

ADULTEZ INTERMEDIA DESARROLLO FISICO

RAÚL GÓMEZ SILVA SUÁREZ

ADULTEZ INTERMEDIA

La adultez intermedia, que es la edad comprendida entre los 40 a 65 años, se evidencia con claridad el proceso de envejecimiento. La adultez intermedia es un proceso complejo, el cual está probablemente definido por una serie de sucesos que aún no han sido totalmente explicados, dentro de los que se describen errores o daños fortuitos del vivir o de sucesos de desarrollo programado y ordenado genéticamente. Sin embargo, es muy importante tener presente que todo este proceso está influido por el estilo de vida del presente y del pasado.

Esta etapa de la vida se caracteriza por una serie de cambios físicos y biológicos tanto en el hombre como en la mujer.

Cambios físicos:

- * Aparecen canas y el cabello se adelgaza; se presenta la calvicie y la sequedad cutánea (arrugas).
- * Disminución de la fuerza muscular y de la velocidad de reacción.
- * Acumulación de tejido adiposo en determinados sectores del cuerpo.
- * Después de los 45 años se pierde el sentido del tacto.
- * Se pierde la nitidez en la visión.
- * Se inicia la pérdida de la visión gradualmente.
- * la sensibilidad del gusto comienza a perderse a mitad de la vida.
- * La piel pierde su tersura y suavidad.
- * Disminuye la estatura y se aumenta el peso corporal.



• En la mujer:

Físicamente, en la mujer se vive la menopausia (45-50) y el climaterio, en donde hay transformaciones biopsicosociales.

Aquí si se da la pérdida de una función: la capacidad reproductora. Como consecuencia se produce el mal genio, la falta de energía. Hay un desajuste en relación al equilibrio anterior. Se da la sintomatología física (cambios) y psicológica: “me estoy poniendo vieja, ya no puedo tener más hijos”.



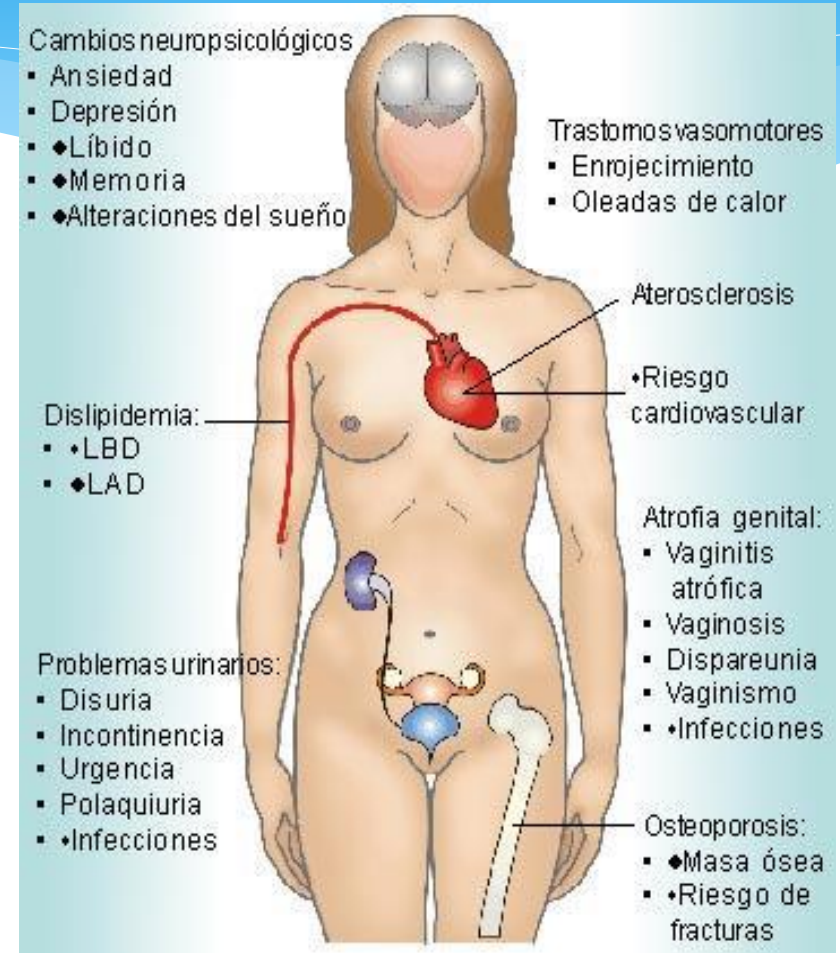
Menopausia:

- * Es la disminución de la producción de hormonas sexuales (estrógenos y progesterona), por lo que cesa la ovulación, menstruación y la capacidad reproductora.



Climaterio:

- * Es el lapso de tiempo de entre 2 a 5 años durante los cuales el cuerpo de la mujer experimenta los diversos cambios fisiológicos que implica la menopausia.
- * La mujer va a vivir mucho mejor aceptando la vejez, siempre que no haya centrado su autoestima en el atractivo físico.



En el Hombre:

Andropausia en los hombres: disminución de la hormona masculina (testosterona).

Disminución en la cantidad de espermatozoides y su velocidad. Disminuye la frecuencia de las relaciones sexuales, ya que puede llegar a padecer de disfunción eréctil.

Con la pérdida de la testosterona se da una cierta inestabilidad sexual, se requiere más estimulación y apoyo de parte de la pareja.



Bibliografía

- * <http://www.slideshare.net/martindecortes/cambios-fsicos-en-la-edad-adulta-intermedia>