

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



ESPECIALIDAD: PSICOLOGIA

NOMBRE DEL ALUMNO: GERARDO VIDAL VAZQUEZ

CUATRIMESTRE: 7º

MATERIA: PSICOLOGÍA EVOLUTIVA

TAREA: ENSAYO

FECHA DE ENTREGA: 20/10/2023

INTRODUCCION

En este trabajo se muestra información acerca de dos unidades unidad III y unidad IV

este periodo del desarrollo, es un momento esencial en el que potenciamos, todas nuestras capacidades, nos apropiamos, del lenguaje y la manera de como vemos e interpretamos el mundo, formamos las habilidades para convivir con otras personas

3.1 PRIMERA INFANCIA

El desarrollo en la primera infancia se suele considerar en varias fases que vienen determinadas por la edad, las definiciones varían y algunas incluyen una fase que se extiende hasta los 8 años de edad, UNICEF distingue tres fases de desarrollo en la primera infancia, de la concepción al nacimiento: se refiere al período prenatal, momento en que la salud, la nutrición y la protección de la mujer embarazada son fundamentales., el período entre la concepción y los 24 meses suele denominarse los primeros 1.000 días de vida, durante este tiempo, el cerebro se desarrolla rápidamente, el cerebro del recién nacido: datos científicos ,la primera infancia importa para cada niño 10 nutrición, la protección y la estimulación positiva pueden influir enormemente en este proceso, del nacimiento a los 3 años de edad: en esta fase, el cerebro sigue evolucionando rápidamente, resultan esenciales la nutrición, la protección y la estimulación positiva que recibe por medio del juego, la lectura, el canto y las interacciones con adultos cariñosos

Edad preescolar: es el período que va desde los 3 años de edad, aproximadamente, hasta la edad a la que un niño comienza a acudir a la escuela, la atención de la salud, la nutrición y la protección siguen siendo importantes en esta fase, pero las oportunidades de aprendizaje temprano en el hogar y en los centros preescolares de calidad son también fundamentales, al respecto, cabe señalar que aunque las corrientes sanguíneas de la madre y su hijo están separadas por la barrera placentaria, existen varias sustancias que pueden traspasar esta barrera, influenciando el desarrollo cerebral del feto (los nutrientes, vacunas, drogas, vitaminas, alcohol, nicotina, entre otros),asimismo, es necesario considerar que hay otros factores de riesgo que pueden influir en el desarrollo del bebé: edad y estado nutricional de la madre, rayos X, enfermedades y desórdenes maternos, herpes genital, enfermedades virales, toxemia del embarazo, factor RH negativo en la sangre, estado emocional de la madre, estrés, enfermedades genéticas del padre, transmisión de virus del padre a la madre y la salud paterna.

3.2 SEGUNDA INFANCIA

Al comienzo de la etapa se empieza a dar la distinción entre el "yo" y el "no-yo" que el niño ha ido adquiriendo en la medida que ha tenido dificultades para satisfacer sus necesidades regidas por el "principio de placer" que era lo que presidía su conducta en la etapa anterior, ahora, en esta etapa, comienza a descubrir la realidad como algo distinto a sus apetencias, con ello, su conducta se empieza a regir por el "principio de realidad", en esta etapa el niño descubre que hay una realidad exterior independiente a él y a la que se debe tener en cuenta para conseguir sus fines, en la actividad motriz, no es el moverse por moverse como ocurría en la primera infancia, ya no le interesa la acción por la acción misma, sino que se orientará al logro de algo concreto, es la edad de la actividad, hacia los 4-5 años el niño es ante todo un "ser en movimiento" continuo, incansable, entregado a la alegría de vivir y actuar, va ganando en soltura e intrepidez, de manera que cada vez le gusta más lo difícil y misterioso, al final de esta etapa puede hacer físicamente casi todo lo que quiere, dentro de sus fuerzas, pasando de la gracia que tenía en los primeros momentos de la etapa a la fuerza que domina al final de la etapa., en esta etapa evolutiva el niño siente la necesidad de afirmar su personalidad naciente y lo hace a través de la desobediencia a las indicaciones de los mayores, los caprichos que empieza a manifestar, en esta etapa el niño pasa del ámbito familiar a frecuentar el trato con algunos compañeros de su misma edad, así descubre por la resistencia que ofrecen la satisfacción de sus deseos- la existencia de los "otros", hacia los tres años ya no utiliza al otro como un elemento más del juego, sino que siente la necesidad de explicarle al otro lo que va a hacer, no para ofrecer o pedir colaboración, sino para reforzar su propia conducta, en este momento evolutivo con facilidad aprende las conductas sociales a través de la imitación del adulto o de los hermanos mayores que son un modelo más próximo al niño, es por ello la gran importancia que tienen los hermanos mayores en la casa, pues son los referentes que va a tener el niño, esta interiorización que hace de las imágenes de los mayores a través de la imitación le genera una seguridad interna y posibilita que vaya desarrollando habilidades de autocontrol que irá afianzando con las interacciones de sus iguales

3.3 SISTEMA NERVIOSO

El sistema nervioso está compuesto por una red de neuronas cuya característica principal es generar, modular y transmitir información entre las diferentes partes del cuerpo humano, esta propiedad habilita muchas funciones importantes del sistema nervioso, como la regulación de funciones vitales del cuerpo (latidos del corazón, respiración, digestión), sensación y movimientos corporales, en definitiva, las estructuras del sistema nervioso presiden todo lo que nos hace humanos; nuestra conciencia, cognición, comportamiento y recuerdos.

el sistema nervioso consta de dos divisiones:

* El sistema nervioso central (SNC) es el centro de integración y control del cuerpo.

