



UTPL

La Universidad Católica de Loja

Modalidad Abierta y a Distancia

Desarrollo en la Adolescencia, Madurez y Senectud

Guía didáctica

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas



Facultad de Ciencias Sociales, Educación y Humanidades

Departamento de Psicología

Desarrollo en la Adolescencia, Madurez y Senectud

Guía didáctica

Carrera	PAO Nivel
▪ Psicología	III

Autora:

Ludeña Jaramillo Fabiola Enith



Asesoría virtual
www.utpl.edu.ec

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

Universidad Técnica Particular de Loja

Desarrollo en la Adolescencia, Madurez y Senectud

Guía didáctica

Ludeña Jaramillo Fabiola Enith

Diagramación y diseño digital:

Ediloja Cía. Ltda.

Telefax: 593-7-2611418.

San Cayetano Alto s/n.

www.ediloja.com.ec

edilojacialtda@ediloja.com.ec

Loja-Ecuador

ISBN digital - 978-9942-25-649-2



Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual
4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

Usted acepta y acuerda estar obligado por los términos y condiciones de esta Licencia, por lo que, si existe el incumplimiento de algunas de estas condiciones, no se autoriza el uso de ningún contenido.

Los contenidos de este trabajo están sujetos a una licencia internacional Creative Commons **Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual** 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0). Usted es libre de **Compartir** — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato. **Adaptar** — remezclar, transformar y construir a partir del material citando la fuente, bajo los siguientes términos: **Reconocimiento-** debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante. **No Comercial-** no puede hacer uso del material con propósitos comerciales. **Compartir igual-** Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original. No puede aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

22 de abril, 2020

Índice

1. Datos de información.....	8
1.1. Presentación de la asignatura:	8
1.2. Competencias genéricas de la UTPL.....	8
1.3. Competencias específicas de la carrera:	9
1.4. Problemática que aborda la asignatura.	9
2. Metodología de aprendizaje.....	10
3. Orientaciones didácticas por resultados de aprendizaje	11
Primer bimestre.....	11
Resultado de aprendizaje 1	11
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje.....	11
Semana 1	12
Unidad 1. Desarrollo evolutivo de la adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales	12
1.1. Aspectos generales sobre el desarrollo en la Adolescencia.....	12
1.2. Desarrollo Físico	13
Actividades de aprendizaje recomendadas	16
Semana 2	17
1.3. Desarrollo Cognoscitivo	17
1.4. Educación y Vocaciones.....	19
1.5. Desarrollo psicosocial en la Adolescencia.....	20
Actividades de aprendizaje recomendadas	23
Semana 3	25
Actividades de aprendizaje recomendadas	30
Autoevaluación 1	34

Semana 4	37
Unidad 2. Desarrollo físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana	38
2.1. Adultez emergente.....	38
2.2. Salud y Condición física	38
2.3. Salud sexual y reproductiva	39
2.4. Cognición adulta	40
Actividades de aprendizaje recomendadas	40
Semana 5	41
2.5. Razonamiento Moral	42
2.6. Educación y trabajo	42
2.7. El desarrollo psicosocial en la adultez emergente y la adultez temprana	43
Actividades de aprendizaje recomendadas	44
Semana 6	44
2.8. Enfoques del desarrollo de la personalidad	45
2.9. Bases de las relaciones íntimas	45
2.10. Estilos de vida marital y no marital.....	46
2.11. Cuando el matrimonio termina	46
Actividades de aprendizaje recomendadas	47
Autoevaluación 2	49
Actividades finales del bimestre	52
Semana 7	52
Actividades de aprendizaje recomendadas	53
Semana 8	53
Actividades de aprendizaje recomendadas	54

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

Segundo bimestre	55
Resultado de aprendizaje 1	55
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje.....	55
Semana 9	56
Unidad 3. La edad adulta. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media	56
3.1. Edad media, un constructo social.....	56
3.2. Cambios físicos.....	57
Actividades de aprendizaje recomendadas	58
Semana 10	59
3.3. Salud física y mental en la edad media	59
Actividades de aprendizaje recomendadas	61
Semana 11	62
3.4. Desarrollo Cognoscitivo en la edad media	63
3.5. Desarrollo Psicosocial en la adultez media	64
Actividades de aprendizaje recomendadas	66
Autoevaluación 3	67
Semana 12	70
Unidad 4. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía	71
4.1. La vejez hoy.....	71
4.2. Longevidad y envejecimiento.....	72
4.3. Cambios físicos en la adultez tardía.....	72
4.4. Salud Física y mental en la adultez tardía.....	73
4.5. Desarrollo Cognoscitivo	73
Actividades de aprendizaje recomendadas	75

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

Semana 13	76
4.6. Desarrollo Psicosocial en la Adultez Tardía	77
Actividades de aprendizaje recomendadas	79
Semana 14	80
4.7. Manejo de la muerte y el duelo	80
Actividades de aprendizaje recomendadas	82
Autoevaluación 4	83
Actividades finales del bimestre	86
Semana 15	86
Actividades de aprendizaje recomendadas	87
Semana 16	87
Actividades de aprendizaje recomendadas	88
4. Solucionario	89
5. Referencias bibliográficas	98

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

1. Datos de información

1.1. Presentación de la asignatura:



1.2. Competencias genéricas de la UTPL

- Comunicación oral y escrita.
- Pensamiento crítico y reflexivo.
- Trabajo en equipo.
- Comunicación en inglés.
- Comportamiento ético.
- Organización y planificación del tiempo.

1.3. Competencias específicas de la carrera:

- Comprende los fundamentos históricos, biológicos y sociales de la psicología para cimentar el ejercicio profesional.
- Analiza las teorías, modelos y postulados de la salud mental, conducta normal y patológica con las etapas vitales que compone a un individuo íntegramente, así como a su sistema social.

1.4. Problemática que aborda la asignatura.

En el tercer período, el proyecto integrador de saberes aborda “Evaluación Psicológica y reconocimiento de procesos psicológicos básicos en escenarios controlados y de experimentación” que le permite adquirir al estudiante las competencias para realizar una evaluación integral del sujeto. Dentro de este contexto, la cátedra integradora (Evaluación Psicológica), se orienta a formar al estudiante en el manejo de técnicas, instrumentos y protocolos para llevar a cabo dicha actividad. Es aquí donde la asignatura de Desarrollo de la Adolescencia, Madurez y Senectud, específicamente en el marco del proyecto, permitirá a los estudiantes:

- Reconoce los cambios que surgen como producto del desarrollo físico y cognoscitivo en la adolescencia, adultez emergente y temprana, adultez media y adultez tardía.
- Analizar e identificar las características de los procesos del desarrollo psicosocial desde la adolescencia a la adultez tardía.

- Comparar los cambios que surgen en el área psicosocial, psicológica y cognoscitiva en estas etapas del desarrollo desde la adolescencia a la adultez tardía y reconocer niveles de adaptación física y psicológica necesarios para asumir cada nueva etapa.
- Aplicar los aprendizajes relacionados a los procesos evolutivos que van desde la adolescencia hasta la adultez tardía, incluso en el afrontamiento de la propia muerte y de la pérdida de otros, y superación del duelo.



2. Metodología de aprendizaje

Se llevará a cabo una metodología de aprendizaje teórico, práctico y tecnológico, a través de clases magistrales, trabajos colaborativos–autónomos y extra clases, tutorías presenciales y virtuales, experimentación en laboratorios psicológicos especializados; todo ello brinda la posibilidad al estudiante de construir un conocimiento integral permitiendo plantear soluciones reales y viables de las necesidades a nivel individual, grupal y social donde se desenvuelve el psicólogo.

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas



3. Orientaciones didácticas por resultados de aprendizaje



Primer bimestre

Resultado de aprendizaje 1

Identificar los principales procesos y etapas en el desarrollo cognitivo, personal y social en la adolescencia, adultez y senectud. Conocer los factores que inciden en el desarrollo psicológico en estas etapas del ciclo vital.

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje

Estimados estudiantes, prepárense para dar inicio a esta asignatura cuyo propósito principal es lograr realizar un abordaje de los procesos que se dan en el desarrollo del ser humano desde la adolescencia hasta la adultez tardía.

Iniciamos con el estudio de la adolescencia, etapa que marca el paso de la niñez a la juventud donde existen cambios físicos, psicológicos y es de gran importancia el desarrollo de la identidad.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

A través del estudio de la primera unidad, usted tendrá la capacidad de identificar las transformaciones físicas de la adolescencia y la manera como estas inciden en las emociones y sentimientos de los adolescentes, los cambios que se dan a nivel del cerebro aún inmaduro y algunos problemas de salud asociados con la adaptación a los nuevos cambios, la influencia social, la importancia de la alimentación adecuada y el consumo de sustancias que lo pueden llevar a la muerte. Encontrará todos estos contenidos en el **Capítulo 11: Desarrollo físico y cognoscitivo de la adolescencia**, de su texto básico.



Semana 1



Unidad 1. Desarrollo evolutivo de la adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales

1.1. Aspectos generales sobre el desarrollo en la Adolescencia

La Organización Mundial de la Salud [OMS], (2011) define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años, se caracteriza por un ritmo acelerado

de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes. Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos, el comienzo de la pubertad marca el pasaje de la niñez a la adolescencia.

Muchos problemas de salud mental tienden a aparecer al final de la infancia o al comienzo de la adolescencia. Según los estudios más recientes, los problemas de salud mental –en particular, la depresión–, constituyen la principal causa de morbilidad en los jóvenes, usted puede ampliar esta información y conocer algunas acciones que planea la OMS en relación al trabajo propuesto para mejorar la salud física y mental de los niños y adolescentes a nivel mundial: [Salud de la Madre, el recién nacido, del niño y del adolescente](#) (OMS, 2011).

Como usted ha podido conocer a través de este documento, los determinantes físicos y biológicos de la adolescencia son prácticamente universales; en cambio, la duración y las características propias de este periodo pueden variar a lo largo del tiempo dependiendo de los contextos culturales y socioeconómicos, lo que le da la característica de ser un constructo social que puede adoptar distintas formas en diferentes culturas. Así, se han registrado durante el pasado siglo muchos cambios en relación con esta etapa vital, en particular el inicio más temprano de la pubertad, la postergación de la edad del matrimonio, la urbanización, la mundialización de la comunicación y la evolución de las actitudes y prácticas sexuales.

1.2. Desarrollo Físico

La adolescencia es un periodo en el que se van a producir intensos cambios físicos y psicosociales que comienza con la aparición de los primeros signos de la pubertad y termina cuando cesa el crecimiento. El **desarrollo físico** se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en

los que están implicados el desarrollo cerebral, el desarrollo óseo y muscular.

El desarrollo físico y cognoscitivo de la adolescencia nos brinda el conocimiento de esta etapa como una transición importante del crecimiento del ser humano de la etapa de la niñez a la juventud, los cambios psicológicos que experimentan los adolescentes influyen en su salud mental y física, así como la maduración cognoscitiva, la búsqueda de identidad, su desarrollo moral y la escolaridad

1.2.1. La Pubertad

Los cambios físicos y cognitivos del adolescente se asocian a la salud física y mental, si bien es cierto existen visiones y conceptualizaciones con base en corrientes determinadas; se destaca el enfoque de Erikson, es importante utilizar conceptos amplios y globales que nos permitan establecer ciertas generalidades que influyen en el desarrollo de adolescentes en el mundo.

Un cambio físico importante es el inicio de **la pubertad** que implica cambios biológicos notables que forman parte de un largo y complejo proceso de maduración que empezó antes del nacimiento, y sus ramificaciones psicológicas continúan en la adultez. La pubertad es el resultado de la producción de varias hormonas, proceso que lleva a la **madurez sexual** o fertilidad, empieza antes en las niñas que en los varones y termina cuando la persona puede reproducirse, se inicia con las **características sexuales primarias**, son los órganos necesarios para la reproducción; y las **características sexuales secundarias** que son los signos fisiológicos de la maduración sexual, el tiempo en que se presenta varía considerablemente; factores contextuales como el origen étnico, la comunidad pueden ser decisivos en los efectos de la maduración temprana o tardía y ser negativos cuando el desarrollo de los adolescentes es mayor o menor que el de sus pares.

1.2.2. El Cerebro del Adolescente

El desarrollo del cerebro del adolescente todavía está en progreso; entre la pubertad y la adultez temprana tienen lugar cambios espectaculares en las estructuras del cerebro involucradas en las emociones, el juicio, la organización de la conducta y el autocontrol. La toma de riesgo parece resultar de la interacción de dos redes cerebrales: **una red socioemocional** que es sensible a estímulos sociales y emocionales, como la influencia de los pares, y **una red de control cognoscitivo** que regula las respuestas a los estímulos. La red socioemocional incrementa su actividad en la pubertad mientras que la red del control cognoscitivo madura de manera más gradual hacia la adultez temprana.

Gran parte del desarrollo del cerebro ocurre en la adolescencia, los cambios en la materia blanca y gris de la amígdala y de la corteza prefrontal podrían explicar por qué los adolescentes hacen elecciones incorrectas basándose en sus emociones en vez de hacerlas basándose en la lógica y la previsión. La amígdala tiene una importante participación en las reacciones emocionales, se desarrolla antes que la corteza prefrontal involucrada en la planeación, el razonamiento, el juicio, la regulación emocional y el control de impulsos. El subdesarrollo de los sistemas corticales frontales relacionados con la motivación, la impulsividad y la adicción puede explicar la tendencia de los adolescentes a tomar riesgos.

1.2.3. Salud Física y Mental en la Adolescencia

Muchos problemas de salud pueden prevenirse ya que son producto del estilo de vida, que suele consolidarse en la adolescencia. Como los adolescentes son generalmente sanos quizá no sientan los efectos de las elecciones hasta pasadas varias décadas. El estilo de vida suele consolidarse en la adolescencia, lo que puede resultar en hábitos poco saludables para toda la vida y en muerte prematura de adultos.

En el cuidado de la salud física y mental, pueden presentarse muchos problemas asociados a la pobreza, estilos de vida inadecuados, falta de actividad física, necesidades y problemas del sueño, hábitos inadecuados de alimentación y trastornos alimentarios, consumo y abuso de sustancias, la prevalencia de la depresión que aumenta en la adolescencia en especial entre las mujeres, además de algunas causas de muerte entre los adolescentes que incluyen accidentes automovilísticos, el uso de armas de fuego y el suicidio.

Estos **factores de riesgo** pueden prevenirse fortaleciendo algunos **factores protectores** como el ejercicio físico regular, un círculo familiar sano, la confianza en la autoeficacia, las prácticas de crianza, estilos de vida saludables, las influencias culturales y de los pares, el género y la calidad de la educación que influyen en el logro educativo de los adolescentes.

