cuestiones que afectan a la persona en cuanto ser único y especial (muerte prematura del cónyuge, cambio de residencia a otro país, etc.). Son más importantes a medida que avanza la historia personal de cada individuo.

## **EN QUE ÁMBITOS SE PUEDEN OBSERVAR ESOS CAMBIOS Y CÓMO SE PRODUCEN.**

Los cambios en transcurso del aumento de edad se pueden observar en los ámbitos de la naturaleza humana y su desarrollo como lo son:

**Desarrollo Físico:** vista, oído, gusto y olfato. Las personas empiezan a experimentar pérdida de la agudeza visual necesitando anteojos para leer. También se produce una disminución de la capacidad auditiva, en especial los sonidos de frecuencia más alta. Esto se presenta mayormente en los hombres que en las mujeres.

Las papilas gustativas y el sentido del olfato pierden sensibilidad durante la edad adulta intermedia pudiendo sentir insípidos los alimentos que pueden aparecer apetitosos a una persona joven.

La fuerza, coordinación y tiempo de reacción. La "práctica constante" de algunas habilidades resiste los efectos de la edad. La fuerza y la coordinación disminuyen de modo gradual en esta etapa. La disminución, sin embargo, no es sinónimo de desempeño deficiente.

**Capacidad Reproductora:** El hombre adulto tiene un proceso continuo de espermatogénesis durante toda la vida. Sin embargo, a medida que avanza la edad puede existir una disminución de la calidad de las células masculinas, tanto en cantidad como en viabilidad. Muy relacionado con ello se encuentran los factores de riesgo que inciden negativamente en la capacidad reproductiva. Algunos de ellos pueden vincularse con los cambios propios de la edad, pero otros con la exposición a tóxicos ambientales y con estilos de vida establecidos durante años. A diferencia de las mujeres que dejan de ser fértiles con la menopausia, los hombres no

experimentan cambios repentinos de su fertilidad a medida que envejecen, sino que presentan, de forma gradual, un proceso que se conoce como andropausia.

Los cambios en el aparato reproductivo masculino por el envejecimiento pueden abarcar modificaciones en el tejido testicular, en la producción de espermatozoides y en su función eréctil.

**Pérdidas físicas y mentales:** Podemos darnos cuenta de cambios en nuestras capacidades físicas y mentales, tales como el recordar nombres o tener dificultades para subir escaleras, abrir recipientes o caminar distancias extensas. Otras incapacidades pueden incluir:

- Problemas de visión
- Menor control sobre nuestras emociones
- Menor energía física
- Menor flexibilidad o capacidad física
- Problemas auditivos
- Menor capacidad de desplazarse con facilidad
- Problemas de memoria.

**Desarrollo Intelectual:** Las personas de edad adulta intermedia pueden aprender nuevas habilidades, a menos que se sientan incapaces; pero demuestran una ventaja incuestionable en la solución de problemas de la vida diaria, el vocabulario y la información general.

Las personas de edad adulta intermedia tienden a interpretar lo que leen, ven o escuchan según el significado personal y psicológico que tengan para ellas. En vez de aceptar lo que leen según lo establecido, lo comparan con sus propias experiencias de vida y aprendizaje.

**Desarrollo Socio Emocional:** Según Jung, hasta la edad de los 40 años las mujeres y los hombres se concentran en sus obligaciones ante sus familias y la sociedad, y desarrollan aquellos aspectos de la personalidad que fomentan estas metas. Las mujeres hacen énfasis en la expresividad y la crianza; los hombres en una orientación hacia el logro. Cuando los hijos crecen y sus carreras están establecidas tanto hombres como mujeres son libres para equilibrar sus personalidades por lo que prestan más atención a su interior.