*El sistema nervioso periférico (SNP) representa las vías de comunicación entre el SNC y el cuerpo. Se subdivide además en el sistema nervioso somático (SNS) y el sistema nervioso autónomo (SNA), comprender el sistema nervioso requiere el conocimiento de sus diversas partes, por lo que en este artículo aprenderás sobre la anatomía del sistema nervioso y todas sus divisiones, las neuronas, o células nerviosas, son las principales unidades estructurales y funcionales del sistema nervioso

. Cada neurona consta de un cuerpo (soma) y una serie de proyecciones que salen desde la neurona (neuritas). El cuerpo de la célula nerviosa contiene los orgánulos u organelos

hay dos tipos de proyecciones neuronales que difieren en estructura y función; los axones y las dendritas, los axones son largos y conducen los impulsos lejos del cuerpo neuronal, las dendritas son cortas y actúan para recibir impulsos de otras neuronas, conduciendo la señal eléctrica hacia el cuerpo de la célula nerviosa, cada neurona tiene un solo axón, mientras que el número de dendritas varía, según ese número, hay cuatro tipos estructurales de neuronas; multipolar, bipolar, pseudounipolar y unipolar, hay dos tipos de neuronas, las cuales se nombran de acuerdo a si envían su señal eléctrica hacia o desde el SNC:

3.4 TIPOS DE CONDUCTAS

1. Conducta innata o heredada las conductas innatas o reflejas son unas de los primeros tipos de conducta que realizamos en nuestra vida, y se caracterizan por ser aquellas que aparecen en la persona o ser de manera natural y derivada de nuestra genética, sin que nadie nos las haya enseñado antes

2. Conducta adquirida o aprendida otro de los principales tipos de conducta es la conducta adquirida o aprendida, la cual se define como todo aquel tipo de acción que no surge de manera natural en la persona o animal si no que es aprendida a lo largo de la vida, este aprendizaje puede ser inculcado por la propia experiencia o bien transmitido o modelado a partir de la observación del comportamiento de otros

3. Conducta observable/manifiesta, la conducta observable o manifiesta es aquella que se puede ver a simple vista desde el exterior, Se trata de comportamientos que llevamos a cabo y que implican algún tipo de movimiento por nuestra parte en relación con el medio que nos rodea

4. Conducta latente/encubierta tal y como hemos comentado con anterioridad, cosas como imaginar, pensar, recordar o fantasear son actos o comportamientos que no pueden apreciarse a simple vista desde el exterior, pero no dejan de ser actos que llevamos a cabo, se trata de las conocidas como conductas encubiertas.

5. Conductas voluntarias otro tipo de clasificación de conductas que puede aplicarse tiene que ver con la presencia o ausencia de voluntariedad a la hora de llevarlas a cabo, las conductas voluntarias son todas aquellas que el sujeto que las realiza lleva a cabo de manera consciente y de manera acorde a su voluntad.

6. Conductas involuntarias/reflejas Por otro lado, las conductas involuntarias son todas aquellas que se llevan a cabo de manera intencional, por lo general ello incluye principalmente las conductas reflejas: retirar la mano de un fuego que nos quema, respirar o el conjunto de reflejos de los cuales disponemos desde el nacimiento.

3.5 TIPOS DE COMPORTAMIENTOS

1. Comportamiento agresivo el comportamiento agresivo es aquel en el que una persona se mueve por impulsos, sin pensar en las consecuencias y generalmente poniendo en peligro algún aspecto de su vida o de la de los que le rodean, es propia de personas con autoestima baja, especialmente sensibles a las críticas, tercas y que tienden a poner su opinión por encima de la de los demás a cualquier precio, generalmente sin argumentos válidos, usando falacias y traduciéndose a veces con violencia, aunque no siempre tiene por qué llegar al nivel físico

2. Comportamiento pasivo al contrario del agresivo, el comportamiento pasivo es aquel en el que una persona evita a toda costa los conflictos, aunque a veces eso signifique renunciar a sus derechos, libertades, opiniones y dignidad, del mismo modo, los problemas de autoestima suelen estar tras este tipo de conductas

3. Comportamiento asertivo el comportamiento asertivo consiste en llegar a un equilibrio perfecto entre el agresivo y el asertivo, haciéndose valer, pero sin adoptar una postura excesivamente dominante, una conducta asertiva es aquella en la que se defienden unas ideas y los derechos individuales sin tener que atacar verbal ni físicamente a los demás, las personas con más autocontrol y habilidades comunicativas son las que adoptan este tipo de comportamiento en cualquier ámbito de la vida

4. Comportamiento innato el comportamiento innato incluye todas aquellas acciones que realizamos de forma instintiva, es decir, que están codificadas en nuestros genes, comer cuando se tiene hambre, dormir cuando se tiene sueño, beber agua e incluso mamar cuando se es un bebé son conductas innatas.

5. Comportamiento aprendido a diferencia del innato, el comportamiento aprendido ya no es aquel en el que estamos en manos de la propia biología, son todas aquellas acciones que llevamos a cabo de forma más o menos libre y que sí que nos hacen diferenciarnos de los demás, la práctica totalidad de las conductas que seguimos son de este tipo.

3.6 ASPECTO PERSONAL

La vida es un aprendizaje continuo que comienza desde el mismo momento de nacer y con el paso del tiempo va dependiendo de nuestra voluntad y motivación mantener activo el proceso de formación, que, sin duda alguna, influye en nuestro crecimiento personal, las personas que leen y procuran estar siempre al día mediante diversos métodos de educación formal están constantemente nutriendo a su cerebro de información e ideas nuevas, lo cual mejora su capacidad de análisis y procesa mucho mejor la información, una buena manera de mantenerse activo en materia de estudios es optar por una escuela de negocios, donde la oferta de programas formativos es muy nutrida representando una muy buena oportunidad para nuestro futuro, muchas veces terminamos una carrera universitaria y salimos a la calle con muchas aspiraciones laborales, que por lo general no tienen cabida en las empresas, el desarrollo personal no es un objetivo que hay que alcanzar, sino un proceso constante de superación y crecimiento en distintas áreas de nuestra vida: afectivas, emocionales, profesionales, intrapersonales, académicas y muchas más, para crear una estrategia adecuada, es necesario primero establecer qué objetivos queremos lograr en nuestra vida, los retos que queremos superar, las habilidades que queremos aprender, etc., de esta manera pasaremos del “qué” al “cómo” más fácilmente y podremos lograr el desarrollo personal, es igual de importante asignar un periodo de tiempo determinado para cumplirlos , estos también influyen en el tipo de aspiraciones que tenemos, por ejemplo, puede que para algunas personas el aspecto profesional sea igual a realización personal, mientras que para otros lo es tener una familia