Así hemos culminado el estudio acerca del adolescente y algunos factores físicos y psicológicos en su desarrollo, a continuación, se plantean algunas actividades que se recomienda realizar para reforzar sus aprendizajes.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** de los contenidos de la adolescencia como un constructo social, época de oportunidades y riesgos, a través de la técnica del subrayado enfatice aspectos como:

- Conceptos de pubertad y adolescencia.
- Desarrollo físico en la pubertad.

- La madurez sexual: características sexuales primarias y secundarias
- Desarrollo del cerebro del adolescente.
- Salud física y mental.
- Finalmente, diseñe un **mapa mental** destacando estas características.



Semana 2

En la presente semana, continuaremos con el estudio de la maduración cognoscitiva desde el enfoque de Piaget y su relación con la educación y la vocación en el período de la adolescencia, de igual forma la búsqueda de la identidad desde la contribución de la teoría Psicosocial de Erikson, que aporta significativamente a la comprensión de lo que sucede en las etapas del desarrollo del individuo. Al término del estudio de los temas de esta semana, podrá identificar las características cognoscitivas de la adolescencia, las habilidades de procesamiento de información y el desarrollo lingüístico y moral, así como, la influencia de la educación en la elección vocacional de los adolescentes considerando las características de su desarrollo psicosocial. Estos temas los puede encontrar en el **Capítulo 11: Desarrollo Físico y cognoscitivo en la adolescencia** y **Capítulo 12: Desarrollo Psicosocial en la Adolescencia** de su texto básico.

1.3. Desarrollo Cognoscitivo

El desarrollo cognitivo en la adolescencia dentro del ámbito educativo se relaciona con la forma de aprender, lo que determinará su avance académico en la escuela y su proyección posterior

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

al elegir una profesión. El conocimiento y **madurez cognitiva** es la capacidad que tiene el ser humano para construir una representación e interpretación mental significativa de su relación con el mundo. La capacidad de pensamiento se desarrolla en forma social, a partir de la base biológica, los adolescentes piensan de forma distinta que los niños de corta edad, además, pueden razonar de forma abstracta y hacer juicios morales complejos, –etapa de las operaciones formales de Piaget (de 11 años en adelante, corresponde a la pubertad y adolescencia en adelante). Los adolescentes entran al nivel superior del desarrollo cognoscitivo al madurar la capacidad de pensar de manera abstracta.

Según **Jean Piaget**, el desarrollo del ser humano se produce por etapas como resultado de la interacción de los esquemas cognitivos que poseen las personas con el medio. Dos ideas importantes de su teoría son las siguientes:

- La interacción con el medio ambiente hace que las personas se desarrollen y adquieran estructuras de pensamiento cada vez más sofisticadas.
- La inteligencia es la capacidad que le permite al ser humano adaptarse al medio.

Piaget describió la evolución del desarrollo cognitivo a través de la sucesión de 4 estadios o etapas desde el nacimiento a la edad adulta, que se diferencian cualitativamente entre sí en función de las características estructurales del pensamiento y el tipo de razonamiento que se desarrolla en cada momento. Estas etapas son: Sensorio motora (0-2 años), Preoperatoria (2-7 años), Operacional concreta (7-11 años) y Operacional formal (a partir de 11-12 años).

La investigación neo-Piagetiana sugiere que los procesos cognoscitivos de los niños están muy ligados a contenidos

específicos, así como al contexto de un problema y a los tipos de información y pensamiento que una cultura considera importantes (Kuhn, 2006). Entonces, cuando a un niño o adolescente se le pide que razone en un contexto con objetos y situaciones conocidas, su desempeño es mayor, lo que indica que los conocimientos previos influyen en la capacidad para razonar formalmente.

Los cambios en la manera en que los adolescentes procesan la información reflejan la maduración de los lóbulos frontales del cerebro y pueden explicar los avances cognoscitivos descritos por Piaget. Existen dos categorías de cambios mensurables en la cognición adolescente: **cambio estructural**, incluyen cambios en la capacidad de la memoria de trabajo y la cantidad creciente de conocimiento almacenado en la memoria de largo plazo; y, **cambio funcional**, el aprendizaje, el recuerdo y el razonamiento, todos los cuales mejoran durante la adolescencia.

A medida que los niños alcancen niveles cognoscitivos más altos, adquieren la capacidad de hacer razonamientos más complejos sobre temas morales, son capaces de considerar la perspectiva de otra persona para resolver problemas sociales, tratar con relaciones interpersonales y verse como seres sociales. En el **razonamiento moral** de acuerdo con Kohlberg (1969), se describen tres niveles: moralidad preconventional (recibir recompensas), moralidad convencional (hacer lo correcto) y moralidad posconvencional (principios éticos universales), según esta teoría es el razonamiento que está detrás de la respuesta de una persona al dilema y no la respuesta en sí.

1.4. Educación y Vocaciones

La escuela es una experiencia fundamental de organización para la vida de la mayor parte de los adolescentes. Ofrece oportunidades

de adquirir información, dominar nuevas habilidades y afinar habilidades antiguas, amplía los horizontes intelectuales y sociales, sin embargo, algunos adolescentes no experimentan la escuela como una oportunidad, sino como un obstáculo más en su camino a la adultez.

Existen factores que influyen en el **rendimiento escolar** como las prácticas de crianza, la posición socioeconómica y la calidad del ambiente familiar, el género, el origen étnico, la influencia de los pares, la calidad de la educación y la autoconfianza. En la **deserción escolar** intervienen la situación socioeconómica, y en las aspiraciones educativas y vocacionales, los valores de los padres determinan la vida educativa de los adolescentes, su proyección a la **educación superior** y finalmente en su **vida laboral**. En las aspiraciones educativas y vocacionales influyen varios factores como la autoeficacia y los valores de los padres. Los estereotipos de género tienen menos influencia que en el pasado.

Así hemos culminado el estudio de la maduración cognoscitiva y la relación con la educación y la vocación en los adolescentes, a continuación, se plantean algunas actividades que se recomienda realizar para reforzar sus aprendizajes.

1.5. Desarrollo psicosocial en la Adolescencia

Durante los años de adolescencia aparece la búsqueda de la **Identidad**, definida por Erikson como una concepción coherente del yo, compuesta por metas, valores y creencias con las que la persona establece un compromiso sólido, el desarrollo cognoscitivo del adolescente le permite averiguar quién es exactamente y esa búsqueda forma parte de un proceso saludable y vital que se basa en los logros de las etapas anteriores.

En la preparación para la edad adulta, la **transición hacia la independencia social y económica**, determina el desarrollo de la identidad, la adquisición de las aptitudes necesarias para establecer relaciones, asumir funciones adultas y la capacidad de razonamiento abstracto. Para Erikson, la principal tarea en la adolescencia es confrontar la **crisis de identidad**, relacionada con la identificación consigo mismo, identidad vs confusión, los adolescentes cuestionan los modelos de la niñez y tratan de asumir nuevos roles.

Una de las características relevantes dentro del desarrollo de la identidad, Erikson (1968), es confrontar la **crisis de identidad** frente a la confusión de identidad, o identidad frente a confusión de roles. La identidad se constituye a medida que los jóvenes resuelven tres problemas importantes relacionados con la ocupación, los valores y la identidad sexual, dentro de este contexto existe la moratoria psicosocial que permite comprometerse a los jóvenes con algunas causas.

Erikson plantea resolver satisfactoriamente la crisis de identidad en la adolescencia, con el desarrollo de la virtud de la fidelidad, un sentimiento sostenido de lealtad, fe, o un sentido de pertenencia a un ser querido o amigos o compañeros. El principal peligro en esta etapa, es la confusión de la identidad o de roles, comprendiendo que cierto grado de confusión de la misma es normal.

1.5.1. La búsqueda de la identidad en la adolescencia. Erikson – Marcia

En el desarrollo psicosocial del adolescente se plantean enfoques como el de James Marcia en relación con los **estados de identidad**, los estados de desarrollo del yo que dependen de la presencia o ausencia de crisis o compromiso; el adolescente enfrenta crisis donde toma decisiones conscientes relacionadas con la formación de la identidad, generando compromisos en su comportamiento

y relaciones interpersonales, Marcia encontró relaciones entre el estado de la identidad y características como la ansiedad, la autoestima, el razonamiento moral y los patrones de conducta. A partir de esta teoría, otros investigadores han identificado variables personales y familiares relacionadas con el estado de la identidad (Kroger, 2003) plantea la existencia del logro de identidad, exclusión, moratoria y difusión de la identidad.

La búsqueda de la identidad tiene componentes ocupacionales, sexuales y valores de acuerdo a Erikson quien describe el conflicto psicosocial de la adolescencia como identidad frente a confusión de la identidad. La virtud que debe surgir de este conflicto es la fidelidad, James Marcia, en una investigación basada en la teoría de Erikson, describió cuatro estados de identidad: el logro de la identidad, exclusión, moratoria y difusión de la identidad.

Hablar de identidad implica mencionar la **identidad sexual**, la misma que está relacionada con la percepción que cada individuo tenga sobre sí mismo, sobre su cuerpo y los rasgos físicos que presente; sin embargo, esta percepción puede o no corresponder con el sexo determinado al nacer, generalmente, si la persona nace con genitales femeninos entonces se considera una hembra, si por el contrario nace con genitales masculinos entonces se considera un varón.

La identidad sexual es la recopilación de diversos aspectos: biológicos psicológicos y ambientales, en donde la persona especialmente durante la adolescencia comienza a comprenderse, a percibirse desde un punto de vista más amplio, más reflexivo, durante esta etapa es posible que la persona descubra que la manera como era identificado sexualmente no es la manera como se siente realmente, conduciendo al individuo a un estado de angustia y sufrimiento al no sentirse como la mayoría de su género.

Todos desarrollamos una identidad sexual, ésta, está vinculada con el género, ya sea femenino o masculino, hoy en día si no existe una

identidad sexual acorde al cuerpo físico, sucede la Transexualidad (los genitales externos no coinciden con lo que realmente siente y se identifica, por lo tanto, busca la manera de hacerse el cambio de sexo), sometiéndose a una cirugía de transformación y recibiendo tratamiento a base de hormonas. Es fundamental en las primeras etapas de vida del ser humano se pueda fortalecer este proceso y desarrollo de la identidad dentro de los parámetros adecuados en correspondencia del sexo y género.

En la formación de la identidad se plantean las **diferencias de género**, muchos estudios apoyan la opinión de Erickson de que, para las mujeres, la identidad y la intimidad se desarrollan juntas, en relación a esto se establecen interrogantes acerca de si hay diferencia entre la trayectoria masculina y femenina hacia la identidad. La autoestima se ha planteado como un factor que influye en la formación de la identidad, la autoestima masculina tiende a estar vinculada con los esfuerzos por el logro individual, mientras que la femenina depende más de las conexiones con otros.

Hemos concluido con las características del desarrollo cognoscitivo en la adolescencia, la influencia en este desarrollo de la educación y las vocaciones, así como la influencia del desarrollo psicosocial en esta etapa del desarrollo. A continuación, se plantea algunas actividades que puede considerar realizar para reforzar su aprendizaje.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** de los contenidos de la adolescencia que se encuentran en el capítulo 11 de su texto básico relacionados al reconocimiento de la adolescencia como un periodo de preparación

para la edad adulta donde experimenta cambios en su desarrollo, a través de la **técnica del subrayado** enfatice aspectos como:

1. Etapa de las operaciones formales (Piaget).
2. Maduración cognoscitiva del adolescente.
3. Cambios en el proceso de la información.
4. Razonamiento moral: La teoría de Kohlberg.

Finalmente elabore un **resumen** de los tres primeros temas y con el cuarto tema, un **mapa conceptual** de los tres niveles de moralidad.

Actividad 2:

Considerando que la escuela constituye un espacio enriquecedor de varios aprendizajes en los adolescentes, realice una **lectura crítica** de “Temas educativos y vocacionales” del capítulo 11 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque aspectos como:

- Influencia de la escuela en el adolescente y su forma de aprender.
- Factores que pueden influir en: su rendimiento y deserción escolar.
- Factores de riesgo y protectores de la escolaridad en el adolescente
- Factores que pueden influir en las aspiraciones vocacionales del adolescente.

Finalmente elabore un **cuadro sinóptico** destacando estos temas relacionados a la escolaridad del adolescente.

Actividad 3:

Realice una **lectura crítica** sobre el desarrollo psicosocial de la adolescencia, tema que se encuentra en el Capítulo 12 de su texto, analizar este aspecto del desarrollo nos lleva a comprender la búsqueda de la identidad en la adolescencia, Erikson lo establece como un elemento sobre el cual los adolescentes deben resolver sus problemas en busca de su identidad, la aceptación de sí mismo desde pequeño como parte de su autoestima y en la etapa de la pubertad la aceptación de sus cambios biológicos, psicológicos y sociales. Mediante un **cuadro sinóptico** ubique como se construye la identidad a partir de la resolución de tres problemas importantes:

1. La elección de una ocupación.
2. La adopción de valores con los cuales vivir, y
3. El desarrollo de una actividad satisfactoria.

**Semana 3**

En la presente semana se concluye con el estudio de la primera unidad, con el análisis de un factor importante en el crecimiento del adolescente, la sexualidad y las características de su desarrollo psicosexual. Se amplía información sobre las relaciones con la familia, los iguales y la sociedad adulta; la conducta antisocial y delincuencia juvenil. Al término del estudio de estos temas usted podrá identificar y comparar las características del desarrollo psicosocial del adolescente, a partir de su sexualidad, las relaciones sociales y factores de riesgo que podrían llevarlos a conductas antisociales y delincuencia juvenil. Estos temas se encuentran en el **Capítulo 12: Desarrollo Psicosocial de la Adolescencia**, de su texto básico.

1.5.2. Desarrollo de la Sexualidad en la Adolescencia

La conciencia de la sexualidad es un aspecto importante de la formación de la identidad, si bien este es un proceso impulsado por factores biológicos, su expresión está definida en parte por la cultura.

En el desarrollo de la sexualidad del adolescente, la **orientación sexual** se relaciona con la atracción sexual consistente por personas del sexo opuesto (heterosexual), del mismo sexo (homosexual) o de ambos sexos (bisexual). No existe un camino único para la formación de la identidad y el comportamiento gay, lésbico o bisexual. Debido a la carencia de formas socialmente aceptadas para explorar su sexualidad, muchos adolescentes gays y lesbianas experimentan confusión de identidad (Sieving, Olipants y Blum, 2002).

