

UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TUXTLA

BRISSA DEL MAR ANTONIO SANTOS

QUINTO SEMESTRE

LIC. MEDICINA HUMANA

DR ALFREDO LOPEZ LOPEZ

GERIATRIA

La ancianidad y sus características

La ancianidad, también conocida como tercera edad, es la etapa en la que se encuentran la mayoría de las y los abuelos que podemos ver en la calle, sin embargo, no toda persona que tiene 60 años posee la misma apariencia.

Existen personas en la etapa de la ancianidad que mantienen su capacidad física, si bien es cierto que hay ciertos límites, las personas con buena condición física a los 70 años pueden seguir trabajando y llevando una vida independiente.

El envejecimiento es un fenómeno presente a lo largo del ciclo vital desde el mismo proceso de la concepción hasta la muerte. A pesar de ser un fenómeno natural conocido por todos, es difícil aceptarlo como una realidad innata a todo ser.

Actualmente se considera un problema de salud pública tanto a nivel nacional como internacional, ya que el cambio en la pirámide poblacional se ha volcado hacia el aumento de esta población y desafortunadamente los gobiernos no están preparados para las consecuencias físicas, mentales, sociales y sanitarias que esto implica, motivo por el cual se requiere ahondar en el conocimiento del mismo desde múltiples perspectivas.

- **Ancianidad:** hace referencia a la etapa que comprende el final de la vida, la cual se inicia aproximadamente a los 60 años. Se caracteriza esta edad por una creciente disminución de las fuerzas físicas, lo que, a su vez, ocasiona una sensible y progresiva baja de la actividad mental. El individuo va perdiendo el interés por las cosas de la vida y va viviendo más en función del pasado, que evoca constantemente ya que el presente y el futuro le ofrecen en realidad muy pocas perspectivas

En varios aspectos de nuestra vida pasamos por ser dependientes, por ser independientes y por participar en una interdependencia.

Dependencia

Cuando somos dependientes, nuestro éxito en la realización de ciertas labores depende en gran medida en que seamos ayudados por personas más capaces. Al principio, cuando nacemos, necesitamos de alguien que nos de comida para que nos podamos alimentar. Así mismo, necesitamos de alguien que nos vaya guiando para poder caminar.

De modo similar, hay otras actividades que cuando empezamos a hacerlas nos cuesta mucho trabajo hacerlas por nuestra cuenta. Si no sabemos nada acerca de bailar usualmente nos dejamos guiar por un maestro de baile para aprender los primeros pasos. Al comenzar a manejar muchas veces es bueno tener un instructor a la mano para que nos diga las cosas básicas.

Los verbos clave durante esta etapa son ver, aprender y ser atendido.

Independencia

Conforme nos vamos acostumbrando a realizar una actividad surge un deseo de poder hacer las cosas por nuestra cuenta. Conforme a la experiencia y práctica que tengamos es posible que podamos hacer las cosas por nuestra cuenta.

Una vez que nos enseñaron a hacer varias demostraciones matemáticas es posible que poco a poco aprendamos cómo se logra. Hay un momento de gran satisfacción cuando sabes que has escrito correctamente una solución que tu has inventado. Tras haber tomado muchas clases de baile da mucho gusto poder ir a una fiesta y tomar la iniciativa para bailar ya sin seguir una rutina específica. Una satisfacción similar se siente cuando en vez de tener que ir a un restaurant o pedir comida mejor te pones a cocinar para preparar un platillo en tu casa y queda rico.

Interdependencia

Sin embargo, conforme va realizando sus ideas, se da cuenta que hay algunas de ellas que tienen limitaciones. Algunas veces no es posible realizar algo por cuenta propia, por ejemplo, sería imposible construir un rascacielos con tus propias manos. De esta forma, hay un momento en que reconoces que tienes que hacer a más seres partícipes de lo que quieres hacer. Esto es precisamente lo que pasa con una sociedad. Como seres humanos nos damos cuenta que vivir en comunidades con intereses en común tiene muchas ventajas.

De esta forma, una vez que tenemos varios seres independientes, estos pueden actuar para lograr un objetivo en común. Por ejemplo, al tener un club de Cubo de Rubik puedes aprender de las otras personas nuevas técnicas para resolver el cubo y tener la estimulación para mejorar debido a la competencia. Las empresas son precisamente resultado de este fenómeno, pues reúnen a muchas personas con un fin en común.

La interdependencia permite que el todo acabe siendo más que la suma de sus partes. Es decir, dos personas con un objetivo en común hacen más que el doble de lo que puede hacer una. En esta etapa las palabras clave son colaborar, cooperar y trabajar en equipo.

Gestión de la crisis y final de la vida

Si un adulto mayor llega al punto de manejo de crisis y atención al final de la vida, normalmente necesitará ser monitoreado las 24 horas del día, así como tener acceso a las instalaciones formales de atención médica. En este punto, puede ser apropiado que el adulto mayor esté en un centro de vida asistida, en un hogar de ancianos o en un hospicio.

El envejecimiento es un proceso inherente a la vida humana, el cual constituye una experiencia única, heterogénea y su significado varía dependiendo de la connotación que cada cultura haga de él. Se entiende como un fenómeno multidimensional que involucra todas las dimensiones de la vida humana.

El envejecimiento es un proceso complejo de la vida, donde se experimentan cambios de orden físico, psicológico y social entre otros; por lo cual, se constituye en un espacio ideal para brindar herramientas de intervención que permitan entender el fenómeno de envejecer y asimismo dar alternativas que promuevan la calidad de vida del adulto mayor para de esta manera poder crear taxonomías de cuidado que permitan un mayor conocimiento y, por ende, una mejor atención.

Bibliografía

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2014000200002

<https://blog.nekomath.com/dependencia-independencia-e-interdependencia/>

<https://mejorencasa.es/significado-de-senectud-las-distintas-etapas-de-la-tercera-edad/#:~:text=Gesti%C3%B3n%20de%20la%20crisis%20y,instalaciones%20formales%20de%20atenci%C3%B3n%20m%C3%A9dica.>