3.7 ASPECTO SOCIAL

Los aspectos sociales son todas esas propiedades, características y maneras que definen la forma en que una sociedad o pueblo se organiza, es decir, son las costumbres, prácticas y tradiciones que definen a una comunidad específica, puede decirse que los aspectos sociales tienen una relación directa con las formas y situaciones que se dan dentro de una sociedad, estas pueden ir desde elementos económicos hasta de salud o educación. es igualmente importante destacar que, dentro del concepto de aspecto social, se enmarca también la cantidad de hombres y mujeres que componen una comunidad particular, esto se conoce como estructura poblacional y es bastante significativo, ya que de esta manera se define la planeación de dicha colectividad para que pueda desarrollarse plenamente, en otras palabras, son todas las actividades económicas en las que la colectividad se sustenta, puede decirse que los aspectos económicos son una parte vital para cualquier sociedad, toda vez que es la forma principal en que las personas acceden a productos y servicios que sirven para su desarrollo, adicionalmente, los aspectos económicos afectan directamente a los sociales, ya que, si no se tiene un sistema de producción y distribución de bienes y servicios, los elementos sociales no podrán darse, para poder entender cómo las medidas de seguridad actuales o futuras repercuten en la función social necesitamos, en primer lugar, saber qué se entiende por funciones sociales del objeto urbano en particular y del entorno urbano en general, en segundo lugar, necesitamos saber cuáles son los mecanismos a través de los cuales las medidas de seguridad afectan, positiva o negativamente, a las funciones sociales, el crecimiento personal te ayuda a mejorar tu relación contigo mismo, por lo cual la gente se sentirá naturalmente atraída hacia ti y tus relaciones mejorarán, será probable que estas personas estén en un nivel de desarrollo personal similar al tuyo, lo que significa que podrán ser un gran complemento para tu vida y ayudarte a crecer aún más

3.8 TRASTORNOS COMUNES

La prevalencia de las enfermedades mentales, así como, los trastornos relacionados con ellas, continúa aumentando y causando diversos problemas en la salud de aquellos que las sufren, provocando algún tipo de trastorno o enfermedad mental, el estilo de vida y las actividades diarias que la sociedad nos requiere a día de hoy, así como, estrés, cansancio y malos hábitos prolongados en el tiempo, son factores de riesgo que han provocado que millones de personas sufran algún tipo de enfermedad mental. Incluso, que los diversos tipos de enfermedades mentales aumenten, la enfermedad mental o el trastorno que afecta a la mente es una alteración sostenida de tipo emocional, cognitiva y/o de comportamiento, debido a esto, pueden quedar afectados procesos psicológicos básicos como la emoción, la motivación, la conciencia, la conducta, la percepción, el aprendizaje, el lenguaje,

Trastornos de ansiedad la ansiedad es una reacción normal de las personas ante situaciones de estrés e incertidumbre. ahora bien, un trastorno de ansiedad se diagnostica cuando varios síntomas ansiosos provocan angustia o algún grado de deterioro funcional en la vida del individuo que lo sufre. a una persona con un trastorno de ansiedad le puede resultar difícil funcionar en distintas áreas de su vida: relaciones sociales y familiares, el trabajo, la escuela, etc.,

ataque de pánico, trastornos fóbicos muchas personas admiten que sienten miedo a las serpientes o las arañas, pero pueden tolerar ese miedo, los individuos que padecen una fobia, por el contrario, no son capaces de tolerar ese miedo, estos experimentan un miedo irracional cuando se encuentran frente a al estímulo fóbico, ya sea un objeto, un animal o una situación, y esto suele acabar en un comportamiento de evitación,

Trastorno por estrés postraumático (TEPT) El trastorno por estrés postraumático se manifiesta cuando la persona ha sido expuesta a una situación traumática que le ha provocado al individuo una experiencia psicológica estresante, lo que puede ser incapacitante

3.9 ATENCIÓN A LAS NECESIDADES DEL NIÑO

El niño entenderá enseguida, sin demasiado esfuerzo, como son las reglas y tendrá que ajustarse a ellas, es indispensable que una madre, padre o sustituto, esté dispuesto y atento a las necesidades del niño y anteponga estas demandas a cualquier otra distracción o tarea que esté haciendo; porque de esa actitud dependerá la futura conducta del niño y la tranquilidad del adulto, se puede afirmar que un niño aprende más en sus primeros tres años de vida que en el resto de su existencia; y que este aprendizaje se convierte en una impronta indeleble que va a condicionar su futuro, todo niño necesita amor, atención, cuidado y educación, y si no se le da esa oportunidad, sufrirá una experiencia de abandono que resultará devastadora que le impedirá relacionarse normalmente e insertarse en su medio, cada niño es único y especial, por lo que es tarea de los padres observar a sus hijos, identificar sus requerimientos y responder a ellos,

1. Fisiológicas son las más básicas, tales como respirar, alimentarse, descansar
2. De seguridad criarse en un entorno de seguridad y afecto, en el que el niño se sienta amado y protegido. después de comer y dormir, la familia es lo más importante, ya que, en ella, el niño encuentra la seguridad y protección que necesaria para crecer y desarrollarse.
3. Sociales tener relaciones sociales más allá de la familia (amistades, compañeros, vecinos...), estar en contacto con otras personas, establecer vínculos y pertenecer a grupos con los que se sienta identificado, sentirse querido, aceptado y valorado le moverá a construir su propia personalidad para diferenciarse del resto de personas.
4. Autoestima el autoconocimiento y la aceptación de uno mismo le ayudará a construir una autoestima sana que le permitirá, el día de mañana, tomar sus propias decisiones, ser capaz de superar los obstáculos y enfrentarse a las derrotas con positividad.