En cuanto a la **conducta sexual de los adolescentes**, de acuerdo al detalle de cifras a nivel mundial que se detalla en el texto base, se demuestra que tienen relaciones sexuales a edades tempranas. Sin embargo, sería importante conocer qué es lo que sucede en nuestro país, datos que constan en el [Plan Nacional de Salud Sexual y Reproductiva 2017-2021](#) (Ministerio de Salud Pública [MSP], 2017) documento que le invito a revisar y que contiene información sobre embarazo en adolescentes.

Como usted ha podido apreciar en el plan, se promueve la inclusión, la igualdad y el respeto de los Derechos Humanos en el marco de la Salud Sexual y Salud Reproductiva en nuestro país. Además, articula aspectos de la gestión del Sistema Nacional de Salud para lograr recursos y procesos sistemáticos de producción y actualización del conocimiento sobre este tema; al mismo tiempo que desarrolla estrategias que logren modificar indicadores de Salud Sexual y Salud Reproductiva que son prioritarios para el país y que en su formación profesional es importante que conozca.

Revisar el documento le ha permitido conocer acerca del **embarazo en adolescentes** considerado como una prioridad de salud pública en la región de América Latina y el Caribe, puesto que esta región ocupa el segundo lugar a nivel mundial, después de África Subsahariana y de igual forma, que según el Centro de Estadísticas para América Latina y el Caribe (CEPAL), el Ecuador es el tercer país a nivel de la región con la tasa más alta de embarazo en adolescentes (10-19 años), después de Nicaragua y República Dominicana. De igual forma, su lectura le ha permitido ampliar información de la situación de los adolescentes en el Ecuador estableciéndose que la conducta sexual de nuestros adolescentes se inicia a edades tempranas (antes de los 14 años).

1.5.3. Relaciones con la familia, los iguales y la sociedad adulta

Los años de adolescencia se han considerado como un tiempo de rebeldía, que involucran confusión emocional, conflictos con la familia, alejamiento de la sociedad adulta, comportamiento temerario y rechazo de los valores adultos.

Estudios que se plantean en el texto base concluyen que adolescentes muy atribulados solían pertenecer a familias perturbadas y en la adultez continuaban con vidas familiares inestables, a diferencia de adolescentes criados en hogares con una atmósfera familiar positiva, tendían a salir de la adolescencia sin problemas graves, y en la adultez, establecían matrimonios sólidos y llevan una vida bien adaptada. El conflicto en la familia tiene un impacto importante en los problemas emocionales del adolescente, las tensiones en los estilos de crianza, las supervisiones eficaces, dependen de cuanto permitan los adolescentes que sus padres conozcan de su vida, lo importante es generar calidez en la relación.

Las relaciones con los padres durante la adolescencia se sustentan en gran medida en la cercanía emocional desarrollada durante la niñez; a su vez, las relaciones de los adolescentes con los padres

establecen las condiciones para la calidad de la relación con su pareja en la adultez (Overbeek, Stattin, Vermulst, HA Y Engels, 2007). La necesidad de independencia de los adolescentes y el deseo de los padres de que lo sean, aunque les resulte difícil dejarlos ir, pueden generar tensiones y provocar conflictos en la familia y los estilos de crianza pueden influir en su forma y resultado.

En busca de **la identidad personal**, los adolescentes luchan por la autonomía y la identidad persona les llamada individuación, forjar los límites de control entre el yo y los padres puede generar conflicto, quienes demandan mucha autonomía en sus actividades tienen riesgo de presentar problemas de conducta, más si se unen a sus amigos en conductas de riesgo. Los padres deben tener un equilibrio entre el exceso de libertad y de intromisión, pues las intensidades emocionales de estos conflictos pueden reflejar un proceso subyacente de individualización que junto con la vinculación familiar predicen el bienestar en la madurez.

La relación con los **hermanos** en la adolescencia puede ejercer efectos positivos o negativos, las relaciones fraternas adquieren mayor equidad cuando el hermano menor se acerca o llega a la adolescencia y disminuye la diferencia relativa de edad. Por otro lado, los adolescentes empiezan a depender más de los **amigos** que de los padres, las buenas relaciones fomentan el ajuste, que a su vez fomentan las buenas amistades.

1.5.4. Conducta Antisocial y Delincuencia Juvenil

Hemos mencionado la importancia de la influencia de la familia en el desarrollo de los adolescentes, su apoyo a la autonomía se asocia con una mejor autorregulación de las emociones negativas y del compromiso académico. Dentro de este contexto de influencia, también son importantes las **relaciones fraternas, el sistema social de los iguales** se vuelve más complejo y diverso, son una fuente importante de apoyo emocional, así como de presión para

desarrollar comportamientos que los padres aprueban o no. En este proceso de desarrollo puede surgir la conducta antisocial que lleva al adolescente a la **delincuencia crónica** asociada con la interacción de múltiples factores de riesgo, que incluyen una crianza ineficaz, fracaso escolar, influencia de los iguales y del vecindario, y baja posición socioeconómica.

En la adolescencia temprana puede existir una abierta hostilidad entre padres e hijos, **la crianza ineficaz** puede dejar a los hermanos menores bajo la influencia poderosa de un hermano mayor problemático. Por otro lado, **la crianza autoritativa** implica altos niveles de cariño, así como de control y reglas, puede ayudarles a los jóvenes a internalizar las normas que los protegen de las influencias negativas de los compañeros y los orientan hacia influencias positivas.

Las circunstancias económicas de la familia pueden influir en el desarrollo de la conducta antisocial. Una organización del vecindario débil en una comunidad con carencias puede influir en la delincuencia a través de sus efectos sobre la conducta en la crianza y la desorientación de los iguales. La **eficacia colectiva** influye a nivel del vecindario e implica el deseo de sus miembros de trabajar en conjunto para lograr un objetivo común. Una combinación de crianza cariñosa, comprometida y de eficacia colectiva puede desalentar la asociación de los adolescentes con compañeros problemáticos (Brody et al., 2001).

Así culminamos el estudio acerca del desarrollo psicosocial de la adolescencia y sus cambios, se han destacado las relaciones con la familia, los iguales y la sociedad en general, así como, los factores de riesgo que podrían llevar a los adolescentes a tener comportamientos violentos, de consumo de sustancias y delincuencia, planteando además los factores protectores que podrían disminuir estas conductas. Seguidamente, usted encontrará algunas actividades de aprendizaje recomendadas para reforzar sus conocimientos.

Desarrollo evolutivo de la Adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Para una mejor comprensión de los temas, le sugiero pueda elaborar un **glosario de términos** relacionado con la temática de Sexualidad, que se encuentra en el capítulo 12 de su texto básico. Para esto le invito a definir algunos conceptos que le permitirá identificar cada una de las características del desarrollo psicosexual del adolescente. Eje: sexo, sexualidad, orientación sexual, identidad sexual, ejercicio sexual, conducta sexual, homosexualidad, lesbianismo, heterosexualidad, bisexualidad, transexualidad, etc.

Actividad 2:

Realice una **lectura crítica** sobre la sexualidad en la adolescencia, específicamente sobre orientación e identidad sexual, temas que se encuentran en el capítulo 12 de su texto básico.

Al hablar del desarrollo de la sexualidad en la adolescencia Erikson lo establece como un elemento sobre el cual los adolescentes deben resolver sus problemas en busca de su identidad, la aceptación de sí mismo desde pequeño como parte de su autoestima y en la etapa de la pubertad la aceptación de sus cambios biológicos, psicológicos y sociales. Mediante un **cuadro sinóptico** ubique los factores que influyen en la identidad sexual, considerando:

1. Los niveles de aceptación de lo que le sucede biológicamente.
2. Cambios en su desarrollo psíquico.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

3. Cambios en su desarrollo social: búsqueda recíproca de aceptación con los pares y cohesión del grupo.
4. Los valores morales de su cultura.

Actividad 3:

Tomando como insumo importante el documento del Plan Nacional de Salud y Salud Sexual y Reproductiva 2017 – 2021 del Ministerio de Salud Pública, que usted ha revisado anteriormente, realice una lectura crítica acerca de la Salud Sexual y Reproductiva de los adolescentes ecuatorianos, destacando:

- Aborto
- Anticoncepción de emergencia
- Anticonceptivos
- Cáncer
- Embarazo
- Enfermedades de transmisión sexual (ETS)
- Orientación sexual y género
- Salud y bienestar

Finalmente elabore un diagrama que le permita detallar esta información, destacando las características de estos aspectos específicos en los adolescentes ecuatorianos.

Actividad 4:

Realice una **lectura crítica** de los contenidos acerca de las relaciones con la familia, los iguales y la sociedad adulta, temas que se encuentran en el capítulo 12 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque:

- Factores que pueden influir en la rebeldía adolescente.
- Relaciones interpersonales con: familia, hermanos, pares, cultura y medio social en general.

Finalmente elabore un organizador gráfico y ordenar la información en base a estos temas revisados.

Actividad 5:

Realice una **lectura crítica** sobre la conducta antisocial y delincuencia juvenil, tema que se encuentran en el capítulo 12 de su texto básico y con el apoyo del documento **Plan Nacional de Salud y Salud Sexual y Reproductiva 2017 – 2021 (MSP, 2017)** destaque:

- Factores de riesgo que influyen en conductas antisociales y delincuencia juvenil en nuestro país
- Factores protectores que favorecen el desarrollo de los adolescentes y que pueden disminuir los riesgos

Finalmente, elabore **un diagrama** que le permitirá organizar la información para una mayor comprensión.

Actividad 6:

Realice una **lectura crítica** de los contenidos acerca de las relaciones con la familia, los iguales y la sociedad adulta, temas que se encuentran en el capítulo 12 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque la influencia de la globalización y los cambios sociales, posteriormente le invito a que construya **una matriz comparativa** en la que destaque lo siguiente:

- En las columnas destaque aspectos relacionados con:
 - La familia
 - Grupo de pares
 - Cultura
 - Sexualidad
 - Uso de su tiempo libre

- En las filas considerar:
 1. Factores protectores (factores que pueden guiarlos a nuevos descubrimientos y aplacar los factores de riesgo)
 2. Factores de riesgo (factores de riesgo psicosocial)

Actividad 7:

Finalmente desarrolle la autoevaluación relacionada con la **Unidad 1: Desarrollo evolutivo de la adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales**, que se plantea al término de la presente unidad, la misma que consta de doce preguntas.

¡Éxitos y adelante!

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas



Autoevaluación 1

Identifique según corresponda la respuesta a cada uno de los siguientes planteamientos, lea detenidamente y seleccione la respuesta correcta.

1. Entre los 11 y 19 años de edad transcurre la etapa de transición entre la niñez y la adultez conocida como:
 - a. Adolescencia
 - b. Edad temprana
 - c. Pubertad
2. El proceso mediante el cual una persona alcanza la madurez sexual y la capacidad para reproducirse:
 - a. Adolescencia
 - b. Pubertad
 - c. Juventud
3. Dentro del desarrollo Físico y Cognoscitivo en la adolescencia, las características sexuales primarias son:
 - a. Son los signos fisiológicos de la maduración sexual
 - b. Crecimiento y maduración de órganos internos en el hombre y la mujer.
 - c. La producción de espermatozoides en el hombre y menstruación en la mujer.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

4. Las características sexuales secundarias son:
- a. Las características reproductivas de los órganos internos.
 - b. Signos fisiológicos de la maduración sexual.
 - c. Los cambios en la personalidad.
5. () El cerebro adolescente todavía no ha terminado de madurar, los adolescentes procesan la información sobre las emociones con la amígdala, mientras que los adultos usan el lóbulo frontal, de tal forma que, suelen hacer juicios menos exactos y menos razonados.
6. () La familia y la comunidad representan un apoyo fundamental en el desarrollo de los adolescentes, ellos dependen de su familia, su entorno, su escuela, sus servicios de salud y su lugar de trabajo para adquirir competencias importantes que pueden ayudarles a hacer frente a las presiones que experimentan y hacer una transición satisfactoria de la infancia a la edad adulta.
7. En la adolescencia, la principal tarea es confrontar la crisis de identidad es decir a la identificación del adolescente consigo mismo, según:
- a. Marcia
 - b. Piaget
 - c. Erikson

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

8. () La orientación sexual parece ser influenciada por una interacción de factores biológico y ambientales y ser, al menos en parte, genética.
9. En los adolescentes implica riesgos de embarazo e infecciones de transmisión sexual.
- a. La actividad sexual
 - b. Ejercicio de su sexualidad.
 - c. Orientación sexual
10. () La delincuencia crónica surge de la conducta antisocial de inicio temprano. Se asocia con la interacción de múltiples factores de riesgo, que incluyen una crianza ineficaz, fracaso escolar, influencia de los iguales y del vecindario, y baja posición socioeconómica.
11. () Los problemas de salud de los adolescentes están asociados únicamente a la pobreza o estilos de vida inadecuados, no realizar actividad física, no dormir lo necesario, preocupaciones por su imagen corporal, dificultades con su alimentación pudiendo presentarse trastornos alimenticios más comunes como la obesidad, anorexia y bulimia nerviosa.
12. Según Erikson la preocupación central durante la adolescencia es:
- a. La búsqueda de la identidad
 - b. Reafirmación sexual.
 - c. Buenas relaciones con los otros.

[Ir al solucionario](#)



Semana 4

La adultez emergente, constituida como una etapa exploratoria antes de asumir los roles de los adultos, es una época de posibilidades, una oportunidad para probar nuevas y diferentes formas de vida donde se adquiere una profesionalización en muchos casos o las condiciones laborales que marcan estilos de vida donde influyen factores como el género, capacidades académicas, primeras actitudes hacia la educación, raza y origen étnico, expectativas al final de la adolescencia y clase social.

Mediante el estudio de la segunda unidad que iniciamos a partir de la presente semana, usted tendrá la capacidad de identificar las características del desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez emergente y temprana, y las cuestiones sexuales y reproductivas de ésta época de la vida, etapa posterior a la adolescencia, usted puede ampliar la información de estos temas en el **Capítulo 13: Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez emergente y temprana**, del texto básico.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Unidad 2. Desarrollo físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana

2.1. Adultez emergente

A partir de los 18 o 19 años a los 25 o 29 años, algunos científicos del desarrollo han denominado esta etapa como un período de transición en el ser humano denominado **adultez emergente**, el paso por esta etapa sumado a ciertos criterios específicos de la cultura puede determinar cuando una persona joven se convierte en adulta, representa una etapa donde los adultos tempranos determinan quiénes son y quiénes quieren ser. En esencia, es un período durante el cual, la gente joven ya no es adolescente, pero todavía no se ha asentado en los roles adultos (Arnett, 2000, 2004, 2006; Furstenberg et al., 2005).

2.2. Salud y Condición física

La adultez emergente está determinada por algunas condiciones y características de la condición física, varios factores influyen en el individuo provocando algunos problemas de salud física e incluso de salud mental. La salud puede verse influida por los genes y por factores conductuales como hábitos de alimentación, de sueño, actividad física, consumo de alcohol o drogas, etc.

