



- Nombre de alumno: Alondra Favil Fuentes Hernández
- Nombre del profesor: Naxchiely
- Nombre del trabajo: Ensayo
- Materia: Psicología evolutiva
- Grado: 7
- Grupo: A



Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de noviembre de 2021.

“La vejez y sus factores”

Todos deseamos llegar a viejos; y todos negamos que hemos llegado.

(francisco Quevedo).

En dicho trabajo se tocarán temas que son relevantes de conocer para tener una buena vejez, tales como aquellos factores que hacen que el deterioro sea más veloz, y/ o decadente y dar una breve opinión acerca de la percepción de las últimas etapas del ser humano es decir la vejez.

Dando inicio a este ensayo la vejez se percibe como “un proceso gradual y adaptativo, caracterizado por una disminución relativa de la respuesta homeostática debida a las modificaciones morfológicas, fisiológicas, bioquímicas y psicológicas (...) Instituto nacional de geriatría; 2017. Y en donde la psicología menciona que son “detonantes de cambios los cuales pudiesen ser inseguridades, fragilidad en mecanismos de control y afrontamiento, y demandas sobre nuevas formas de adaptación o modificación de proyectos” Ricardo Lacub.

Es decir, que este proceso conlleva a diferentes cambios tanto físicamente como emocionalmente y que afectan de maneras considerables en la vida social, laboral, sexual y familiar y que a continuación se dará una explicación;

Ahora bien sabemos que cada ente necesita de afecto, de reconocimiento, un status y hasta jerarquización en la vida, en otras palabras necesitamos ese mundo social, de convivencia con seres ajenos a nosotros, y cuando llega esta etapa inician las limitaciones ya sea por el gran factor de padecer enfermedades o por la ideología de los hijos en donde se cree que estar rodeados solo causa más agotamiento para la persona, y por consecuencia cuando la edad va avanzando y va llamando las canas en la cabeza y las arrugas en la frente, trae consigo algo más pesado , que en pocas palabras es: perder todo aquello que alimentó tu vida (mundo social), todos esos constructos que nos llevó a un tipo de autorrealización (pareja, seguridad) y que motivo todo un sueño, siendo así que se empieza a perder ciertos rasgos tales como la motivación, el trabajo, porque se

considera que alguien grande debe y sirve solamente para descansar, o llega esa anhelada jubilación. Y bueno no solo son esos factores si no que empieza la decadencia sexual refiriéndonos a la disminución de espermas, una libido bajo o enfermedades en el aparato siendo un gran factor que afecta la vida de pareja haciendo que este sea un detonante más para que el adulto mayor se sienta solo o deprimido. Asimismo, me gustaría mencionar que con anterioridad se aborda el termino jubilación y este concepto es de gran importancia ya que desde un principio motiva a muchas personas siendo jóvenes, pero cuando se llega a esa etapa inician las decepciones, ya que este concepto lleva consigo cierta tranquilidad, autorreflexión sobre lo queremos, como lo queremos, que sentimos y cuáles son las futuras metas, sin embargo, muchos llegan sin metas, y pensando que la tranquilidad llena ese vacío de sentirse inútil, discapacitado o el desconcertó de no saber quién es sin ese puesto de trabajo, sin los hijos de por medio o esas reuniones familiares concurrentes, es decir esa jubilación de ensueño termina siendo su dura realidad del ciclo de auto conocerse nuevamente.

Ahora bien, en el pasado se considerada a una persona con madurez vaga, obsoleta y sin muchas preocupaciones emocionales o físicas, sin embargo, a lo largo del tiempo y de las investigaciones se fue descubriendo que es donde puede suceder mayor malestar emocional – mental, ya que hay un abandono consciente por parte de su ambiente (familia).

Y concluyendo este tema puedo decir que el envejecimiento es un proceso cautico, pero a la vez esencial, por el simple hecho de haberse trasformado en distintas versiones dentro de cada etapa y que con ello llegó un aprendizaje y una madurez diferente, así que esta palabra mejor de tenerle miedo es mejor prepararnos para llegar de una manera, consciente, con metas y con cuerpo y mente fuerte.

Por ello considero que: “La vejez existe cuando se empieza a decir: nunca me he sentido tan joven”

-Jules Renard.

Bibliografía

- Antología de la universidad del sureste. Factores que afectan el envejecimiento, 2021; 21- 30
- Lacub. Psicología de la mediana edad y vejez. Universidad Nacional de Mar de plata; 22-28. <https://www.desarrollosocial.gob.ar/wp-content/uploads/2015/05/Gerontolog--a-Comunitaria-Modulo-31.pdf>
- Aguilera Velasco. Salud y jubilación. Hallazgos sobre las vivencias de la jubilación y la prejubilación; 108; 114.