3.10 PROBLEMAS MÁS COMUNES EN LOS NIÑOS

Cada niño se desarrolla a su propio ritmo, pero existen marcos de tiempo establecidos para que un niño alcance los hitos del desarrollo, si un niño no alcanza un hito del desarrollo dentro de un período de tiempo normal, se considera que tiene un retraso en el desarrollo, los problemas de desarrollo infantil más comunes incluyen el desarrollo del lenguaje y el habla, las habilidades motoras, el desarrollo social y emocional y el pensamiento cognitivo, un niño que tiene problemas de desarrollo puede tener problemas en una o más de estas categorías, los retrasos en el desarrollo del lenguaje y el habla pueden deberse a problemas de audición, al crecer en un hogar bilingüe, a la incapacidad para utilizar correctamente los músculos que controlan el habla, a problemas de aprendizaje o al autismo, el desarrollo de habilidades motoras deterioradas impide que un niño se mueva y coordine su cuerpo de la manera adecuada, los niños que tienen problemas de desarrollo de habilidades motoras requieren fisioterapia para ayudarlos a mejorar sus movimientos, los problemas con las habilidades sociales y emocionales son uno de los problemas más comunes del desarrollo infantil, estos problemas involucran la incapacidad de un niño para interactuar con adultos o compañeros de una manera que sea apropiada para su grupo de edad, las habilidades sociales y emocionales con retraso en el desarrollo pueden surgir debido a que el niño fue descuidado cuando era un bebé, debido a problemas cognitivos o debido a un trastorno generalizado del desarrollo como el autismo, la terapia temprana es esencial para tratar este grupo de problemas del desarrollo, los retrasos cognitivos implican problemas para que un niño pueda procesar los pensamientos de una manera que otros niños del mismo grupo de edad pueden hacerlo, un problema de desarrollo cognitivo puede causar una discapacidad de aprendizaje, la psicología infantil es el estudio del comportamiento del niño desde su nacimiento hasta la adolescencia, el especialista trata los fenómenos y las irregularidades del desarrollo psíquico del niño, la rama de la psicología infantil se centra en el estudio de aspectos físicos, motores, cognitivos, perceptivos, afectivos y sociales

3.11 CAMBIOS FÍSICOS, FISIOLÓGICOS Y SOCIALES

Los cambios fisiológicos más relevantes son: el desarrollo de caracteres sexuales secundarios, la maduración completa de las gónadas y glándulas suprarrenales, y la adquisición del pico de masa ósea, grasa y muscular, la pubertad el inicio de los cambios puberales viene determinado tanto por variables genéticas como ambientales (alimentación, condiciones de salud personal y ambiental, higiene, actividad deportiva, lugar geográfico, estímulos psíquicos y sociales, no obstante, se debe tener en cuenta que no todos los adolescentes presentan los mismos cambios o los presentan de la misma manera, ya que factores ambientales, condiciones genéticas, actitud deportiva, ubicación geográfica, estímulos sociales y estímulos psíquicos influyen significativamente en la forma que se desarrollan los cambios, pero sin que necesariamente produzcan anormalidades, el principio y avance de la pubertad varía notablemente entre los adolescentes. por ello, se establece un amplio margen de normalidad, entre los cambios físicos se encuentra una aceleración y desaceleración del desarrollo de los órganos internos y el crecimiento óseo, maduración de los órganos sexuales y cambios en la composición corporal, esta característica es un reflejo de la madurez propia de la adolescencia, este nivel de desarrollo cognitivo tiende a alcanzarse alrededor de los doce años, posteriormente, se desarrolla la moral entre los quince y dieciséis años, con lo cual es posible distinguir correctamente entre el bien y el mal, se producen cambios drásticos en la formación de la identidad, por lo que son comunes los objetivos vocacionales irreales como ser estrella de rock o piloto, aumenta la necesidad de intimidad, se desarrollan los sentimientos sexuales y se presenta una falta de control en los impulsos que puede motivar a comportamientos arriesgados y a desafiar a la autoridad, en las últimas etapas de la adolescencia los objetivos vocacionales se vuelven más realistas y se terminan de delimitar los valores religiosos, morales y sexuales

3.12 IMPORTANCIA DEL ENTORNO PARA NIÑOS

A menudo atribuimos la calidad de la enseñanza a aspectos como la metodología, el profesorado o las distintas capacidades de cada niño, todos estos factores son importantes

1. La luz. se trata de un elemento esencial en el crecimiento de los niños, actualmente se ha demostrado la relevancia para los niños de la luz natural, ya que aporta una mayor capacidad de aprendizaje, una mayor concentración, la mejora del crecimiento y la prevención de enfermedades.

2. La ventilación, es esencial que los niños respiren aire limpio y sano, por eso, un entorno abierto con vegetación y presencia de árboles, lejos de la polución, se convierte en lo más ideal.

3. La tranquilidad sin ruidos, la contaminación acústica puede llegar a ser un importante lastre en el aprendizaje, ya que es motivo de distracciones por parte de los niños, influyendo en la concentración, aprender en un espacio lejos de ruidos molestos, donde primen los sonidos de la naturaleza, es el escenario más idóneo.

4. La esencialidad, los espacios intrincados y reducidos de formas complejas suelen incidir en el desarrollo de los más pequeños y en cómo interactúan con el entorno.

5. Los colores. diversos estudios demuestran que los colores ejercen una influencia sobre los distintos procesos fisiológicos y funcionales del organismo, estimulando el sistema nervioso y los órganos de un modo u otro.

¿qué es exactamente el entorno de aprendizaje? el entorno de aprendizaje hace referencia a todo aquello que rodea a los niños y a las niñas durante su etapa de estudiantes, si este entorno no es el adecuado puede dar lugar a una serie de trastornos importante en el comportamiento de los niños que impedirán un buen desarrollo emocional y psicológico

3.13 BUENA ALIMENTACIÓN EN LA INFANCIA

La alimentación es la base necesaria para un buen desarrollo físico, psíquico y social de los niños. Por ello, una dieta saludable es vital para que su crecimiento sea óptimo, es recomendable no abusar de las grasas vegetales y comer al menos, cinco veces al día frutas y verduras, una buena nutrición y la práctica de ejercicio es la primera línea de defensa contra numerosas enfermedades infantiles que pueden dejar huellas en los niños de por vida, los niños pueden adquirir buenos hábitos alimenticios en lo que se refiere a la variedad de los alimentos y al sabor de las comidas.