La salud física puede afectarse por influencias indirectas como los ingresos económicos, la educación, la raza u origen étnico y los estilos de vida, y en cuanto a la salud mental, pueden presentarse trastornos psicológicos, como depresión, la esquizofrenia y los trastornos bipolares. La transición de la adultez emergente pone fin a los años de la juventud con la posibilidad de tomar acciones y decisiones importantes y elegir trayectorias diversas en su vida, esto puede ser una experiencia liberadora por un lado y abrumadora por otro.

2.3. Salud sexual y reproductiva

Las actividades sexuales y reproductivas a menudo son una preocupación fundamental de la adultez emergente y temprana. Esas funciones naturales e importantes pueden implicar ciertos estilos de vida que determinarán problemas en este ámbito, presentándose dificultades que alteran la salud y que en esta etapa del desarrollo involucran preocupaciones físicas en concordancia a los trastornos relacionados con la menstruación, las infecciones de transmisión sexual (ITS) y la infertilidad.

En la conducta sexual, los adultos jóvenes, suelen tener más parejas sexuales que los que componen los grupos de mayor edad, pero tienen sexo con menos frecuencia. Las personas que inician su actividad sexual durante la adultez emergente suelen involucrarse en menos conductas de riesgo (las cuales pueden dar lugar a infecciones de transmisión sexual o embarazos no planeados) que los que empezaron en la adolescencia. La salud sexual y reproductiva del adulto emergente, determinan su bienestar, constituyéndose en factores de riesgo o protectores de acuerdo a la influencia ejercida sobre cada individuo.

2.4. Cognición adulta

Perspectivas sobre la cognición adulta en la edad emergente, determinan el pensamiento adulto como el pensamiento reflexivo o razonamiento abstracto que otorga prioridad a la lógica compleja además del pensamiento post formal que también involucra intuición y emoción, que combina la lógica con la emoción y la experiencia práctica en la solución de problemas ambiguos. La inteligencia emocional es uno de los aspectos relevantes dentro de este contexto.

Así hemos culminamos el estudio acerca del desarrollo físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana, destacando aspectos importantes relacionados con la condición física y salud física, mental, sexual y reproductiva. A continuación, usted encontrará algunas actividades de aprendizaje recomendadas para para reforzar sus conocimientos.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** sobre el desarrollo físico en la adultez emergente, etapa de múltiples posibilidades para el desarrollo humano, este tema lo puede encontrar en el Capítulo 13 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque aspectos como:

- Cambios físicos
- Cambios psicológicos
- Desarrollo cognoscitivo
- Salud física y mental

Finalmente elabore un **resumen** de los contenidos estudiados con estas características del desarrollo.

Actividad 2:

Realice una **lectura crítica** sobre cuestiones sexuales y reproductivas en la adultez emergente, tema que se encuentra en el capítulo 13 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque:

- Características del desarrollo de la sexualidad
- Salud sexual y reproductiva
- Factores de riesgo y protectores en el desarrollo de la sexualidad

Finalmente, elabore **un mapa conceptual** destacando estas características en este ciclo vital de la adultez emergente.



Semana 5

En la presente semana continuamos con el estudio de la segunda unidad, con el desarrollo físico, cognoscitivo y psico social en la adultez emergente y temprana, al término de este estudio, podrá conocer el funcionamiento físico de los adultos tempranos en relación al desarrollo moral, la transición a la educación superior y al trabajo, el desarrollo de la identidad y los procesos de relaciones adultas con los padres y el efecto de esas experiencias en su vida posterior, usted puede ampliar la información de estos temas en el **Capítulo 13: Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez emergente y temprana**, del texto básico.

2.5. Razonamiento Moral

Según la teoría de Kohlberg, el desarrollo moral de los niños y los adolescentes acompaña a la maduración cognoscitiva. La gente joven avanza en el juicio moral a medida que se liberan del egocentrismo y adquieren la necesidad de pensar de manera abstracta. Sin embargo, en la adultez los juicios morales se tornan más complejos, la cultura y el género influyen en gran manera sobre el desarrollo moral. El **razonamiento moral** depende sobre todo de la experiencia, sin dejar de lado los límites impuestos por el desarrollo cognoscitivo.

2.6. Educación y trabajo

La transición de los adultos emergentes a la educación superior y el trabajo implica un desarrollo cognoscitivo importante que requiere de capacitación, lo que influye en las oportunidades de trabajo y desempeño. Varias son las alternativas, algunos varían entre la educación y el trabajo; otros persiguen ambos objetivos al mismo tiempo, otros terminan la secundaria e ingresan directamente al trabajo, pero muchos regresan a estudiar para recibir más formación y volver a trabajar.

Así hemos culminamos el estudio acerca del desarrollo físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana, destacando aspectos importantes relacionados con la condición física en general, salud física, mental y salud sexual y reproductiva, la cognición adulta el razonamiento moral y la educación y el trabajo en esta etapa del desarrollo del individuo.

2.7. El desarrollo psicosocial en la adultez emergente y la adultez temprana

La adultez emergente es una época de experimentación antes de asumir los roles, funciones y responsabilidades adultas, estas tareas tradicionales del desarrollo como encontrar trabajo estable y desarrollar relaciones románticas de largo plazo, llegan a posponerse hasta los 30 o aun después. En este paso a la adultez, influyen cambios como el género, capacidades académicas, primeras actitudes hacia la educación, raza y origen étnico, expectativas al final de la adolescencia y clase social. Cada vez es más común que los adultos emergentes de los dos sexos continúen sus estudios y demoren la paternidad, decisiones determinantes para la prosperidad futura en el trabajo y el bienestar en general.

Algunos adultos emergentes tienen más recursos que otros (económicos y de desarrollo), mucho depende del **desarrollo del yo**, una combinación de la capacidad de entenderse y entender al mundo, de integrar y sintetizar lo que percibe y sabe para planear el curso de la propia vida. Las relaciones familiares y la familia influyen en este desarrollo y en la capacidad de aprender a valerse por sí mismos. El desarrollo **de la identidad** influye en el establecimiento de sus relaciones interpersonales y su desempeño, según Erickson, la búsqueda de la identidad era una tarea a largo plazo, enfocada principalmente en la adolescencia. La adultez temprana ofrece una moratoria, un tiempo de espera, sin las presiones del desarrollo y con libertad para experimentar diversos papeles y estilos de vida, momento decisivo en el que se cristalizan de manera gradual los compromisos del papel de adulto y la búsqueda activa de la identidad.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** sobre el desarrollo físico en la adultez emergente, etapa de múltiples posibilidades para el desarrollo humano, este tema lo puede encontrar en el capítulo 13 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque aspectos como:

- El desarrollo moral y el razonamiento moral
- La educación
- El trabajo
- Características del desarrollo psicosocial en la adultez emergente

Finalmente elabore un **mapa conceptual** con estas características del desarrollo.



Semana 6

Existen características de la personalidad frente a la influencia social en la adultez emergente, los cambios físicos, psicológicos y sociales que vive el adulto temprano, aspectos relacionados con la sexualidad, la reproducción, el desarrollo cognoscitivo, moral, la educación y el trabajo influyen en su forma de ser y actuar. Continúe con el análisis de los temas de la segunda unidad, que finaliza en la presente semana, lo que le permitirá identificar la evolución en relación al desarrollo de la personalidad, etapas normativas,

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

rasgos, relaciones íntimas y estilos de vida marital y no marital en la adultez emergente. Temáticas que puede ampliar para una mejor comprensión a través de la lectura del **Capítulo 14: Desarrollo psicosocial en la adultez emergente y la adultez temprana**, del texto básico.

2.8. Enfoques del desarrollo de la personalidad

El desarrollo del yo, influye en gran medida en la personalidad y determina la capacidad de entenderse y entender al mundo que le rodea, el paso al desarrollo de la identidad adulta marca un cambio en la adultez emergente.

La personalidad adulta se basa en modelos o etapas normativas como el modelo del momento de los eventos, de los rasgos y tipológicos que determinan diferentes tipos y formas de ser y de actuar. En relación a la expresión de la intimidad en la amistad y el amor, los adultos tempranos la buscan en las relaciones con pares y parejas románticas, la auto revelación considera según la teoría triangular de Sternberg que el amor tiene tres aspectos: intimidad, pasión y compromiso.

2.9. Bases de las relaciones íntimas

Según Erikson, las relaciones íntimas son una tarea crucial de la adultez temprana, la necesidad de establecer relaciones firmes, estables, cercanas y comprometidas es una motivación importante de la conducta humana. Las personas incrementan y mantienen su cercanía debido a las revelaciones mutuas, la sensibilidad a las necesidades de la otra persona, la aceptación y el respeto recíproco.

Las relaciones íntimas requieren de autoconciencia, empatía, habilidad para comunicar emociones, resolver conflictos y respetar

los compromisos, si la relación es potencialmente de naturaleza sexual, demanda de una decisión sexual. Estas habilidades son centrales cuando los adultos tempranos deciden si se casan o establecen relaciones íntimas y si tienen o no hijos (Lambeth y Hallet, 2002). Además, las formaciones de nuevas relaciones tienen implicaciones para la persistencia o cambio de la personalidad y es fundamental las relaciones de amor y de amistad. La comunicación es una parte esencial de la intimidad, la adquisición de un sentido de logro de la identidad también parece influir en la calidad de las relaciones románticas.

2.10. Estilos de vida marital y no marital

Los adultos tempranos en el establecimiento de sus relaciones interpersonales, deciden permanecer solteros, establecer relaciones homosexuales, cohabitar o casarse, lo que depende de sus estilos de vida, motivos personales, necesidades económicas, emocionales sexuales, sociales y reproductivas. Posteriormente se enfrentarán a la paternidad, el matrimonio o una relación estable, y en otros casos separación, divorcio, lo que demandará nuevos estilos de vida producto de la influencia socio cultural con nuevos patrones de adaptación a las circunstancias. Muchas personas dentro de esta etapa han consolidado un matrimonio y experimentan el ser padres, en otros casos se puede experimentar la separación o el divorcio, ajustarse a ello puede ser doloroso en unos casos y en otros ocurrir nuevos matrimonios que generalmente suelen ser menos estables que en el primer enlace, presentándose familias mixtas con hijastros que también pasan por diversas etapas de ajuste.

2.11. Cuando el matrimonio termina

Lo más frecuente es que tras un divorcio, se contraigan segundas nupcias y se forme una familia que incluya a los hijos naturales o adaptados de uno o de los dos miembros de la nueva pareja. Las

nuevas nupcias, tienen más probabilidades de terminar en divorcio que el primer matrimonio (Adams, 2004). Es importante poder analizar dentro de este hecho la influencia del divorcio y el ajuste de los hijos al nuevo hogar, que en algunos casos puede darse sin inconvenientes y en otros casos no.

Así, hemos culminado el estudio acerca del desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez emergente y temprana, destacando los cambios psicosociales en la búsqueda del recentramiento o identidad adulta, los cambios en la personalidad en general, las relaciones íntimas de amor y amistad la vida marital y no marital e incluso cuando el matrimonio termina, el divorcio y nuevas relaciones y dentro de ellas los hijastros. A continuación, se recomiendan algunas actividades para que refuerce sus aprendizajes.

Desarrollo Físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** sobre el desarrollo psico social en la adultez emergente, tema que se encuentra en el capítulo 14 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque:

- Desarrollo de la Identidad
- Características del desarrollo del YO en la adultez emergente.
- El Recentramiento y las tres etapas hacia la madurez temprana.
- Características del desarrollo de la personalidad.
- Relaciones sociales, maritales o no.

Finalmente, elabore **un diagrama destacando** estas características.

Actividad 2:

Corrobore sus aprendizajes revisando los contenidos del texto básico del primer bimestre que corresponden a los capítulos 11, 12, 13 y 14. Hemos estudiado hasta aquí las dos primeras unidades relacionadas con la adolescencia y la adultez temprana, en cada ciclo existen factores que influyen en el desarrollo, conocerlos nos permite comprender la naturaleza humana y sus necesidades vitales y específicas en cada etapa.

Elabore un **cuadro comparativo del desarrollo** considerando:

En sus columnas:

- La Adolescencia
- La Edad Temprana

En sus filas:

- Desarrollo Físico
- Desarrollo Cognitivo
- Desarrollo Psicológico
- Desarrollo Social
- Desarrollo de la Sexualidad

Actividad 3:

Una vez concluido el estudio de la segunda unidad, desarrolle la autoevaluación 2, que se plantea al término de la presente unidad, la misma que consta de doce preguntas.

¡Éxitos y adelante!



Autoevaluación 2

Lea cada una de las preguntas y seleccione la respuesta correcta a cada planteamiento.

1. La etapa de la adultez emergente comprende:
 - a. Entre los 18 y los 21 años Área
 - b. Entre los 19 y 25 años
 - c. Entre 18 o 19 años hasta los 25 o 29 años.
 - d. A partir de los 20 años
2. Los factores conductuales que influyen en la salud y condición física en la adultez emergente son:
 - a. Depresión, alcoholismo
 - b. Trastornos alimentarios, estrés, tabaquismo, consumo de alcohol.
 - c. Conductas antisociales, drogadicción.
 - d. Ansiedad, estrés, depresión
3. Los problemas de salud mental en la adultez emergente pueden estar influenciados por:
 - a. Depresión, intento de suicidio.
 - b. Ansiedad, conductas de riesgo antisocial.
 - c. Alcoholismo, consumo y abuso de drogas, depresión.
 - d. Abuso de sustancias, conductas sexuales de riesgo

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

4. Algunas características de la conducta y actitudes sexuales en la adultez emergente y temprana son:
 - a. Trastornos relacionados con la menstruación, ITS e infertilidad.
 - b. Demostraciones de su orientación sexual, incremento de su actividad sexual, acoso sexual a mujeres en algunos casos.
 - c. Conductas sexuales de riesgo, doble moral, declaración de su identidad sexual
 - d. Más parejas sexuales, sexo casual, tendencia a ataques sexuales de mujeres, menos críticos y prejuiciosos a la actividad sexual, doble moral, clara identidad sexual.
5. La capacidad para el pensamiento reflexivo surge entre:
 - a. Entre 18 a 22 años.
 - b. Entre 20 a 25 años.
 - c. Entre 19 y 29 años.
 - d. Entre 20 y 29 años.
6. Dentro del desarrollo de la identidad en la adultez emergente en que proceso se fundamenta el cambio a una identidad adulta:
 - a. La moratoria contemporánea.
 - b. Exploración de la identidad racial y étnica.
 - c. Recentra miento.
7. () La adultez emergente es una época de experimentación antes de asumir los roles y responsabilidades de los adultos:

8. () El autocontrol y autorregulación de los impulsos se denomina resiliencia del yo.
9. () La capacidad dinámica para modificar el nivel de control del yo en respuestas a influencias medio ambientales y contextuales.
10. () La adultez temprana representa un momento decisivo en el que se cristaliza de manera gradual los compromisos del papel del adulto
11. () En la etapa tres hacia el recentramiento, hacia los 25 años, el individuo pasa a la adultez temprana, existe la independencia de la familia de origen, y la dedicación a una carrera, pareja y, posiblemente los hijos.
12. () La adultez emergente permite una moratoria, un período en que la gente joven se libera de las presiones de establecer compromisos duraderos.

