

2024

Universidad del surestre



## **ADULTEZ MADURA Y STATUS DE ENVEJECIMIENTO**

### **ENSAYO**

**PSICOLOGÍA EVOLUTIVA**

**PROFESORA: VIOLETA MABRIDIS MERIDA VELAZQUEZ**

**ALUMNA: ESTRELLA BELEN JIMENEZ VAZQUEZ**

**03/12/24**



## Introducción

# ADULTEZ MADURA

Se llama adultez a la etapa del desarrollo [humano](#) que prosigue a la juventud y antecede a la vejez. Es la etapa en que se obtiene la plena [madurez](#) física e intelectual del individuo, y se obtiene la plenitud de los derechos y deberes sociales y legales. Comúnmente se la enmarca entre los 21 y los 60 años, y se entiende como una meseta intermedia en la [vida](#) humana.

Fuente: <https://concepto.de/adultez/#ixzz8tJVWsajL>

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. Otros sufren varias crisis Físicas y emocionales y creen que se trata de un período de declinación 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 verdadll 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 Tanto hombres como mujeres tienen una incidencia más elevada de enfermedad cardiovascular, cáncer, diabetes y enfermedad respiratoria. Además ocurren algunos sucesos biológicos evidentes, como la pérdida de agudeza visual, la menopausia o —para los hombres— la necesidad de más tiempo para lograr la erección, pueden requerir un cambio en la autoimagen o las actividades del individuo e incorporarlas en un estilo de vida satisfactorio.

## STATUS Y ENVEJECIMIENTO

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). En estas decisiones cuenta con el aporte de mecanismos sociales que facilitan o le posibilitan mayor éxito. Aquí la educación constituye un factor decisivo

Para todo lo relativo al trabajo, a la convivencia y a la preparación para la jubilación.

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 (salida de la cadena productiva) y así sus roles resultan sin reconocimiento dentro de los valores actuales

participación de la mujer como integrante de la población laboralmente activa con tareas fuera del hogar, va creciendo significativamente desde la segunda mitad del siglo xx.

Esta circunstancia ofrece no sólo nuevos roles a las mujeres sino la posibilidad de enfrentar su propio proceso de jubilación.

Carrera extinguida. Un acontecimiento familiar le exige abandonar la cadena productiva ya sea por matrimonio tardío, cuidado de progenitor viejo, traslado de residencia, etc.;

- Doble carrera. Desempeña el puesto laboral o la actividad profesional más las funciones propias del hogar. Estas son las circunstancias que en la actualidad enfrentan la mayoría de las mujeres adultas. Esta situación la enfrenta = con la necesidad de atender familia y trabajo, necesitando en muchas oportunidades priorizar una, la familia, y ello la obliga a salir y entrar de la cadena productiva

## ADULTEZ MADURA

Se llama adultez a la etapa del desarrollo [humano](#) que prosigue a la juventud y antecede a la vejez. Es la etapa en que se obtiene la plena [madurez](#) física e intelectual del individuo, y se obtiene la plenitud de los derechos y deberes sociales y legales. Comúnmente se la enmarca entre los 21 y los 60 años, y se entiende como una meseta intermedia en la [vida](#) humana.

Diferentes momentos de esta época, si bien es más paulatina e imperceptible que los problemas visuales y auditivos. La sensibilidad a los cambios de temperatura se mantiene alta. Otras funciones biológicas, como el tiempo de reacción y las habilidades sensorio motoras, tienden a descender. La capacidad pulmonar también decrece; como la resistencia depende de la cantidad de oxígeno que reciben los tejidos orgánicos, la gente puede no ser capaz de realizar tanto trabajo pesado en la madurez. El cambio interno más radical de las mujeres consiste en la menopausia, suceso que tiene variadas implicaciones físicas y psicológicas.

En los hombres pasan por un cambio en la actividad sexual. Algunas transformaciones se deben a factores fisiológicos, en particular el nivel de andrógenos, las hormonas que determinan los caracteres sexuales masculinos.