Los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) pueden ser devastadores y duraderos, pueden impedir el desarrollo intelectual, el rendimiento escolar y debilitar la salud de los niños

una buena alimentación es vital para que el niño crezca sano y fuerte, comer bien afecta no sólo a su crecimiento físico, sino también a su desarrollo intelectual, la nutricionista Lucía Bultó responde a todas sus dudas sobre nutrición infantil en esa serie de vídeos, todas las niñas y los niños durante la primera infancia necesitan un cuidado cariñoso y sensible para alcanzar su máximo potencial de desarrollo, el cual es indispensable para un crecimiento y desarrollo saludable, una buena salud y nutrición son importantes en esta etapa, la primera Infancia, como cada etapa de la vida, tiene sus particularidades y necesidades nutricionales, a las que se irá adaptando la alimentación, un niño con buena alimentación tiene menos posibilidades de sufrir: trastornos nutricionales, anemia, sobre peso, obesidad, caries dental y problemas de aprendizaje escolar, contribuyendo a contribuir a la prevención de ciertas patologías en la edad adulta como son las enfermedades cardiovasculares, diabetes y algunos tipos de cáncer, es importante mencionar que el peso no debe ser considerado como el único indicador de que el niño está teniendo una alimentación saludable, existe la posibilidad de que el niño se encuentre en un peso normal para su estatura y edad, pero que este no consuma algún grupo de alimentos que sea necesario para su adecuado desarrollo

3.14 DE LA INFANCIA A LA PUBERTAD

Al iniciar la pubertad, el cuerpo inicia la fabricación de hormonas sexuales que son las responsables de las alteraciones corporales que transforman el cuerpo del niño, normalmente, los adolescentes, tanto hombres como mujeres, tienen un aumento de aproximadamente el 25% en su estatura, y el 40% del peso. De la misma manera, los órganos como el corazón, riñón o el hígado duplican su tamaño, la maduración tanto sexual y física en los varones trae consigo diversos cambios secundarios, como el agrandamiento de los órganos sexuales, el aumento del tamaño corporal, engrosamiento de la voz, aparición de vello en las distintas zonas del cuello, acné, entre otros, al igual que en las mujeres, es normal que se presenten alteraciones emocionales y suelen manifestarse mediante los cambios repentinos de humor, para esto se recomiendan actividades físicas que mantengan al menor saludable y le permita canalizar el estrés y las emociones. Cambios en la mentalidad, durante los años de adolescencia, los chicos aumentan la capacidad de pensamiento abstracto y comienzan a establecer objetivos a corto, mediano y largo plazo. Se forja, finalmente, una personalidad establecida y manifiestan una visión propia del mundo, Principales manifestaciones o cambios físicos que se dan:

- a). aceleración seguida de una desaceleración del crecimiento
- b). desarrollo de las características sexuales primarias (aquellas implicadas en la reproducción)
- c). desarrollo de las características sexuales secundarias (aquellos rasgos que son importantes para distinguir a hombres y mujeres)
- d). los cambios en la composición corporal
- e). el desarrollo de los sistemas circulatorio y respiratorio que conduce, especialmente en los chicos, a un aumento de la fuerza y la resistencia.

3.15 DE LA PUBERTAD A LA ADOLESCENCIA

Durante la adolescencia, los niños se convierten en adultos jóvenes, experimentan impactantes cambios físicos, intelectuales y emocionales, al irse desarrollando, los adolescentes pasan gradualmente más tiempo comportándose como adultos y menos tiempo comportándose como niños, durante la adolescencia se desarrolla una percepción de quién es uno y se aprende a intimar con personas distintas de los miembros de la familia, a mediados de la adolescencia, el peso en la toma de decisiones acerca de una carrera futura se va incrementando, y la mayoría de los adolescentes no tienen un objetivo claramente definido, aunque poco a poco se dan cuenta de sus áreas de interés y talento, los padres deben ser conscientes de las capacidades del adolescente y ayudarlo a establecer unas metas realistas, el adolescente también aplica su nueva capacidad reflexiva para cuestionar aspectos morales, los preadolescentes interpretan lo correcto y lo incorrecto como fijo y absoluto, los adolescentes mayores a menudo cuestionan los patrones de comportamiento y rechazan las tradiciones con la consiguiente consternación de sus padres. Idealmente, este proceso de reflexión culmina en el desarrollo e interiorización de su propio código ético, los médicos deben examinar a todos los adolescentes para descartar problemas de salud mental como la depresión, el trastorno bipolar y la ansiedad, los trastornos de salud mental aumentan su incidencia durante esta etapa de la vida y a veces dan lugar a pensamientos o conductas suicidas, el inicio de la maduración sexual (pubertad) suele ir acompañado del interés por la anatomía sexual, lo que puede ser una fuente de ansiedad, a medida que los adolescentes maduran emocional y sexualmente, empiezan a participar en conductas sexuales, la masturbación es frecuente en las niñas y casi universal en los niños, la experimentación sexual con una pareja suele empezar con caricias o como masturbación mutua y progresar hasta el sexo oral, vaginal o anal. al final de la adolescencia, la sexualidad evoluciona pasando de la experimentación a la expresión de la intimidad y del compartir

4.1 ADULTEZ INICIAL O JUVENTUD

Es durante el comienzo de la vida adulta que abarca de los 20 a los 40 años, que alcanzamos el punto de máximo desempeño físico, casi todos los adultos jóvenes son más fuertes, casi todas las culturas reconocen este apogeo físico y esperan que las jóvenes tengan hijos, la fuerza física, el funcionamiento orgánico, los tiempos de reacción, las habilidades motoras y otras capacidades físicas están a su máximo entre los 25 y los 30 años, después de los cuales disminuyen lenta pero significativamente, se ha descrito a la aparición del pensamiento dialéctico, las responsabilidades y los compromisos, el uso flexible de la inteligencia y los sistemas de significado en evolución como algunas de las características destrezas cognoscitivas de los jóvenes, el aprendizaje, la memoria, la capacidad de resolver problemas y muchos otros procesos cognoscitivos persisten a lo largo de la vida adulta, la formación de una pareja es común en la vida adulta, las parejas que viven juntas enfrentan la tarea de diseñar sus funciones sin la ayuda de los lineamientos tradicionales, las nuevas parejas deben adaptarse a sus diferentes necesidades de independencia y cercanía, el cultivo de la individualidad de cada miembro, la división del quehacer doméstico y el desarrollo de un método para manejar los conflictos, el crecimiento adulto está en gran parte definido en términos de mitos sociales y culturales, al tiempo que los jóvenes luchan por hacerse miembros autosuficientes de la sociedad, comienzan a terminar con la dependencia y a asumir responsabilidades hacia sí mismos y los demás por lo que el ciclo profesional es de gran importancia para esta etapa, este comienza con las experiencias que llevan a la elección de una carrera y el término de esta, la búsqueda de un empleo continúa con la realización de dicha elección para buscar la independencia total y termina con el retiro. el ciclo puede sufrir el influjo de numerosos sucesos positivos y negativos