[Ir al solucionario](#)

[Índice](#)

[Primer
bimestre](#)

[Segundo
bimestre](#)

[Solucionario](#)

[Referencias
bibliográficas](#)



Actividades finales del bimestre



Semana 7

En la presente semana, se realiza una retroalimentación de los aprendizajes de los temas propuestos en las unidades uno y dos del primer bimestre, hemos realizado un recorrido desde la adolescencia a la adultez emergente lo que nos ha permitido establecer las características del desarrollo en los aspectos físico, psicológico y social que influyen y determinan la evolución del ser humano en estas etapas. Estos temas se encuentran en los Capítulos 11, 12, 13 y 14 de su texto básico.

Unidad 1. Desarrollo evolutivo de la adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales.

Unidad 2. Desarrollo Físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana.

Apreciado estudiante, dedique esta semana a terminar de estudiar los temas revisados durante este bimestre, es decir, los contenidos relacionados con la primera unidad.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Revise las ideas principales subrayadas en el texto básico de los capítulos 11 y 12, los apuntes, resúmenes o diseñadores gráficos que usted realizó sobre cada tema correspondiente al primer bimestre de acuerdo a las orientaciones metodológicas que se han ejecutado cada semana y así refuerce sus aprendizajes.



Semana 8

Unidad 1. Desarrollo evolutivo de la adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales.

Unidad 2. Desarrollo Físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana.

Dedique esta semana a terminar de estudiar los temas revisados durante este bimestre. Es decir, los temas restantes relacionados con la segunda unidad.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Revise las ideas principales subrayadas en el texto básico de los capítulos 13 y 14, los apuntes, resúmenes o diseñadores gráficos que usted realizó sobre cada tema correspondiente al primer bimestre de acuerdo a las orientaciones metodológicas que se han ejecutado cada semana y así refuerce sus aprendizajes.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Segundo bimestre

Resultado de aprendizaje 1

Identificar los principales procesos y etapas en el desarrollo cognitivo, personal y social en la adolescencia, adultez y senectud. Conocer los factores que inciden en el desarrollo psicológico en estas etapas del ciclo vital.

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje

Iniciamos el segundo bimestre y la primera semana de trabajo con temas relacionados a la edad media o intermedia, contenidos que los puede encontrar en el **Capítulo 15: Desarrollo Físico y cognoscitivo en la adultez media**, del texto básico. En esta etapa la mayoría de personas, se encuentran en buena forma física, cognoscitiva y emocional, se sienten a gusto con su calidad de vida, dominio, capacidad y crecimiento, una época para revalorar las metas y aspiraciones y decidir sobre la mejor manera de aprovechar el resto de la vida.

Mediante el estudio de la tercera unidad que inicia, usted tendrá la capacidad de distinguir los cambios físicos, el funcionamiento sensorial y psicomotriz en la adultez media, describir las peculiaridades de la cognición, los cambios estructurales y sistémicos, el desarrollo de la sexualidad y el funcionamiento reproductivo en este ciclo de vida, etapa posterior a la adultez temprana.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Semana 9



Unidad 3. La edad adulta. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media

3.1. Edad media, un constructo social

Hemos descrito a la adolescencia como una etapa de la vida fundamentalmente de construcción social. Lo mismo sucede en la mitad de la vida (Lachman, 2004). la adultez media, es la etapa de la vida entre los 40 y 60 (65) años de edad, algunos le llaman la segunda adultez, Erikson la denomina, la etapa de la crisis de productividad vs estancamiento. La edad intermedia es una época de hacer inventarios, la gente reevalúa sus aspiraciones anteriores sobre la carrera elegida y qué tan bien se ha realizado. Durante la transición de la adultez temprana a la intermedia algunas veces se modifican metas o se incursiona en actividades totalmente diferentes de las esperadas. En vez de pensar en el período de su vida desde el punto de vista de los años que ya ha vivido, la gente empieza a pensar en el tiempo que le queda por vivir, muchas personas consideran este periodo la mejor época de su vida.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

3.2. Cambios físicos

En el desarrollo físico en la edad media, existen cambios que experimentan hombres y mujeres, manejándose de diferente manera, pueden existir hasta alrededor de los 50 el declive de las capacidades físicas que han sufrido cambios graduales, existe preocupación por sus capacidades reproductoras y sexuales, disminuye la agilidad al caminar, existe angustia por la disminución del atractivo físico, pérdida gradual de la fuerza muscular, la agudeza visual, la coordinación y la audición; el gusto, el olfato y la sensibilidad al dolor y a la temperatura generalmente no muestran ninguna disminución hasta cerca de los 50 años, la altura es estable luego comienza a declinar.

Se evidencia una entrada al envejecimiento, la disminución de las capacidades reproductoras afecta a hombres y mujeres de manera diferente, la posibilidad de las mujeres para dar a luz hijos se termina durante este período; en promedio los hombres, a pesar de que pueden continuar engendrando hijos, empiezan a experimentar una disminución de la fertilidad, en la frecuencia de las eyaculaciones y un aumento de la impotencia. Existe un factor estresante en esta etapa de vida, que es el desempleo, debido a estereotipos culturales, la pérdida de empleo en el hombre puede llevar, junto con las demás características físicas, a estados depresivos de alto riesgo para su equilibrio mental. Destacar el estudio del desarrollo físico en la adultez media, desde un constructo social, representa en este ciclo vital una etapa de proyección y realización personal y social.

Concluyendo el estudio acerca de la edad media como un constructo social, se destaca la influencia importante de los factores físicos, sociales y psicológicos en su desarrollo, a continuación, se plantean algunas actividades que se recomienda realizar para reforzar sus aprendizajes.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** sobre el desarrollo físico en la adultez media, tema que lo puede encontrar en el capítulo 15 de su texto básico, a través de la técnica de lluvia de ideas destaque:

1. Edad media: Un constructo social.
2. Cambios físicos: Funcionamiento sensorial y psicomotriz, desarrollo del cerebro, cambios estructurales y sistémicos, y sexualidad y funcionamiento reproductivo.

Finalmente, mediante la elaboración de un **diagrama**, organice de mejor forma esta información para reforzar su aprendizaje.

Actividad 2:

Realice una **lectura crítica** sobre el desarrollo de la sexualidad en la adultez media, tema que lo puede encontrar en el capítulo 15 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado recalque aspectos como:

1. Conducta y actitudes sexuales
2. Salud sexual y reproductiva

Finalmente, destaque las características relevantes y diseñe un **mapa mental**, destaque estos aspectos relevantes de la edad media.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Semana 10

La edad intermedia es una época de hacer inventarios, la gente revalúa sus aspiraciones anteriores sobre la carrera elegida y qué tan bien se ha realizado. Durante la transición de la adultez temprana a la intermedia se modifican metas o se incursiona en actividades totalmente diferentes de las esperadas, desarrolla estilos de vida que marcan las pautas de concretar sus aspiraciones o iniciar otros proyectos, el cuidado de la salud es fundamentales marcando hábitos y costumbres que favorecerán la estabilidad no solo física sino emocional en su futuro en la siguiente etapa. Usted encuentra estos temas en el **Capítulo 16: Desarrollo psicosocial en la adultez media**, de su texto básico, los mismos que puede ampliar para una mejor comprensión.

3.3. Salud física y mental en la edad media

En la edad media pueden existir algunas dificultades físicas como problemas respiratorios, diabetes, desórdenes nerviosos y mentales (irritación o depresión), la artritis, el reumatismo, los deterioros de la vista y el oído; y, mal funcionamiento o enfermedades de los sistemas circulatorio, digestivo y la más común es la hipertensión.

Existe la oportunidad de un cambio positivo, los estilos de vida saludables están determinados por la manera como se alimentan los adultos, cuanto beben, si fuman o no, qué clase de ejercicio hacen, cómo manejan las tensiones, todas estas opciones pueden tener un impacto primordial en el funcionamiento físico. Un factor importante en esta etapa de la vida es un **estilo de vida saludable**, a pesar de que estos se van conformando desde los primeros

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)

años de nuestra vida y se fortalece cuando llegamos a la edad adulta, sin embargo, si es posible modificarlos parcial o totalmente cuando se llega a la adultez intermedia, gracias a la experiencia de vida, la alimentación adecuada y la actividad física, claves para un envejecimiento saludable.

La salud mental no solo es la ausencia de enfermedad mental, involucra una sensación de bienestar psicológico que va de la mano con un sentido saludable del yo (Keyes y Shapiro, 2004). La salud física tiene un efecto consciente en la emocionalidad en adultos de todas las edades, pero otros dos factores como el estado civil y la educación tienen efecto significativo en la edad media.

Refuerce sus aprendizajes con la lectura del capítulo 16 del texto básico, relacionado con la salud física y mental en la adultez media, adicionalmente, le motivo para que revise el siguiente video sobre [Salud en la Edad Adulta Intermedia](#) (Ramos, 2016), y así pueda observar cómo los estilos de vida saludables influyen en la salud física y mental del adulto intermedio. Usted podrá ampliar además información acerca de la actividad física como clave para un envejecimiento saludable y un buen desarrollo emocional. Mientras más actividad física realizan las personas mayores, es menor la probabilidad de desarrollar problemas de salud como obesidad, presión arterial elevada, osteoporosis, diabetes, depresión o cáncer de colon; también, se mejora el estado de ánimo, se reduce el estrés, aumentar el grado de energía y mejora la productividad de la persona para realizar las actividades de la vida diaria.

Asimismo, observar el video le ha permitido conocer la necesidad de procurar un desarrollo emocional satisfactorio del adulto medio pues existen muchas pruebas científicas que demuestran los beneficios en esta etapa. Las personas emocionalmente estables (bajas puntuaciones en neurotismo), que muestran actividad física y social (altas puntuaciones en extroversión) y que son muy escrupulosas, suelen sentirse más felices (Weiss, Bates y Luciano, 2008).

Así hemos culminamos el estudio acerca del desarrollo físico, cognoscitivo en la adultez media, destacando temas importantes relacionados con la salud física y mental a esta edad, la educación, los estilos de vida saludables, alimentación, educación y algunos factores de riesgo. A continuación, se plantean algunas actividades que se recomienda realizar para reforzar sus aprendizajes.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** del capítulo 15 de su texto básico, específicamente acerca de la salud física y mental en el adulto medio, a través de la técnica del subrayado destaque aspectos como:

1. Tendencias de salud en la mitad de la vida.
2. Influencia de la conducta en la salud.
3. Posición socio económica y Salud.
4. Raza, etnia y salud.
5. El estrés en la edad media.
6. Emociones y salud mental.

Diseñe un **mapa conceptual** sobre la adultez media que englobe características dentro de estos seis parámetros.

Actividad 2:

Realice una **lectura crítica** sobre la **salud física y mental** en la adultez media, tema que lo puede encontrar en el capítulo 15 de su texto básico.

Uno de los factores que influye en gran medida en la salud, son los **estilos de vida saludables**. La actividad física es uno de ellos y clave para un envejecimiento saludable porque mejora el estado de ánimo y ayuda a reducir el estrés, aumenta el grado de energía y mejora la productividad de la persona, mantiene un peso adecuado, da mayor flexibilidad y mejora la capacidad para realizar las actividades de la vida diaria, reduce la probabilidad de tener una enfermedad cardíaca, y si la tiene, de tener complicaciones.

Un cambio positivo en el estilo de vida es posible con el desarrollo de habilidades para afrontar los retos diarios en el adulto medio y se fortalecen a través de:

1. La Educación.
2. El autoaprendizaje.
3. La interacción con las personas.
4. La experiencia de la vida.
5. Influencia de medios de comunicación.
6. Hábitos alimenticios adecuados.
7. Actividad Física.

Elabore un **diagrama** destacando estos puntos y coloque en cada uno de ellos las características que influyen para generar un estilo de vida saludable.



Semana 11

En la semana once de trabajo se abordarán temas relacionados con el desarrollo cognoscitivo en la adultez media, los factores físicos y sociales que tienen lugar en esta etapa de vida hacia el envejecimiento, donde suceden cambios que determinan la cognición adulta. El detalle de estos temas los puede encontrar en

el **capítulo 15: Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media**, y **capítulo 16: Desarrollo psicosocial en la adultez media**, del texto básico.

3.4. Desarrollo Cognoscitivo en la edad media

Algunos científicos del desarrollo encuentran en la adultez media cualidades distintivas en el pensamiento de los adultos maduros. Algunos que trabajan en la corriente psicométrica, afirman que los conocimientos acumulados cambian en la manera que opera la inteligencia fluida; otros, sostienen que el pensamiento maduro representa una nueva etapa del desarrollo cognoscitivo, una “forma especial de inteligencia” (Sinnott, 1996, p.361), que es la base de las habilidades maduras de trato personal y contribuyen a lograr la solución de problemas prácticos.

Los adultos maduros muestran una competencia cada vez mayor para resolver los problemas de su campo, esto gracias al **conocimiento especializado o pericia** que es una forma de inteligencia cristalizada relacionada con el proceso de encapsulación que facilita el acceso a la información, la incorporación de más información y su utilización. El **rendimiento cognoscitivo** no es el único elemento que constituye la pericia, la solución de problemas se lleva a cabo en un contexto social y la habilidad de emitir juicios expertos depende de la familiaridad con la manera de hacer las cosas, las expectativas y las exigencias de trabajo, así como también de la cultura. Muchas veces, **el pensamiento experto** parece automático e intuitivo. Este **razonamiento intuitivo** que parte de la experiencia es también característico de lo que se llama **pensamiento post formal**

La cognición en la edad media está caracterizada por el **pensamiento integrativo**, dando especial importancia a la

creatividad, trabajo y educación en esta etapa del ciclo vital. El desarrollo intelectual se modifica, la adquisición de habilidades adquiridas en la niñez y en la adolescencia se perfeccionan en la integración de estas habilidades hasta culminar en la sabiduría de la vejez. No hay una evidencia de descenso en muchas clases de funcionamiento intelectual antes de los 60 años y hay, inclusive, incremento en algunas áreas como el vocabulario, habilidades e información general - cultura -.

