



Mi Universidad

ENSAYO

NOMBRE DEL ALUMNO: ELEAZAR GIRÓN LÓPEZ

NOMBRE DEL TEMA: ¿QUÉ ES EL CAMBIO DE PERSONALIDAD EN EL ADULTO MAYOR?

PARCIAL: I

NOMBRE DE LA MATERIA: TRABAJO SOCIAL EN EL ADULTO

NOMBRE DEL PROFESOR: VIRIDIANA LOPEZ SANCHEZ

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: TRABAJO SOCIAL Y GESTIÓN COMUNITARIA

CUATRIMESTRE: 8VO

LUGAR Y FECHA DE ELABORACIÓN: PICHUCALCO, CHIAPAS A 11 DE MARZO DE 2024

INTRODUCCIÓN

El proceso de envejecimiento trae consigo una serie de cambios tanto físicos como psicológicos. Uno de los aspectos más intrigantes y, a menudo, menos comprendidos del envejecimiento es el cambio de personalidad en el adulto mayor. Este fenómeno puede manifestarse de diversas maneras y puede influir significativamente en la calidad de vida de los individuos y en sus interacciones sociales. En este ensayo, exploraremos en profundidad qué es el cambio de personalidad en el adulto mayor, sus posibles causas, manifestaciones comunes y estrategias para manejarlo.

¿QUÉ ES EL CAMBIO DE PERSONALIDAD EN EL ADULTO MAYOR?

El cambio de personalidad en el adulto mayor se refiere a alteraciones significativas en los rasgos de personalidad de una persona a medida que envejece. Esto puede manifestarse en la modificación de características como la sociabilidad, la apertura a nuevas experiencias, la estabilidad emocional y la capacidad de adaptación. Mientras que algunas personas pueden experimentar cambios sutiles, otras pueden enfrentar transformaciones más drásticas que afectan su funcionamiento diario y su bienestar psicológico.

Posibles causas del cambio de personalidad en el adulto mayor:

Existen varias teorías que intentan explicar por qué se produce el cambio de personalidad en el adulto mayor. Una de ellas sugiere que el proceso natural de envejecimiento conlleva cambios neurobiológicos que pueden influir en la función cerebral y, por ende, en la personalidad. Por ejemplo, se ha observado una disminución en la densidad de las neuronas y cambios en la conectividad neuronal que pueden afectar la regulación emocional y cognitiva.

Además de los cambios biológicos, factores psicosociales también pueden desempeñar un papel importante en el cambio de personalidad en el adulto mayor. Eventos estresantes como la pérdida de seres queridos, la jubilación, la enfermedad crónica o el aislamiento social pueden contribuir a cambios en la personalidad. Asimismo, la presencia de enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer o el Parkinson puede causar alteraciones significativas en la personalidad de una persona mayor.

Manifestaciones comunes del cambio de personalidad en el adulto mayor

El cambio de personalidad en el adulto mayor puede manifestarse de diversas maneras, dependiendo de la persona y las circunstancias individuales. Algunas de las manifestaciones más comunes incluyen:

1. Cambios en el estado de ánimo: Las personas mayores pueden volverse más irritables, ansiosas o deprimidas, incluso si nunca antes habían experimentado estos estados de ánimo con tanta intensidad.

2. Retraimiento social: Es posible que los adultos mayores se vuelvan más reacios a participar en actividades sociales o a mantener relaciones interpersonales, lo que puede llevar a un aumento del aislamiento social.

3. Rigidez cognitiva: Algunas personas mayores pueden volverse más inflexibles en sus opiniones y menos abiertas a nuevas ideas o experiencias.

4. Cambios en los niveles de actividad: Algunos adultos mayores pueden volverse más pasivos o menos interesados en participar en actividades que solían disfrutar, mientras que otros pueden volverse más impulsivos o buscar nuevas actividades para mantenerse ocupados.

5. Cambios en la percepción de sí mismos: El cambio de personalidad también puede influir en cómo los adultos mayores se perciben a sí mismos y en su autoestima. Algunos pueden experimentar una disminución en la confianza en sí mismos o en su sentido de identidad.

Estrategias para manejar el cambio de personalidad en el adulto mayor

Si bien el cambio de personalidad en el adulto mayor puede ser desafiante tanto para los individuos afectados como para sus seres queridos, existen estrategias que pueden ayudar a manejar esta situación de manera efectiva:

1. Buscar apoyo profesional: Consultar a un profesional de la salud mental puede proporcionar orientación y apoyo tanto para el adulto mayor como para sus familiares. Un psicólogo o psiquiatra puede ayudar a identificar las causas subyacentes del cambio de personalidad y desarrollar estrategias de afrontamiento adecuadas.

2. Promover un estilo de vida saludable: Fomentar hábitos de vida saludables, como una dieta equilibrada, ejercicio regular, sueño adecuado y actividades sociales, puede contribuir a mantener la salud física y mental en la vejez.

