

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS DEL ENVEJECIMIENTO**  
**MTRO. VELASQUEZ PEREZ ALFONSO**

**PRESENTA EL ALUMNO(A):**

**Vazquez Orantes Sherly Yoana**

**GRUPO, SEMESTRE Y MODALIDAD:**

**6to cuatrimestre “A” Lic. En Enfermería**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**29 de Mayo, 2020.**

ASPECTOS  
PSICOLÓGICOS DEL  
ENVEJECIMIENTO

Pérdida de  
autoestima

Una de las primeras necesidades de todo ser humano es la de sentirse aceptado, querido, acogido, útil y capaz, reconocido, digno, perteneciente a algo y a alguien, todos ellos sentimientos en los que se basa la autoestima.

Autoestima consiste en las actitudes del individuo que este mantiene hacia sí mismo.

Cuando estas son positivas hablamos de buen nivel o alto nivel de autoestima.

Perdida de la  
facilidad de  
adaptación

Al llegar a una mayor edad la persona va viendo como los ambientes van cambiando para ella y como otros le son lejanos o por lo menos le ofrecen menos interés.

A esta edad el problema se agudiza pues viene sazonado de otros tintes de marginación social.

Por eso el anciano se encuentra sin las herramientas que le permitan un trabajo de adaptación: son las motivaciones o refuerzos sociales.

Al carecer de dichas herramientas le es difícil adquirir hábitos nuevos, y por lo tanto, adaptarse a las nuevas circunstancias.

La aflicción o  
tristeza por una  
pérdida

Esta clase de dolor es una respuesta normal y saludable a diferentes tipos de pérdidas.

Una puede ser la de la pareja de tantos años, o de la salud, o del trabajo.

Para calmarla, la persona tiene que aceptar los términos finales de esta pérdida.

Es aconsejable hablar de esto con otras personas, seguir con sus actividades acostumbradas dentro de lo posible,

Dormir bien, evitar el alcohol, tabaco o drogas, no tomar decisiones importantes de inmediato y pedir ayuda psicológica si se necesita.

Enfermedades  
psiquiátricas más  
comunes de los  
adultos mayores

La demencia presenil o senil como el Alzheimer y la depresión que en esta edad puede ser mortal, son las principales enfermedades de esta época.

Tiene algunos rasgos distintivos que pueden no presentarse juntos o en el mismo grado como el deterioro de la memoria, daño del funcionamiento o comprensión intelectual, deterioro de la capacidad de juicio, de la capacidad de orientación y decaimiento de dichas funciones.