La gente de edad intermedia muestra una marcada ventaja para solucionar los problemas de la vida cotidiana, la cual procede de su capacidad de sintetizar su conocimiento y su experiencia. En particular, la capacidad para ignorar las distracciones disminuye gradualmente con la edad, lo que hace más difícil realizar muchas cosas al mismo tiempo (Madden y Langley, 2003; Stevens, Hasher, Chiew y Grady, 2008). Por otro lado, las diferencias individuales pueden propiciar **la creatividad** producto de contextos sociales e inclinaciones individuales que favorece la perseverancia y la superación de los obstáculos, donde el entorno no necesariamente es propicio.

3.5. Desarrollo Psicosocial en la adultez media

Se plantean algunos enfoques teóricos del cambio de la mitad de la vida que explican la existencia de una crisis en el desarrollo de la identidad, el bienestar psicológico y la salud mental positiva en la adultez media. La **crisis de la mitad de la vida** se caracteriza por el estrés intenso resultado de una revisión de la vida pasada y la constatación de no haber alcanzado ciertos objetivos o no verse como una persona realizada en ciertas áreas. En esta crisis la **resiliencia del yo** juega un papel primordial como punto decisivo para salir victorioso de las transiciones complejas y características de esta etapa psicosocial. Será esta habilidad para adaptarse

flexible e ingeniosamente a las condiciones de estrés, la que permitirá construir y darle propósito a la vida, las relaciones sociales suelen ser una fuente de bienestar y de refugio en tiempos difíciles.

Observar el siguiente video relacionado con la [Edad adulta intermedia](#) (Madrid, 2015), le permitirá realizar un recorrido por las características del desarrollo de esta etapa y reforzar sus aprendizajes en relación a las características del desarrollo físico enfatizando el funcionamiento sensorial y sexual, el desarrollo cognoscitivo y el proceso de medición de las actividades cognoscitivas, el papel de la experiencia, el desarrollo del pensamiento post formal y las particularidades y trayectoria profesional del adulto temprano.

Luego de observar el video usted ha podido identificar los enfoques teóricos del cambio del YO en la mitad de la vida en cuanto a la cognición adulta, situando este periodo del ciclo vital como una etapa de reflexión profunda y de mirar al pasado para evaluar el progreso que se ha logrado en la vida para proyectarse al siguiente periodo con una perspectiva clara y establecer dentro del desarrollo psicosocial el proceso de generatividad frente al estancamiento, el bienestar psicológico y la salud mental positiva, muy importante en esta edad.

Así hemos culminado el estudio acerca del desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media, los estilos de vida relacionados con la salud física y mental, de igual forma el desarrollo cognoscitivo en esta etapa del desarrollo humano. A continuación, se plantean algunas actividades que se recomienda realizar para reforzar sus aprendizajes.

[La edad adulta, desarrollo físico y cognoscitivo en la Adultez Media](#)

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** del desarrollo cognoscitivo en la edad media, apartado que se encuentra en el capítulo 15 de su texto básico, a través de la técnica del subrayado destaque aspectos como:

1. Peculiaridades de la cognición adulta
2. Creatividad

Elabore **un diagrama** identificando en base a estos dos criterios, el tipo de conocimiento que posee el ser humano en esta etapa del desarrollo, las características del rendimiento cognoscitivo, los tipos de pensamiento y el desarrollo de la creatividad.

Actividad 2:

Hemos concluido el estudio de los temas de la tercera unidad, le motivo para que desarrolle la autoevaluación 3 que se plantea al término de esta unidad, la misma que consta de doce preguntas.

¡Éxitos y adelante!

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Autoevaluación 3

Seleccione según corresponda la respuesta correcta a cada uno de los siguientes planteamientos

1. La adultez media en términos cronológicos comprende la etapa entre los:
 - a. 45 y 65 años de edad.
 - b. 40 a 50 años de edad.
 - c. 40 a 65 años de edad.
2. () El enfoque basado en el desarrollo de la esperanza de vida presume que la adultez media está caracterizada solo como una época de pérdidas antes que de ganancias.
3. Pérdida progresiva de la habilidad de los ojos para enfocar los objetos cercanos debido a una pérdida de la elasticidad en la lente relacionada con la edad.
 - a. Miopía.
 - b. Presbiacusia.
 - c. Presbicia.
4. Cantidad mínima de energía, por lo general medida en medidas, que el cuerpo necesita para mantener las funciones vitales en reposo. A medida que envejecemos, la cantidad de energía requerida para mantener el cuerpo disminuye, particularmente después de los 40.
 - a. Metabolismo basal.
 - b. Capacidad Vital.
 - c. Metabolismo.

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

5. () El cerebro envejece también con la edad, la capacidad para ignorar las distracciones disminuye gradualmente con la edad, lo que hace más difícil realizar muchas cosas al mismo tiempo.
6. () La sexualidad en la edad media se desarrolla con normalidad, sin cambios significativos e importantes.
7. () La salud en general es buena en la edad media, pocas personas manifiestan problemas en su salud que afectan su estilo de vida.
8. En el período denominado “crisis de la mitad de la vida” existen ciertas características de los adultos con resiliencia del yo, señale tres de ellas:
- a. Tienen conciencia de sus propias motivaciones y de su comportamiento.
 - b. Son autodestructivos
 - c. Son productivos y logran que las cosas se hagan
 - d. Se sienten engañados y victimizados por la vida
9. La plena realización del potencial humano, se llama autorrealización, y solo puede llevarse a cabo en la madurez, de acuerdo a:
- a. Freud
 - b. Maslow
 - c. Rogers

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

10. En la edad media, puede constituirse en un período de preocupaciones constantes por el incumplimiento de metas de la edad temprana, su detonante es la conciencia de la mortalidad. La denominan:
- a. Crisis en la mitad de la vida.
 - b. Cambios de personalidad en la mitad de la vida.
 - c. Etapa de revisión en la mitad de la vida.
11. () En la edad media el bienestar psicológico y salud mental positiva se relaciona con el hecho de aceptar lo que viene.
12. La habilidad para adaptarse de manera flexible e ingeniosa a las fuentes potenciales de estrés y que le permite a la persona poseer un sentido de dominio y control son más proclives a caminar con éxito en la mitad de la vida. son muy importantes, quizá de una manera diferente que antes.
- a. Resiliencia de la identidad.
 - b. Esquemas de identidad.
 - c. Resiliencia del YO.

¿Cómo le fue en su autoevaluación?

¡Espero que muy bien ¡y si no es así revise nuevamente el texto básico y su guía a fin de aclarar las dudas que tenga. No olvide además que cuenta con el apoyo de su tutor que está disponible para atender sus consultas a través del EVA o telefónicamente.

[Ir al solucionario](#)

[Índice](#)

[Primer bimestre](#)

[Segundo bimestre](#)

[Solucionario](#)

[Referencias bibliográficas](#)



Semana 12

Mediante el estudio de la cuarta unidad, usted tendrá la capacidad de identificar las características del desarrollo físico, cognoscitivo y las habilidades en el procesamiento de la información, los cambios de la memoria y la importancia de la salud mental en la adultez tardía, la longevidad y el envejecimiento, etapa posterior a la adultez media.

Reconociendo que todos llegamos a este ciclo de vida por el envejecimiento primario en el proceso gradual e inevitable del deterioro corporal que empieza a una edad temprana y continúa a lo largo de los años, y luego por el envejecimiento secundario resultado de la enfermedad, el abuso, la inactividad o estilos de vida que influyan negativamente. Existen cambios físicos y emocionales que se presentan frente a la propia muerte, a la aceptación de su muerte y la de los demás que dependen de las condiciones físicas y de salud del individuo. Estos temas los puede encontrar en el **Capítulo 17: Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía**, del texto base.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Unidad 4. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía

4.1. La vejez hoy

Varios son los factores que intervienen en la vejez, el desarrollo de la personalidad, el bienestar en esta etapa de la vida, los modelos del envejecimiento, los cambios en las relaciones interpersonales, matrimoniales y no matrimoniales; y, estilos de vida en general. Existen cambios en el desarrollo psicosocial que se ajustan a la etapa final propuesta por Erikson, es el yo frente a la desesperanza, que culmina con la virtud de la sabiduría, aceptación de la vida propia y la muerte inminente.

Erikson planteaba que las personas debían mantener una participación vital en la sociedad y que los rasgos de personalidad suelen permanecer estables en la adultez tardía, la emocionalidad tiende a ser más positiva en la vejez, pero los rasgos de personalidad pueden modificar este patrón. El uso de defensas adaptativas maduras en la adultez temprana predice el ajuste psicosocial en la vejez, la religión es una fuente importante de afrontamiento enfocado en la emoción. La conexión entre la religión y la salud, el concepto de envejecimiento exitoso y óptimo refleja la existencia de adultos mayores sanos y vitales.

4.2. Longevidad y envejecimiento

La expectativa de vida es el tiempo estadísticamente probable que una persona nacida en un momento y un lugar específico puede llegar a vivir, dada su edad y condición de salud actuales; se basa en la **longevidad** promedio, o duración real de la vida de los miembros de una población. Las mejoras de una esperanza de vida reflejan disminución de las tasas de mortalidad la proporción de la población total o de grupos de cierta edad que muere en un determinado año.

La mayor parte de los adultos mayores son jubilados, pero inician nuevas carreras o realizan un trabajo remunerado o voluntario de tiempo parcial. A menudo el retiro es un proceso escalonado, los adultos mayores tienden a sentirse más satisfechos con su trabajo y a menudo son más productivos que los más jóvenes. Los recursos económicos y sociales pueden afectar los patrones más comunes del estilo de vida, después del retiro un factor que influye es la familia, la inversión equilibrada y el esparcimiento serio. Es común que los ancianos vivan con sus hijos y nietos, en los países ricos la mayoría vive con el conyugue o solos y esto es más probable en ancianos que ancianas. El rápido crecimiento de las alternativas a la vida en una institución incluye las instalaciones de vivienda asistida y otros tipos de alojamiento grupal.

4.3. Cambios físicos en la adultez tardía

En la etapa de la vejez, se presentan diversos cambios físicos, la piel empieza a palidecer y perder elasticidad, se arruga y se reduce la masa muscular, también aparecen venas varicosas en las piernas, el cabello se adelgaza y se torna gris y el vello corporal comienza a escasear. La estatura se empieza a reducir por la atrofia de los discos entre las vértebras espinales, en algunas personas surge osteoporosis y la composición química de los huesos cambia

aumentando el riesgo a fractura. En cuanto a su sexualidad, el funcionamiento sexual depende de la actividad sexual como factor fundamental para mantener dicho funcionamiento.

4.4. Salud Física y mental en la adultez tardía

La actividad física ayuda en cada etapa del desarrollo en la adaptación de los cambios, de igual forma influye la alimentación relacionada con los estilos de vida que obedecen a la influencia socio cultural. Todos estos factores pueden ayudar a fortalecer la salud de las personas en esta edad y prevenir enfermedades crónica y discapacidades, problemas mentales y conductuales.

La convivencia social suele disminuir a esta edad, de acuerdo con la teoría de la selectividad socio emocional, los ancianos eligen pasar su tiempo con la gente que contribuye a su estabilidad emocional. La interacción social se asocia a la buena salud y la satisfacción con la vida, mientras que el aislamiento es un factor de riesgo para la mortalidad. A medida que aumenta la esperanza de vida también lo hace la expectativa potencial del matrimonio, en la vejez, más hombres que mujeres están casados, los matrimonios que se mantienen hasta la adultez tardía suelen ser satisfactorios, en cambio los adultos que nunca se casaron son menos propensos a sentirse solitarios que los divorciados o viudos, así mismo, los adultos tienen mayor probabilidad de cohabitar después del matrimonio.

4.5. Desarrollo Cognoscitivo

Con el paso de los años y aunque los cambios en las capacidades de procesamiento cognitivo puedan reflejar deterioro neurológico, existe mucha variación individual, lo que sugiere que los deterioros del funcionamiento no son inevitables y quizá puedan prevenirse.

El efecto de los cambios cognoscitivos es influido por la capacidad cognoscitiva temprana, la posición socioeconómica y el nivel educativo.

La velocidad del procesamiento, es una de las primeras en deteriorarse, se relaciona con el estado de salud, el equilibrio, el modo de andar y el desempeño de actividades cotidianas de la vida diaria. Aunque ocurren deterioros relacionados con la edad en las capacidades de procesamiento, en general los adultos mayores son menos proclives a exhibir estados de ánimo negativos y más propensos a mostrar estados de ánimo positivos, lo que disminuye este efecto.

A menudo se considera que las fallas de la memoria son un signo de envejecimiento, el deterioro de la memoria relacionado con la edad corresponde a los cambios en los diferentes sistemas de memoria de corto y largo plazo, que permiten al cerebro procesar la información para usarla en un momento posterior. En la **memoria de corto plazo** intervienen la memoria sensorial que mantiene su eficiencia a lo largo de la vida y la memoria de trabajo que pierde su capacidad de manera gradual con los años, lo que hace difícil realizar más de una tarea a la vez. En la **memoria de largo plazo** hay tres sistemas principales: memoria episódica que tiene mayor probabilidad de deteriorarse con la edad, la memoria semántica que tiene que ver con nuestro conocimiento general del mundo y muestra poco deterioro con la edad y, memoria procedimental que incluye habilidades motoras y hábitos, puede activarse sin esfuerzo consciente, la automaticidad es característica de esta memoria y es relativamente poco afectada por la edad.

Ampliando la información acerca de los cambios que suceden en la adultez tardía, le motivo a revisar el siguiente video sobre [Desarrollo social del adulto](#) (Zero.1992, 2012) que le permite observar algunos cambios que surgen en esta etapa del desarrollo humano.

A través de este video usted ha podido ver los cambios que pueden presentarse y la transición del adulto medio al tardío, las características del desarrollo físico y social, los cambios psicológicos y cognitivos con los cambios en la memoria y en los estilos de vida en función del deterioro de los diferentes sistemas de su organismo producto del envejecimiento. Cambios en la personalidad, la sabiduría como un fenómeno complejo que muestra estabilidad relativa por la experiencia en la vida, y en la salud física y mental características importantes para el bienestar emocional en la adultez tardía.