4.2 LA ADULTEZ JOVEN VISTA POR DIFERENTES TEÓRICOS

De los teóricos del desarrollo que se están estudiando solo Erickson explica todas las etapas del desarrollo hasta la senectud por lo cual solo se revisara a este autor en la adultez inicial, adultez madura y senectud o vejez,

Etapa genital: los cambios que ocurren llevan al desarrollo de una sexualidad adulta buscando la maduración sexual, los impulsos sexuales se renuevan para orientarse hacia experiencias heterosexuales fuera de la familia buscando estimulación y satisfacción sexual,

¿Qué es la crisis psicosocial de la intimidad frente al aislamiento? la intimidad frente al aislamiento es la sexta etapa de la teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson, esta etapa tiene lugar durante la edad adulta joven entre las edades de aproximadamente 18 a 40 años, durante esta etapa, el principal conflicto se centra en formar relaciones íntimas y amorosas con otras personas,

¿Qué es la intimidad versus el aislamiento? la intimidad frente al aislamiento es la sexta etapa de la teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson, esta etapa tiene lugar durante la edad adulta joven entre las edades de aproximadamente 19 y 40 años, durante este período, el mayor conflicto se centra en la formación de relaciones íntimas y amorosas con otras personas

¿Cuál es la definición de intimidad de Erikson? Intimidad, este término proviene de la teoría del desarrollo de Erikson y se refiere a la capacidad de una persona para formar relaciones cercanas y amorosas, que según él es la principal tarea de desarrollo de la edad adulta temprana, a menudo escuchas a las mujeres afirmar que los hombres no pueden comprometerse, que tienen miedo al compromiso, etc.

. ¿Qué es la crisis de identidad de Erik Erikson? definición de crisis de identidad. Erik H. Erikson acuñó el término crisis de identidad para describir la incertidumbre, e incluso la ansiedad, que los adolescentes pueden sentir cuando reconocen que ya no son niños y se sienten perplejos y confundidos acerca de sus roles presentes y futuros en la vida.

4.3 ADULTEZ MADURA

La mediana edad va aproximadamente de los 40 a los 60 o 65 años, pero el lapso varía según las reacciones individuales a diversos indicios sociales, físicos y psicológicos, la forma en que la gente reacciona a la llegada de esa edad determina que sea un período de transición o crecimiento o bien de crisis de la mitad de la vida. Para muchos adultos, en la mediana edad hay un “momento de la verdad” cuando el espejo refleja nuevas arrugas, un vientre protuberante, el cabello en retirada o unas sienes canosas que ya no se ven distinguidas, sino deprimentes, las habilidades físicas se nivelan y aparecen los primeros signos de envejecimiento. Algunas funciones orgánicas comienzan a declinar y ocurren cambios internos, es posible reducir muchos de los efectos desagradables del envejecimiento con ejercicio, dieta y buenos hábitos de vida, la madurez es un período en el que a menudo aparecen por primera vez enfermedades y desórdenes, el tiempo de reacción crece con lentitud durante la madurez y luego más rápido en la vejez, las habilidades motoras menguan, pero el desempeño real se mantiene constante, quizá por la práctica y la experiencia prolongadas, además, ocurren cambios internos, el sistema nervioso empieza a volverse lento en particular después de los 50 años, el esqueleto se anquilosa y encoge un tanto durante el curso de la madurez, la piel y los músculos empiezan a perder elasticidad y hay la tendencia a acumular más sustancias grasas, en especial en áreas como el vientre, los ancianos compensan con ambos elementos la declinación de una habilidad particular, estudios longitudinales han indicado que con la edad se da cierta declinación en las funciones cognitivas, pero que es mucho más tarde y solo en ciertas áreas de la inteligencia, la madurez es también una época de cambio y continuidad laboral, muchos reevalúan su profesión para saber qué tanto han realizado y si deben o no cambiar la dirección de sus metas, lo que a veces los conduce a mudarse de carrera, puede ocurrir un cambio estresante de profesión si la de uno no sigue el curso previsto, si se experimenta una transformación laboral forzada o si queda uno desempleado, la pérdida del trabajo puede estar acompañada de respuestas de duelo antes de que el trabajador la acepte y reconquiste la esperanza de volver al mercado de trabajo

4.4 GENERATIVIDAD FRENTE AL ESTANCAMIENTO

La generatividad frente al estancamiento es la séptima de las ocho etapas de la teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson, esta etapa tiene lugar durante la edad adulta media entre las edades de aproximadamente 40 y 65,

La generatividad, se refiere a “hacer su marca” en el mundo cuidando a los demás, así como creando y logrando cosas que hacen del mundo un lugar mejor

El estancamiento se refiere a la falta de encontrar una manera de contribuir, estas personas pueden sentirse desconectadas o no involucradas con su comunidad y con la sociedad en su conjunto

Algunas características clave de la generación incluyen hacer compromisos con otras personas, desarrollar relaciones con la familia, guiar a otras y contribuir a la próxima generación

Algunas características del estancamiento incluyen estar egocéntrico, no involucrarse con los demás, no interesarse en la productividad, no hacer esfuerzos para mejorar el yo y poner las preocupaciones por encima de todo

Una cosa a tener en cuenta acerca de esta etapa es que los eventos de la vida tienden a ser menos específicos de la edad que durante la etapa temprana y la vida en etapa tardía, los principales eventos que contribuyen a esta etapa, como el matrimonio, el trabajo y la crianza de los hijos, pueden ocurrir en cualquier momento durante el lapso bastante amplio de la edad adulta media en algunos casos, las personas podrían utilizar esta crisis como una oportunidad para hacer ajustes en sus vidas que conducirán a una mayor realización, es importante tener en cuenta que es la forma en que las personas interpretan estos arrepentimientos lo que influye en su bienestar, también hay numerosos factores que pueden influir en los sentimientos de generación versus sentimientos de estancamiento en este momento de la vida, las personas que tienen relaciones positivas con los demás

