

TEORÍAS DEL ENVEJECIMIENTO

Es un proceso progresivo natural del ser humano, que cada persona experimenta con diferente intensidad.

Tipos de teorías

Se han propuesto muchas teorías para explicar el proceso de envejecimiento. Goldstein y colaboradores las han revisado extensamente y finalmente las han dividido en tres grandes categorías

- ➔ Biológicas
- ➔ Psicológicas
- ➔ Sociológicas

Teorías Biológicas

Existe una diferenciación de estas teorías basadas en factores externos y las basadas en factores internos.

- Externos = **Teoría Estocásticas**, la cual indica que el envejecimiento es resultado de consecuencias de alteraciones que ocurren de forma aleatoria y se acumulan a lo largo del tiempo.
- Internos = **No Estocásticas**, las que suponen que el envejecimiento está predeterminado y que proponen que el envejecimiento es la continuación del proceso del desarrollo y corresponde a la última etapa dentro de una secuencia de eventos codificados en el genoma - los genes.

Teorías Estocásticas

Teoría del Encruzamiento: Postula que ocurrirían o encruzamientos entre las proteínas y otras macromoléculas.

Teoría de acumulación de productos de desechos: Acumulación de productos del metabolismo celular que al no ser solubles no pueden ser eliminadas acumulándose en nuestras células.

Teoría de la Autointoxicación: Propuesta por Metchnikov que dice que la causa del envejecimiento del organismo humano depende de los productos del metabolismo.

Teoría del Desgaste Natural: Propone que cada organismo estaría compuesto de partes irremplazables y que la acumulación de daño en sus partes vitales llevaría a la muerte de las células, tejidos, órganos y finalmente del organismo. Enfocada en la creencia que las células de nuestro cuerpo se dañan por el sobre uso o abuso a que son sometidas.

Teoría de los Radicales Libres: Propone que el envejecimiento sería el resultado de una inadecuada protección contra el daño producido en los tejidos por los radicales libres.

- Los radicales libres son moléculas inestables y altamente reactivas con uno o más electrones no apareados, que producen daño a su alrededor a través de reacciones oxidativas.
- El oxígeno ambiental promueve el metabolismo celular, produciendo energía a través de la cadena respiratoria.

Teoría de Errores en la síntesis de la Proteína: Fue propuesta por Shock y dice que el acumulo de proteínas deficientes es considerada la fuente más importante de deterioro de la capacidad fisiológica de las células.

Teoría de la Modificación en el sistema Endocrino: El sistema endocrino es el encargado de la secreción de sustancias llamadas hormonas, que funcionan como mensajeros y actúan sobre las células que tienen receptores específicos para dichas sustancias en el cuerpo, con la finalidad de regular muchas funciones orgánicas relacionadas con metabolismo, reproducción, síntesis de proteínas, función inmunitaria, desarrollo y conducta.

Teorías no calocásticas:

Teorías Genéticas: Estas teorías se basan en el código genético de cada individuo. Está escrito en cada una de nuestras células cuando empezamos a envejecer, esto proponen que la causa del envejecimiento es genética.

Cada vez que una célula del organismo se produce, el telómero se acorta. Cuanto más se acorte dicho telómero, mayor es la afectación en la forma de expresión celular de su código celular y el resultado es el envejecimiento celular.

Teoría del envejecimiento programado: Sostienen que los cuerpos envejecen de acuerdo a un patrón de desarrollo normal establecido en cada organismo, el cual está presente y preestablecido para cada especie.

Teoría del Cronómetro Celular: Afirma que el proceso de envejecer es un mecanismo programado: como si las células consideraran solamente un número predeterminado de reproducciones durante nuestra vida.

Teoría del Marcapaso: Los sistemas inmune y neuro-endocrino serían "marcadores" intrínsecos del envejecimiento. Su involución estaría genéticamente determinada para ocurrir en momentos específicos de la vida.

Teoría Gerontopatía Sentil: Esta teoría fue propuesta por Bastal y Dogliotti y admite que los capilares sanguíneos de la piel de los ancianos sufren una gran cantidad de alteraciones degenerativas de la misma forma que el resto de los capilares del cuerpo.

Teoría Psicológicas

La mayoría de las teorías psicológicas establecen que diferentes circunstancias enfrentadas deben de ocurrir para que el individuo envejezca exitosamente.

Teoría del Individualismo de Jung: Esta teoría dice que conforme la persona envejece, hay un cambio de enfoque desde el mundo externo hacia una experiencia interior.

Teoría Desarrollo de tareas y Vejez de Peck: Peck menciona que para alcanzar la integridad, se deben desarrollar las habilidades de redefinirse a sí mismo. También se debe alejar la identidad ocupacional, incomodidad corporal.

Teorías Sociológicas

La sociología considera a la ancianidad como una etapa vital de creciente importancia. Las teorías se basan en la relación de las personas con la sociedad, y el status de los ancianos.

Teoría adaptativa: El enfoque está en cómo el anciano se adapta al final de la vida y cómo el medio ambiente influye en este proceso adaptativo.

Teoría de la Modernización: Destaca la situación actual del anciano caracterizado por ser delegado socialmente, mientras que en las sociedades tradicionales el gozaba de un estatus elevado y era reconocido por su experiencia y sabiduría.

Teorías funcionalistas o Teorías de la socialización:

Estas teorías estudian el papel de los ancianos desde el punto de vista de la actividad. Defienden la asignación de roles sociales diferentes tras la jubilación, ya que asocian la falta de actividad con la falta de autoestima.

• **Teoría de la actividad:** Se fundamenta en la importancia que se le da a los roles para que se sienta útil.

• **Teoría de la desvinculación o del retiro:** Según esta teoría, el envejecimiento normal se acompaña de un distanciamiento recíproco entre las personas que envejecen y los miembros del sistema social al que pertenecen.

Teoría de la continuidad: Propone que no hay ruptura radical ni transición brusca entre la edad adulta y la tercera edad, sino que se trata tan solo de cambios menores u ocasionales que surgen de las dificultades de adaptación a la vejez, manteniendo continuidad y estabilidad.

Teorías derivadas del envejecimiento demográfico: Estudian la evolución de la sociedad en las últimas décadas, y como el aumento de la esperanza de vida de la población y las tasas de fecundidad, natalidad y mortalidad disminuidas, hacen de las sociedades occidentales unas sociedades ancianas.