Así hemos culminado el estudio del desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía, destacando las características de la vejez, longevidad y envejecimiento, los cambios físicos, la salud física y mental y el desarrollo cognoscitivo de la adaptación a dichos cambios depende en gran parte el asumir de forma natural esta nueva etapa del desarrollo. A continuación, se plantean algunas actividades que se recomienda realizar para reforzar sus aprendizajes.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una **lectura crítica** del desarrollo físico en la adultez tardía, apartado que se encuentra en el capítulo 17 de su texto básico, a través de la técnica de lluvia de ideas enfatice los aspectos más importantes en cuanto a la longevidad y envejecimiento. Finalmente estructure un **mapa conceptual** destacando:

- Tendencias y factores en la expectativa de la vida
- Teorías de porque envejece la gente

Actividad 2:

Realice una **lectura crítica** del capítulo 17 de su texto básico, específicamente acerca de los cambios físicos en la adultez tardía, a través de la técnica del subrayado destaque aspectos como:

- Cambios orgánicos y sistémicos
- El envejecimiento del cerebro
- El funcionamiento sensorial y psicomotor
- El funcionamiento sexual
- Salud física y mental

Finalmente elabore un **cuadro sinóptico** que detalle los factores más importantes que intervienen en cada uno de estos temas.

Actividad 3:

Realice una **lectura crítica** del desarrollo cognoscitivo en la adultez tardía, apartado que se encuentra en el capítulo 17 de su texto básico, a través de la técnica de lluvia de ideas resalte los aspectos más importantes en cuanto a:

- Inteligencia y habilidades de procesamiento
- Cambios en el proceso de la memoria
- Extensión del pensamiento post formal

Finalmente estructure en base a ese detalle un **mapa conceptual** con detalle de cada uno de estos temas para una mayor comprensión.

**Semana 13**

Mediante el estudio de la cuarta unidad, estamos concluyendo los contenidos relacionados con el desarrollo físico y cognoscitivo

de la adultez y la importancia de la adaptación a los cambios y nuevos estilos de vida. Al término del estudio de estos temas, usted podrá identificar las características de la personalidad y el bienestar en esta etapa del ciclo vital, así como el desarrollo social en el envejecimiento lo que determina las relaciones personales en la vejez. Estos temas se encuentran en el **Capítulo 18: Desarrollo psicosocial en la adultez tardía**, del texto básico.

4.6. Desarrollo Psicosocial en la Adultez Tardía

En la adultez tardía, la persona puede examinar su vida, resolver sus asuntos inconclusos, decidir cómo canalizar mejor sus energías y pasar mejor el tiempo que le queda. Para Erikson, el logro mayor de la adultez tardía es el sentido de la integridad del yo, o integridad de sí mismo, un logro basado en la reflexión sobre la propia vida. En la octava y última etapa del ciclo vital, **integridad del yo frente a la desesperanza**, los adultos mayores necesitan evaluar y aceptar su vida para poder aceptar la muerte. La virtud que puede desarrollarse durante esta etapa es la **sabiduría**, un “interés informado y desapegado por la vida cuando se encara la propia muerte” (Erikson, 1985, p.61).

La emocionalidad es parte de la personalidad y predictor de la salud y bienestar, en general los adultos mayores sufren menos trastornos mentales, son más felices y se sienten más satisfechos con la vida que los adultos más jóvenes; el aumento de la felicidad al final de la vida puede reflejar en parte el valor de una perspectiva madura. Las relaciones personales en la vejez son importantes, la **teoría de la selectividad socioemocional** ofrece una explicación algo diferente de los cambios en el contacto social (Cartensen, 1991, 1995, 1996). A medida que el tiempo restante se reduce, los adultos mayores deciden pasar el tiempo con personas y llevan a cabo actividades que satisfacen sus necesidades emocionales inmediatas.

Las relaciones interpersonales en la adultez tardía presentan algunas características del desarrollo psicosocial, cuando el matrimonio se da en la vejez, podrían presentarse problemas de salud e incluso situaciones de discapacidad, aunque una relación marital cercana puede moderar los efectos psicológicos negativos de las discapacidades funcionales, reducir la ansiedad, la depresión e incrementar la autoestima, los cónyuges que deben cuidar de sus parejas discapacitadas pueden sentirse aislados, enojados y frustrados, en especial si ellos también tienen mala salud, y eso puede constituirse en un círculo vicioso, crear tensiones en el matrimonio las cuales pueden agravar su salud y las relaciones interpersonales. En las relaciones no matrimoniales, la mayoría de los ancianos son sexualmente activos, pero no esperan casarse. Los vínculos entre padres e hijos mantienen su fuerza en la vejez no son resultado de la elección mutua, los hijos proporcionan un vínculo con otros miembros de la familia, en especial con los nietos.

Debido al número cada vez mayor de adultos mayores activos y saludables, el concepto de envejecimiento ha cambiado y se denomina envejecimiento exitoso u óptimo, aunque la situación financiera, el estado emocional, las relaciones con la familia y amigos, la situación de vivienda y las situaciones de su retiro influyen en esta etapa, existe un proceso dinámico de ajustes, los recursos personales, económicos y los de las relaciones sociales influyen en la forma en la que sobrellevan esta transición.

Le motivo para que revise el siguiente video acerca de la [Psicología en la edad adulta mayor](#). (Rodríguez, 2013). Usted podrá conocer acerca de un análisis de estudio de la dimensión existencial, física y psicológica, desde un enfoque humanista de la edad tardía que nos brinda Mónica Rodríguez Zafra, profesora de la UNED a través de su libro “Psicología y Psicoterapia de la Vejez”, un enfoque humanista que permite entender esta etapa con sentido propio, aprovecharla y proyectarla a los demás. Conocer el funcionamiento físico, la cognición y el envejecimiento de los adultos tardíos permite sacar

el máximo provecho de sus capacidades, muchas veces mediante la explotación de progresos en un área para compensar disminuciones en otra, enfatizando el bienestar emocional.

Estimado estudiante, hemos culminamos con el estudio de algunos temas relacionados con la unidad 4, desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía, destacando el desarrollo psicosocial y de la personalidad, las relaciones interpersonales y el desarrollo emocional.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Realice una lectura crítica del Capítulo 18 del texto básico, acerca de la Teoría e investigación sobre el desarrollo de la personalidad y bienestar en la edad adulta, utilice la técnica del subrayado para una mejor comprensión enfatizando lo siguiente:

- Desarrollo de la personalidad
- Relaciones interpersonales
- Desarrollo emocional
- Los modelos de envejecimiento “exitoso” u “óptimo”
- Finalmente, elabore un **mapa conceptual** en base a lo propuesto.

Actividad 2:

Realice una **lectura crítica** del Capítulo 18 del texto básico, acerca de las relaciones personales en la vejez, utilice la técnica del subrayado para una mejor comprensión. Existen cambios en la adultez tardía que generan estilos de vida diferentes determinados por su personalidad, su situación financiera, su actividad física y la forma

en cómo se relacionan. Mediante un **organizador gráfico** detalle las características de estos estilos de vida dentro de los siguientes conceptos:

- Las teorías del contacto social y de apoyo
- Las relaciones sociales y su importancia
- La familia multigeneracional
- Matrimonio
- Viudez
- Divorcio y nuevas nupcias



Semana 14

En la adultez tardía existen características específicas en sus relaciones sociales, los amigos, la familia, las relaciones matrimoniales y no matrimoniales son algunos de estos tipos de relación. Por otro lado, es de gran relevancia es la muerte y el proceso de morir, como enfrentar la pérdida y la propia muerte. Al estudiar estos temas, podrá conocer como se dan los procesos de la pérdida, el manejo de la muerte y el duelo en esta etapa, así como las características de cómo enfrentar la muerte y el proceso de morir, aspectos legales y éticos del derecho a morir. Puede encontrar estos temas en el **Capítulo 19: Manejo de la muerte y el duelo**, del texto base.

4.7. Manejo de la muerte y el duelo

En el proceso de enfrentar la muerte y la pérdida, con frecuencia las personas sufren deterioros cognoscitivos y funcionales poco antes de la muerte. Elizabeth Kubler-Ross propuso cinco etapas para afrontar la muerte: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. No existe un patrón universal del proceso de aflicción, el

más estudiado pasa del choque y la incredulidad a la preocupación por el recuerdo de la persona fallecida y por último la resolución.

Existen pérdidas significativas en la vida de las personas, la comprensión y aceptación de la inminencia de la muerte aumenta durante la adultez. La salud física y mental tiende a disminuir después de la viudez, pero para algunas personas ésta puede convertirse en una experiencia positiva de desarrollo. La muerte de un padre puede precipitar cambios en el yo y en las relaciones con los otros, la pérdida de un hijo puede ser muy difícil porque no es lo que normalmente sucede.

La muerte tiene aspectos biológicos, sociales, culturales, históricos, religiosos, médicos, éticos, etc., las costumbres que rodean a la muerte y el duelo varían de manera considerable de una cultura a otra, según las perspectivas que tenga la sociedad de la naturaleza y las consecuencias de la muerte. En cuanto al “derecho de morir” algunas personas lo defienden en especial en el caso de individuos con enfermedades degenerativas crónicas. La eutanasia y el suicidio asistido se vinculan con polémicos temas éticos, médicos y legales, para evitar el sufrimiento innecesario por medio de la prolongación artificial de la vida, por lo general se permite la eutanasia pasiva con el consentimiento del paciente o con instrucciones anticipadas, sin embargo, esas instrucciones no se siguen de manera consistente.

En la actualidad, la mayoría de los hospitales cuentan con comités de ética para abordar las decisiones relativas al cuidado en el final de la vida. La controversia sobre la ayuda para morir ha dirigido la atención a la necesidad de un mejor cuidado paliativo y de entender el estado mental del paciente, es necesario considerar la diversidad social y cultural.

Le animo a observar el siguiente video sobre [Ramón Bayés](#) (Compañeros de viaje, 2013) con la finalidad de reforzar sus aprendizajes relacionados con la adultez tardía y el proceso de morir, de esta forma comprender como influye la personalidad

y la resiliencia del individuo en el modo de enfrentar estos acontecimientos, incluso cómo influye el contexto cultural y el cuidado a los moribundos. Usted podrá conocer como Ramon Bayés, psicólogo de la Universidad Autónoma de Barcelona, explica los cambios físicos y cognoscitivos que preceden a la muerte, los patrones de aflicción y cierto tipo de actitudes hacia la muerte en este ciclo vital por pérdidas significativas, y así ampliar sus conocimientos acerca de estos temas.

Así hemos culminamos con el estudio del desarrollo psicosocial y las relaciones interpersonales en la adultez tardía, las familias reconstituidas, la relación con los hijos propios y los de las nuevas parejas, un análisis general del manejo de la muerte y el duelo y algunos criterios en cuanto al “derecho a morir”.

Desarrollo físico y cognoscitivo en la Adultez Tardía



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Desarrolle la autoevaluación que se plantea al término de la presente unidad, la misma que consta de diez preguntas, finalmente puede comparar sus respuestas a través del solucionario que se adjunta al final de la guía.

¡Éxitos y adelante!



Autoevaluación 4

Seleccione según corresponda la respuesta correcta a cada uno de los siguientes planteamientos.

1. La adultez tardía es la etapa del desarrollo del ser humano que empieza a partir de:
 - a. 50 años de edad
 - b. 60 años de edad
 - c. 70 años de edad
2. A medida que envejecemos, nos movemos más lento, aparecen las arrugas y empezamos a sentir los efectos de las distintas afecciones o enfermedades crónicas, este proceso es conocido como:
 - a. Senectud
 - b. Deterioro
 - c. Longevidad
3. El factor más importante de la sexualidad en la vejez tardía para mantener el funcionamiento sexual es:
 - a. Actividad sexual pausada
 - b. Actividad sexual esporádica
 - c. Actividad sexual continua
4. Contempla el estudio de los ancianos y de los procesos de envejecimiento.
 - a. Pediatría
 - b. Hebeatría
 - c. Gerontología

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

5. Las teorías que sostienen que el cuerpo humano no envejece de acuerdo con instrucciones incorporadas en los genes y que el envejecimiento es una etapa anormal del desarrollo
- a. Teorías de programación genética
 - b. Teorías del desarrollo humano.
 - c. Teorías de tendencias en expectativas de vida.
6. () La memoria procedimental incluye habilidades motoras y hábitos que una vez aprendidos pueden activarse sin esfuerzo consciente.
7. () Los adultos mayores sufren más trastornos mentales, son menos felices se sienten menos satisfechos con la vida que los adultos más jóvenes
8. () La teoría de la continuidad enfatiza la necesidad de las personas de mantener una conexión del pasado con el presente y la actividad se considera importante pero no por sí misma sino en la medida que representa la continuación de un estilo de vida
9. () Al envejecer, es común que los adultos experimenten diversos deterioros perceptuales incluyendo problemas auditivos y visuales
10. () A las personas resilientes les cuesta adaptarse a nuevos grupos sociales e incluso a situaciones nuevas
11. () La comprensión y aceptación de la inminencia de la muerte aumenta durante la adultez

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

12. () La recapitulación de la vida ayuda a la gente a prepararse para la muerte y le da una última oportunidad de completar tareas inconclusas.

[Ir al solucionario](#)

[Índice](#)

[Primer bimestre](#)

[Segundo bimestre](#)

[Solucionario](#)

[Referencias bibliográficas](#)



Actividades finales del bimestre



Semana 15

En la presente semana, se cumple una retroalimentación de aprendizajes de los temas propuestos en las unidades tres y cuatro del segundo bimestre. Hemos realizado un recorrido desde la adultez media a la adultez tardía lo que nos ha permitido establecer las características del desarrollo en los aspectos físico, psicológico y social que influyen y determinan la evolución del ser humano en estas etapas. Estos temas se encuentran en los Capítulos 15 y 16 de su texto básico.

Unidad 3. La edad adulta. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media.

Unidad 4. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía.

Apreciado estudiante, dedique esta semana a terminar de estudiar los temas revisados durante el segundo bimestre. Es decir, los contenidos relacionados con la tercera unidad, apóyese en los recursos educativos elaborados en el estudio de cada semana, además del texto básico, la bibliografía complementaria y los recursos disponibles en la plataforma.

[Desarrollo evolutivo de una persona](#)

Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Revise los contenidos de los capítulos 15 y 16 del texto básico correspondiente al segundo bimestre de acuerdo a las orientaciones metodológicas que se han realizado cada semana para que refuerce aprendizajes.



Semana 16

Unidad 3. La edad adulta. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media.

Unidad 4. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía.

Apreciado estudiante, dedique esta semana a terminar de estudiar los temas revisados durante el segundo bimestre. Es decir, los contenidos relacionados con la cuarta unidad, apóyese en los recursos educativos elaborados en el estudio de cada semana, además del texto básico, la bibliografía complementaria y los recursos disponibles en la plataforma.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1:

Revise los contenidos de los capítulos 17, 18 y 19 del texto básico correspondiente al segundo bimestre de acuerdo a las orientaciones metodológicas que se han realizado cada semana para que refuerce aprendizajes.

[Índice](#)[Primer bimestre](#)[Segundo bimestre](#)[Solucionario](#)[Referencias bibliográficas](#)



4. Solucionario

Primer bimestre

Desarrollo evolutivo de la adolescencia, factores físicos, psicológicos y sociales.