4.5 VEJES

El periodo de la vejez ha sido objeto de muchos estereotipos y medias verdades, aunque en efecto hay problemas físicos, intelectuales y psicológicos, los individuos difieren en cuanto a condición física y habilidades cognoscitivas, la vejez es el periodo de vida que abarca de los 65 años en adelante, incluye 4 décadas de vida, desde el anciano joven (el que está en sus sesenta) hasta el muy viejo (en sus noventa y más), individuos en sus sesenta, saludables, activos y recién retirados, pertenecen a una cohorte diferente y tienen necesidades muy distintas de las de los frágiles ancianos de la generación de sus padres, existen cambios paulatinos, sufren problemas de salud o interrupciones en su vida cotidiana, existe declinación sensorial y orgánica, muchos sufren declive en sentidos como oído y vista, los sentidos se vuelven menos eficientes tardan más en percibir estímulos y en algunas fallas orgánicas pulmones, riñones, etcétera, la mayoría de los ancianos muestra problemas de salud obligados a adaptarse al lento proceso, cuando hay problemas de salud suelen ser crónicos como artritis, problemas cardiacos, hipertensión, deterioro visual y auditivo, lesiones y caídas accidentales, infección respiratoria y problemas de sueño, la memoria de los adultos mayores es selectiva y es mejor en las tareas de reconocimiento que de recuerdo, las capacidades intelectuales se pueden mantener en un buen nivel de eficiencia, sin embargo la memoria se deteriora más rápidamente, es decir, la mayor parte de las capacidades mentales se mantiene relativamente intacta con los años. Sin embargo, pueden suceder menguas reales y paulatinas en la velocidad de desempeño mental y físico, aunque se pueden atribuir muchas de ellas a una salud débil, al aislamiento social, la falta de educación, la pobreza y poca motivación, los ancianos se desempeñan bien en las pruebas de memoria si encuentran la información valiosa, si reciben instrucciones cuidadosas sobre cómo clasificar y organizar el material o si adquieren estrategias para enfrentar la pérdida de memoria. Sin embargo, es posible que su rendimiento no iguale el de los jóvenes entrenados

4.6 EL PROCESO DEL ENVEJECIMIENTO DE ÓRGANOS Y SISTEMAS

En el proceso de envejecimiento se producen cambios en prácticamente todos los órganos y sistemas, el porcentaje de tejido conectivo aumenta y su consistencia es más rígida, disminución de la función debido al descenso de células y a la hipertrofia de las restantes, menor cantidad de masa muscular, los cambios por el envejecimiento ocurren en todas las células, tejidos y órganos del cuerpo y afectan el funcionamiento de todos los sistemas corporales, el tejido vivo está conformado por células, existen muchos tipos diferentes de células, pero todas tienen la misma estructura básica, los tejidos son capas de células similares que cumplen con una función específica, existen cuatro tipos básicos de tejido: el tejido conectivo sostiene los otros tejidos y los une, esto incluye tejido óseo, sanguíneo y linfático, además de los tejidos que brindan soporte y estructura a la piel y a los órganos internos, el tejido epitelial proporciona cobertura para las capas superficiales y más profundas del cuerpo, la piel y los revestimientos de los conductos dentro del cuerpo, como el sistema gastrointestinal, están hechos de tejido epitelial, el tejido muscular incluye tres tipos de tejido: músculos estriados, como los que mueven el esqueleto (llamados también músculos voluntarios) músculos lisos (también llamados músculos involuntarios), como los contenidos en el estómago y otros órganos internos como el útero femenino el músculo cardíaco, que conforma la mayor parte de la pared del corazón (también un músculo involuntario) el tejido nervioso está compuesto de células nerviosas (neuronas) y se utiliza para transportar mensajes hacia y desde diferentes partes del cuerpo. el cerebro, la médula espinal y los nervios periféricos están compuestos de tejido nervioso.

4.7 FACTORES QUE AFECTAN AL ENVEJECIMIENTO

El envejecimiento de la piel es un proceso natural para todos los hombres y mujeres. Sin embargo, muchos hábitos de vida hacen que este envejecimiento sea visible a una temprana edad, es lo que se conoce como envejecimiento prematuro, los principales factores que afectan al envejecimiento, con el objetivo de que puedas evitarlos para así luchar contra la vejez prematura,

El sol es uno de los principales aceleradores del proceso de envejecimiento celular de la piel, por ello, la exposición en exceso al sol durante muchos años provoca el envejecimiento, la alimentación es otro de los factores más influyentes en la piel, es imprescindible llevar una dieta sana y equilibrada y, también, es imprescindible apostar por el consumo de alimentos antioxidantes, capaces de frenar el proceso de envejecer prematuramente, los antioxidantes son nutrientes que están presentes en muchos alimentos, a lo largo de los años diferentes estudios han demostrado las relaciones que existen entre el estrés y el envejecimiento celular, y es que, el estrés es otro de los factores más influyentes en el envejecimiento prematuro, el estrés no solo es capaz de perjudicar nuestra piel, también puede provocar muchas enfermedades crónicas, por ello es importante saber cómo controlarlo, ahora ya sabes cuáles son las principales causas del envejecimiento prematuro, por ello está en tus manos cambiar algunas rutinas para tener una piel radiante, evitando el envejecimiento celular todo lo posible.