Los cambios fisiológicos y psicológicos de la mediana edad afectan el funcionamiento sexual de hombres y mujeres. La forma en que uno responda a esas transformaciones ejerce un gran influjo sobre el grado de satisfacción sexual. La mediana edad también está marcada por algunos cambios en el funcionamiento cognoscitivo. Algunos investigadores dividen la inteligencia en dos grandes áreas: la fluida, la de las habilidades empleadas sobre todo para aprender nuevas tareas, incluyendo memorización, razonamiento inductivo y detección de relaciones perceptuales, que alcanza su apogeo en la adolescencia y declina paulatinamente durante la madurez, y la inteligencia cristalizada, que se basa en el conocimiento acumulado y la experiencia, y que aumenta conforme se envejece.

La adultez de los seres humanos llega luego de la etapa de [cambios](#) vertiginosos de la [adolescencia](#). No sólo trae consigo esta plenitud biológica y fisiológica, sino también una estabilidad emocional y psicológica relativa, junto a una mayor carga de [responsabilidades](#) y [autonomías](#) de cara a la [cultura](#) y la [sociedad](#).

No debe confundirse la mayoría de edad y la adultez. La primera es la edad mínima necesaria para ser considerado un actor responsable y autónomo de cara a la [ley](#), pero en un sentido estricto la adultez suele venir en los años posteriores. De todos modos, el uso de rangos de edad para definir las etapas de la vida humana siempre es tentativo y aproximativo.

Acaba el [crecimiento](#) muscular y óseo del individuo, y luego de una de las

capacidades físicas del mismo, hacia el final de la etapa se inicia un muy paulatino declive.

Conclusión

## ADULTEZ MADURA

Adulthood mature deals with how the human being exercises maturity after its growth and how it is responsible.

Adulthood represents a stage in human development where the body has reached an ideal state of maturity. In terms of sexuality, this moment represents the opportunity to experiment, know and deepen in one's own sexual expression menopause

It is defined as menopause at the moment when definitive cessation of menstruation occurs, generally between 45 and 55 years of age, thus ending the stage of fertility for women. However, it does not end the possibility of enjoying sex fully. Menopause is not synonymous with old age, illness or loneliness, nor does it mean that a woman's life is annulled. All these myths are the result of misinformation. On the contrary, menopause is the moment when one can enjoy sex with fewer fears. People with a mature personality reach a wise theory in life through intelligence and will. The formation of this never ends, always in formation throughout the person's life, so a mature personality is to be just and tolerant with oneself and others, and above all, to respect others.

In middle adulthood various negative changes in the adult occur, such as changes in work, personal, social and cognitive.

## STATUS Y ENVEJECIMIENTO

El envejecimiento de la población es uno de los mayores triunfos de la humanidad y también uno de nuestros mayores desafíos. Si se quiere hacer del envejecimiento una experiencia positiva, una vida más larga debe ir acompañada de nuevas oportunidades de crecimiento, de autonomía, de experimentación y de calidad en el vivir. Podríamos considerar que los tres pilares básicos del envejecimiento activo son: la seguridad, la salud y la participación social. Las políticas sociales deben asegurar un nivel básico de prestaciones para los mayores. Por otra parte, en el ámbito local, se pueden y se deben desarrollar programas de promoción de hábitos saludables y de fomento del asociacionismo entre los mayores y su protagonismo social. Tal como han demostrado diversos estudios científicos, el estilo de vida tiene un peso importante en la calidad del envejecimiento (hasta un 75%). Podemos intervenir en el proceso de envejecimiento fomentando las relaciones sociales, manteniendo estilos de vida saludable y apoyados con una buena dieta, un ejercicio moderado y una actividad mental positiva, consiguiendo en definitiva aprender en el "...arte de envejecer...".

Vivir más años en mejores condiciones previniendo la dependencia.