3. Estimulación cognitiva: Participar en actividades que desafíen el cerebro, como rompecabezas, juegos de mesa, lectura o aprender nuevas habilidades, puede ayudar a mantener la función cognitiva y prevenir el deterioro mental asociado con el envejecimiento.

4. Fomentar la conexión social: Mantener conexiones sociales significativas puede contrarrestar el aislamiento social y promover un sentido de bienestar emocional en los adultos mayores. Esto puede incluir participar en grupos comunitarios, actividades recreativas o voluntariado.

5. Ser comprensivo y paciente: Es importante recordar que el cambio de personalidad en el adulto mayor puede ser un proceso difícil tanto para la persona afectada como para sus seres queridos. Practicar la comprensión, la empatía y la paciencia puede ayudar a mantener relaciones positivas y de apoyo durante este período de ajuste.

CUÁLES SON LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS CAMBIOS DE PERSONALIDAD DEL ADULTO MAYOR

Los cambios de personalidad en el adulto mayor pueden ser influenciados por una variedad de factores, que van desde los biológicos y psicológicos hasta los ambientales y sociales. Aquí hay una descripción de algunos de los factores más importantes que pueden contribuir a los cambios de personalidad en las personas mayores:

Cambios cerebrales: El envejecimiento conlleva cambios en la estructura y función del cerebro, incluyendo una disminución en la densidad neuronal, cambios en los neurotransmisores y en la conectividad cerebral. Estos cambios pueden afectar la regulación emocional y el procesamiento cognitivo, lo que a su vez puede influir en la personalidad.

Enfermedades neurodegenerativas: Condiciones como el Alzheimer, el Parkinson y otras enfermedades neurodegenerativas pueden tener un impacto significativo en la personalidad de una persona mayor. Estas enfermedades pueden afectar áreas específicas del cerebro responsables del control emocional y el comportamiento, lo que resulta en cambios en la personalidad.

Factores psicológicos:

Estrés y trauma: Experiencias estresantes, como la pérdida de un ser querido, el retiro laboral, enfermedades graves o el cambio de roles sociales, pueden desencadenar cambios en la personalidad de los adultos mayores. El estrés crónico o los traumas pasados pueden influir en la forma en que una persona enfrenta nuevas situaciones y se relaciona con los demás.

Salud mental: Las condiciones de salud mental, como la depresión, la ansiedad o los trastornos del estado de ánimo, pueden afectar la personalidad de una persona mayor. Estos trastornos pueden alterar la forma en que una persona percibe el mundo y se relaciona consigo misma y con los demás.

Factores sociales y ambientales:

Cambios en el entorno: La transición a un nuevo entorno, como un centro de vida asistida o una casa de retiro, puede influir en la personalidad de una persona mayor. Los cambios en el entorno social y físico pueden generar estrés y desafíos de adaptación que impactan la personalidad.

Apoyo social: El nivel de apoyo social disponible para una persona mayor puede influir en su personalidad. El aislamiento social y la falta de interacciones significativas pueden contribuir a la depresión y la soledad, lo que a su vez puede afectar la personalidad.

Relaciones familiares: Las relaciones familiares y la dinámica familiar pueden desempeñar un papel importante en los cambios de personalidad en los adultos mayores. Conflictos familiares, cambios en la dinámica familiar o la pérdida de roles

pueden influir en la forma en que una persona mayor se percibe a sí misma y a los demás.

Factores culturales y de personalidad previos:

Cultura y valores: Los valores culturales y las expectativas sociales pueden influir en la personalidad de una persona mayor. Las diferencias culturales en la percepción del envejecimiento y el papel de los adultos mayores en la sociedad pueden afectar la forma en que se experimentan y expresan los cambios de personalidad.

Personalidad previa: La personalidad de una persona antes de llegar a la vejez también puede influir en cómo experimenta y manifiesta los cambios relacionados con la edad. Las personas con una personalidad más flexible y adaptativa pueden enfrentar mejor los desafíos del envejecimiento en comparación con aquellas con una personalidad más rígida o mal adaptativa.

CONCLUSIÓN

El cambio de personalidad en el adulto mayor es un fenómeno complejo que puede tener múltiples causas y manifestaciones. Si bien puede representar un desafío tanto para los individuos afectados como para sus cuidadores, existen estrategias efectivas para manejar este proceso y promover el bienestar emocional y la calidad de vida en la vejez. Con un enfoque compasivo y recursos adecuados, es posible mitigar los efectos negativos del cambio de personalidad y fomentar un envejecimiento saludable y significativo.

Son el resultado de una interacción compleja entre factores biológicos, psicológicos, sociales, ambientales y culturales. Comprender estos factores puede ayudar a identificar y abordar los cambios de personalidad en las personas mayores de manera más efectiva, promoviendo así un envejecimiento saludable y una mejor calidad de vida.

Bibliografía

<https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448176898.pdf>

mayores: <http://estudios.universia.es/formacion-adulta/index.htm>

<https://www.cuidum.com/blog/cambios-en-la-personalidad-del-adulto-mayor/>