4.8 CAMBIOS EN LA FISIOLÓGÍA DE LA SEXUALIDAD

Cuando el individuo envejece cambia la estructura corporal y su funcionamiento, los cambios físicos que se producen con el envejecimiento son distintos en el hombre y en la mujer, si bien es cierto que la frecuencia de las relaciones sexuales se disminuye, esta reducción guarda directa relación, con los hábitos sexuales que hombres y mujeres han tenido durante la juventud y la adultez, el avance de la edad no solo influye en la frecuencia de las relaciones sexuales, sino que la sexualidad en sí misma muestra características diferentes,

Cambios en la sexualidad femenina, los cambios en la sexualidad de la mujer han sido marcados por la menopausia, la menopausia se refiere al período en el cual se alcanza el climaterio femenino, es el momento en el cual la mujer pierde la capacidad de procreación y este período se alcanza entre los 45 y 50 años aproximadamente, en la menopausia el ovario pierde su función y se reduce la secreción de hormonas femeninas: estrógenos y progesterona, las hormonas femeninas influyen en diversas partes del organismo humano, por ello su reducción repercute sobre el corazón, el sistema circulatorio, la vejiga, el esqueleto

Cambios en la sexualidad masculina, reducción de los niveles de testosterona, a partir de los 50 años, reducción del tamaño de los testículos disminución de la cantidad de espermatozoides, al igual que en la mujer, en el hombre no puede establecerse un límite de edad para poder ejercer la sexualidad, el anciano, aunque sin una dolencia determinada tiene algunas limitaciones propias de la edad, ya que existen múltiples causas orgánicas que van a desencadenar una pérdida de la actividad sexual, entre estas causas se destaca la presencia de enfermedades vasculares y una reducción de los niveles de testosterona, las enfermedades crónicas como la diabetes reducen o eliminan la respuesta sexual en el hombre, en términos generales la frecuencia de las relaciones sexuales disminuye en la vejez, a más de la frecuencia en las relaciones sexuales

4.9 PAREJA, AMOR Y ENVEJECIMIENTO

Cada pareja surge por una serie de factores, entre los que son factibles de reconocer el parecido y la complementariedad, sustentados por el amor, que es la emoción intensa entre dos personas, los hombres y mujeres aman de forma parecida; el amor en el matrimonio no es cualitativamente diferente al que se da fuera de él; el amor no les pertenece sólo a los jóvenes, sino que pese a experimentarlo de forma distinta, las personas ancianas aman tanto como las más jóvenes.

La pareja anciana enfrenta trabajos de duelo a partir de las pérdidas que le acontecen el trabajo de duelo guardará directa relación con el valor de la pérdida y en la resolución tienen un papel activo las reacciones de los familiares, ya que el grado de comprensión, de la aceptación o no de las reacciones de protesta, de la desazón o de la ambivalencia resultan de importancia fundamental, las personas que tienen muchos problemas en sus matrimonios suelen ser ansiosas y deprimidas, mientras que las que tienen matrimonios con menos desavenencias suelen tener mayor satisfacción con la vida y autoestima y a mostrar niveles más altos de satisfacción en su matrimonio,) las personas casadas son más sanas que las solteras pero la relación entre matrimonio y salud puede ser diferente para los maridos que para las de las esposas, mientras que estar casado parece tener beneficios para la salud de los ancianos, la salud de las ancianas parece estar más relacionada con la calidad del matrimonio, en la vejez, el matrimonio es sometido a una prueba severa por la edad avanzada y las enfermedades físicas, aunque una relación marital cercana puede moderar los efectos psicológicos negativos de las discapacidades funcionales pues reduce la ansiedad y la depresión e incrementa la autoestima

4.10 STATUS Y ENVEJECIMIENTO

La historia muestra que la edad proporcionaba status, a la vez que cuantificaba y modificaba ese status, ya sea porque había menos personas viejas o porque se las escuchaba y se las valoraba a partir de la experiencia, hoy, en cambio, la edad por sí misma no confiere estatus a raíz del aumento extraordinario de la población de viejos por una parte y la pérdida del perfil social de este grupo por otra, la persona cuando asume un rol compromete significativamente su futuro, por ejemplo cuando elige el lugar en que va a trabajar (elección temporal) o su especialización laboral (elección definitiva), hoy los ancianos enfrentan una posición social sin obligaciones, con una política estatal que intenta compensarlos a través de mínimos privilegios administrativos, sanitarios y/o económicos, pero ello se transforma en atentatorio para la propia persona vieja, ya que liberada de obligaciones termina privada de status social y económico, el concepto actual de trabajo se presenta prácticamente incompatible con el proceso de envejecimiento, el trabajo hoy es algo que se relaciona con jóvenes y adultos, la vejez se sigue presentando como un periodo de la vida en que la ausencia de trabajo la caracteriza., no se tiene en cuenta la realidad del trabajo profesional, del trabajo independiente, solo se hace referencia al trabajo en relación de dependencia, la vejez se termina definiendo por la falta de trabajo y esto se refleja en múltiples expresiones: clase pasiva, pensionados, jubilados, personas de edad,

4.11 JUBILACIÓN Y PERDIDAS

Antes se definía la vida social por medio de etapas entorno al trabajo, la primera era la preparación para el trabajo o la educación, la segunda era la del trabajo o rendimiento de la educación y a través de ella el individuo derivaba la parte más importante de su status económico y social, hoy la educación es más prolongada y por ende se produce un retraso en el ingreso al trabajo alterando las fuentes tradicionales del status social, la vejez normal del pasado cada vez es más anormal en el presente, en sus hábitos, ocupaciones y estilos de vida pues los viejos son cada vez más heterogéneos, por lo que el rol futuro del anciano será más dinámico, actualmente el estilo de vida es responsable de más agresiones al organismo que la combinación de todas las enfermedades infecciosas del pasado y esto constituye el gran fracaso de la medicina, que es incapaz de enfrentarse a un medio patógeno diseñado por el mayor enemigo de la salud: el hombre mismo y su manera de organizar el trabajo en la nueva sociedad, la jubilación tiene múltiples formas y situaciones según las personas que la enfrentan, en las últimas décadas ha pasado a tener efectos de organización social y de reguladora del empleo y la productividad, la jubilación se puede presentar como una decisión voluntaria o no, a tiempo (65 años) o anticipada, total o parcial, en los últimos años el adelanto de la jubilación se presenta cada vez con más frecuencia, la disminución del trabajo en la modalidad cuentapropista y la jubilación anticipada son indicadores que permitirían explicar la drástica disminución de las personas, en proceso de envejecimiento, dentro de la cadena laboralmente productiva,

CONCLUSIÓN

Este ensayo está elaborado especialmente para poder poner en práctica lo aprendido para mi es importante cada uno de los temas ya que con ello aprendemos cada información acerca del ensayo cada unidad trae diferentes temas acerca de los primeros dos años de vida y los psicólogos educativos