Autoevaluación 1		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	a	Entre los 11 y 19 años de edad transcurre la etapa de transición entre la niñez y la adultez conocida como Adolescencia
2	b	La pubertad es el proceso mediante el cual una persona alcanza la madurez física.
3	b	Las características sexuales primarias son los órganos necesarios para la reproducción, que en la mujer son los ovarios, las trompas de Falopio, el útero, el clítoris y la vagina. En el hombre incluyen los testículos, el pene, el escroto, las vesículas seminales y la próstata. Durante la pubertad esos órganos se agrandan y maduran.
4	b	Las características sexuales secundarias son signos fisiológicos de la maduración sexual que no involucran de manera directa a los órganos sexuales, por ejemplo, los senos en las mujeres y los hombros anchos de los varones, cambios en la voz y en la textura de la piel, el desarrollo muscular y el crecimiento de vello púbico, facial, axilar y corporal.

Autoevaluación 1		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
5	v	El cerebro adolescente todavía no ha terminado de madurar, los adolescentes procesan la información sobre las emociones con la amígdala, mientras que los adultos usan el lóbulo frontal, por consiguiente, suelen hacer juicios menos exactos y menos razonados.
6	v	La familia y la comunidad representan un apoyo fundamental en el desarrollo de los adolescentes, ellos dependen de su familia, su comunidad, su escuela, sus servicios de salud y su lugar de trabajo para adquirir competencias importantes que pueden ayudarles a hacer frente a las presiones que experimentan y hacer una transición satisfactoria de la infancia a la edad adulta.
7	c	En la adolescencia para Erikson, la principal tarea es confrontar la crisis de identidad es decir a la identificación del adolescente consigo mismo
8	v	La orientación sexual parece ser influenciada por una interacción de factores biológico y ambientales y ser, al menos en parte, genética.
9	a	La actividad sexual de los adolescentes siempre implica riesgos de embarazo e infecciones de transmisión sexual, los adolescentes tempranos son el grupo de mayor riesgo.
10	v	La delincuencia crónica surge de la conducta antisocial de inicio temprano. Se asocia con la interacción de múltiples factores de riesgo, que incluyen una crianza ineficaz, fracaso escolar, influencia de los iguales y del vecindario, y baja posición socioeconómica.
11	f	Los problemas de salud de los adolescentes están asociados a varios factores de influencia, la familia es uno de ellos, su círculos familiar, las relaciones interpersonales con los otros iguales y la comunidad, además la pobreza, de estilos de vida inadecuados, no realizar actividad física, no dormir lo necesario, preocupaciones por su imagen corporal, dificultades con su alimentación entre otros.

Autoevaluación 1		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
12	a	La búsqueda de la identidad, la cual tiene componentes ocupacionales, sexuales y de valores. Erik Erikson describió el conflicto psicosocial de la adolescencia como identidad frente a confusión de la identidad. La virtud que debe existir de este conflicto es la fidelidad.

[Ir a la autoevaluación](#)

Desarrollo físico, cognoscitivo en la adultez emergente y temprana.

Autoevaluación 2		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	c	Algunos científicos del desarrollo sugieren que la adultez emergente es una etapa distinta del curso de la vida, una etapa exploratoria, época de posibilidades, una oportunidad para probar nuevas y diferentes formas de vida. En esencia es un período en el que los jóvenes ya no son adolescentes pero todavía no se han asentado en los roles adultos.
2	b	Los factores conductuales pueden influir de forma negativa o positiva en las condiciones de salud y condición física en la adultez emergente, estos factores están determinados por la dieta y nutrición que forma parte de los estilos de vida, pudiendo existir algunos trastornos alimenticios que pueden llevar a situaciones de obesidad y sobrepeso, la falta de actividad física y situaciones de estrés también pueden influir en la salud, así como el tabaquismo, y el consumo de alcohol.
3	c	Para la mayoría de los adultos emergentes, la salud mental y el bienestar mejoran y los problemas de conducta disminuyen. Sin embargo, al mismo tiempo se incrementa la incidencia de trastornos psicológicos como la depresión mayor, la esquizofrenia y los trastornos bipolares. Problemas afectados por el alcoholismo, consumo y abuso de drogas y depresión.
4	d	Suelen tener más parejas sexuales que grupos de mayor edad, pero tienen sexo con menos frecuencia, el sexo casual es bastante común, pueden existir ataques sexuales a mujeres por conductas de riesgo asociadas al consumo de alcohol o drogas, menos críticos y prejuiciosos a la actividad sexual, existe una doble moral orientada a la libertad sexual más de hombres que de mujeres, la mayoría tienen clara su identidad sexual y la declaran a los demás.

Autoevaluación 2		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
5	b	La capacidad para el pensamiento reflexivo parece surgir entre los 20 y 25 años de edad. Sólo entonces las regiones completamente mielinizadas de la corteza cerebral pueden manejar el pensamiento de nivel superior, al mismo tiempo que el cerebro forma nuevas neuronas, sinapsis y conexiones dendríticas.
6	c	El miento es el proceso que fundamenta el cambio a una identidad adulta. Es la principal tarea de la adultez emergente, es un proceso de tres etapas donde el poder, la responsabilidad y la toma de decisiones pasa gradualmente de la familia de origen al adulto temprano independiente: el comienzo de la adultez emergente, durante la adultez emergente y hacia los 30 años el paso a la adultez temprana e independencia de la familia de origen.,
7	v	La adultez emergente es una época de experimentación antes de asumir los roles y responsabilidades de los adultos
8	f	Resiliencia es la capacidad dinámica para modificar el nivel de control del yo en respuestas a influencias medio ambientales y contextuales.
9	f	El autocontrol y autorregulación de los impulsos se denomina control del yo
10	v	La adultez temprana representa un momento decisivo en el que se cristaliza de manera gradual los compromisos del papel del adulto
11	f	En la etapa tres hacia el recentramiento, hacia los 25 años, el individuo pasa a la adultez temprana, existe la independencia de la familia de origen, y la dedicación a una carrera, pareja y, posiblemente los hijos.
12	v	La adultez emergente permite una moratoria, un período en que la gente joven se libera de las presiones de establecer compromisos duraderos.

Ir a la
autoevaluación

Segundo bimestre

La edad adulta. Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez media.

Autoevaluación 3		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	c	La adultez media en términos cronológicos, comprende la etapa entre los 40 y 65 años de edad, aunque esta definición es arbitraria pues no hay un consenso sobre cuando empieza o termina ni sobre hechos biológicos o sociales que determinen sus límites.
2	v	El enfoque basado en el desarrollo de la esperanza de vida presume que la adultez media está caracterizada no solo como una época de pérdidas sino también como una época de ganancias.
3	c	Pérdida progresiva de la habilidad de los ojos para enfocar los objetos cercanos debido a una pérdida de la elasticidad en la lente relacionada con la edad.
4	a	El metabolismo basal es la cantidad mínima de energía, por lo general medida en medidas, que el cuerpo necesita para mantener las funciones vitales en reposo. A medida que envejecemos, la cantidad de energía requerida para mantener el cuerpo disminuye, particularmente después de los 40.
5	v	El cerebro envejece también con la edad, la capacidad para ignorar las distracciones disminuye gradualmente con la edad, lo que hace más difícil realizar muchas cosas al mismo tiempo.
6	f	La sexualidad en la edad media se desarrolla con normalidad, sin cambios significativos e importantes.
7	f	La salud en general es buena en la edad media, en algunas personas sin embargo de acuerdo a las condiciones de vida en esta etapa podrían presentarse limitaciones de salud y que limitan un buen estilo de vida.

Autoevaluación 3		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
8	a,c,d,	La referencia se puede visualizar en la Tabla 16 - 2 Características de los adultos con resiliencia del yo, con el detalle de los rasgos más característicos frente a los rasgos menos característicos. Fuente: Adaptado de Block, 1991, según su reproducción en Klohnen, 1996.
9	b	Abraham Maslow (1968), la plena realización del potencial humano a la que llamó autorrealización, solo puede llevarse a cabo en la madurez
10	a	La crisis de la mitad de la vida puede constituirse en un período de mejor realización y planeación, por la revisión y la revaloración de la vida personal y replanteamiento de metas. Existen cambios de personalidad y los estilos de vida y su detonante es la conciencia de la mortalidad (Jaques, 1967).
11	v	En la edad media el bienestar psicológico y salud mental positiva se relaciona con el hecho de aceptar lo que viene.
12	c	Las personas que poseen resiliencia del yo considerada como la habilidad para adaptarse de manera flexible e ingeniosa a las fuentes potenciales de estrés y que le permite a la persona poseer un sentido de dominio y control son más proclives a caminar con éxito en la mitad de la vida.

Ir a la
autoevaluación

Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez tardía.

Autoevaluación 4		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	b	60 años de edad pues antes de ello está la adultez media.
2	a	Senectud porque se experimenta un deterioro cognitivo, físico y psicológico
3	c	Actividad sexual continua a lo largo de los años.
4	c	La gerontología contempla el estudio de los ancianos y de los procesos de envejecimiento.
5	a	Las teorías de programación genética, sostienen que el cuerpo humano envejece de acuerdo con instrucciones incorporadas en los genes y que el envejecimiento es una etapa anormal del desarrollo.
6	v	La memoria procedimental incluye habilidades motoras (como montar bicicleta) y hábitos (tomar una calle particular para volver a casa) que una vez aprendidos pueden activarse sin esfuerzo consciente. Actúa la automaticidad características de la memoria procedimental.
7	f	Los adultos mayores no necesariamente sufren más trastornos mentales, muchos de ellos se sienten felices y satisfechos con la vida que los adultos más jóvenes.
8	v	La teoría de la continuidad enfatiza la necesidad de las personas de mantener una conexión del pasado con el presente y la actividad se considera importante pero no por sí misma sino en la medida que representa la continuación de un estilo de vida
9	v	Al envejecer, es común que los adultos experimenten diversos deterioros perceptuales incluyendo problemas auditivos y visuales debido a sus condiciones de deterioro general del cuerpo.
10	f	La resiliencia es la capacidad de superar las adversidades y salir fortalecido. Las personas resilientes se adaptan con facilidad a los cambios y se integran a nuevas situaciones o grupos sociales.

Autoevaluación 4		
Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
11	v	La comprensión y aceptación de la inminencia de la muerte aumenta durante la adultez
12	v	La recapitulación de la vida ayuda a la gente a prepararse para la muerte y le da una última oportunidad de completar tareas inconclusas.

[Ir a la autoevaluación](#)

[Índice](#)

[Primer bimestre](#)

[Segundo bimestre](#)

[Solucionario](#)

[Referencias bibliográficas](#)



Índice

Primer
bimestre

Segundo
bimestre

Solucionario

Referencias
bibliográficas

5. Referencias bibliográficas

- Alonso Galbán, P., Sansó Soberats, F. J., Díaz-Canel Navarro, A. M., Carrasco García, M., & Oliva, T. (2007). Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor. *Revista cubana de salud pública*, 33. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662007000100010
- Aranda, C., Pando, M., Flores, M., & García, T. (2001). Depresión y redes sociales de apoyo en el adulto mayor institucionalizado de la zona metropolitana de Guadalajara, Jalisco. *Revista Psiquiatría Facultad de Medicina Barna*, 28(2), 70.
- Bayés, R. [Compañeros de Viaje]. (2013, Septiembre 11). Ramón Bayés, [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=x8fTeormvs4&feature=youtu.be>
- Cerquera, C, A. M. (2008). Relación entre los procesos cognitivos y el nivel de depresión en las adultas mayores institucionalizadas en el asilo San Antonio de Bucaramanga. *Universitas Psychologica*, 7(1), 271-281.
- Cloniniger, C. Susan. (2003). *Teorías de la personalidad*. México. Prentice Hall.
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia*. Ediciones Morata.

Cornachione, L. M (2006). *Vejez Psicología del Desarrollo*. Argentina: Editorial Brujas.

Delgado, A., Sánchez, M. C., Galindo, I., Pérez, C., & Duque, M. J. (2001). Actitudes de las mujeres ante la menopausia y variables predictoras. *Atención primaria*, 27(1), 3-11.

Espinosa, V. (2017). *Plan Nacional de Salud Sexual y Reproductiva*. Recuperado de: http://ecuador.unfpa.org/sites/default/files/pubpdf/PLANNACIONAL_2017-2021.

Freixas, A. (1997). Envejecimiento y género: otras perspectivas necesarias. *Anuario de psicología*, 73(3), 1-42.

Gómez. (s.f). Desarrollo físico y sexual en la adolescencia. *Sociedad Peruana de Pediatría*. Recuperado de <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/CRECIMIENTO%20Y%20DESARROLLO%20DAJ.pdf>

Guzmán, J. M., Huenchuan, S., & Montes de Oca, V. (2003). Redes de apoyo social de las personas mayores: marco conceptual. *Notas de población*, 77, 35-70.

Lagarde, M. (2016). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Siglo XXI Editores México

Ortiz, M. J., Sánchez, F. L., Rebollo, M. J. F., & Etxebarria, I. (2013). *Desarrollo afectivo y social*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Madrid, M. [Manuel Madrid]. (2015, Octubre 26). Edad Adulta Intermedia. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=kWrOsHyF9ak&feature=youtu.be>

Martí, E., Onrubia, J., Fierro, Alfredo, M., García M., y De Gispert, I. (1997). *Psicología del desarrollo. El mundo del adolescente*. Barcelona: Horsori.

Meléndez, J., Aleixandre, M., & Saez, N. (1993). Análisis de la evolución de la satisfacción marital durante el periodo de la edad adulta y tercera edad. In 2ND. *International Conference of Psychological Intervention and Human Development: Educational and community Intervention*. Recuperado de <https://www.uv.es/~melendez/envejecimiento/Cong%20Evo%20satisf%20marital.pdf>

OMS (2011). Salud de la Madre, el recién nacido, el niño y el adolescente. *Departamento de Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente de la Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2017). *Desarrollo Humano*. México: McGraw - Hill.

Kail, R., y Cavanaugh, J. (2015). *Desarrollo Humano. Una perspectiva del ciclo vital*. México D.F : Cengage Learning

Ramos, M. [Marce Ramos]. (2016, Octubre 14). Salud en la Edad Adulta Intermedia [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=2xq2OrUPQGU>

Rodríguez, M. [Airam Vadillo]. (2013, Julio 1). Psicología en la edad adulta mayor. Monica Rodriguez Zafra [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=gzyHLdkOXUo&feature=youtu.be>

Zero.1992a. [Arbeláez, J]. (2012, Noviembre 9). Desarrollo Social del Adulto (Vídeo introductor) [Loquendo] [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=&feature=youtu.be>