

# **MATERIAL DE TRABAJO**

## **INTRODUCCIÓN A LA GERONTOLOGÍA**

**Centro Cultural Lumen, A.C.**

**Nombre del Profesor:**

Lic. Heriberto Flores Sandoval



## INDICE

	Pág.
Presentación	3
Unidad I. Situación actual de la Gerontología	5
Tema 1. Conceptos básicos de Gerontología	6
Tema 2. Áreas de acción, enlaces y perspectivas	10
Tema 3. Enfoques teóricos del Envejecimiento	15
Tema 4. Envejecimiento de la población de México y el mundo	18
Unidad II. Visión multidisciplinaria de la Gerontología	22
Tema 1. Aspectos sociales	23
Tema 2. Aspectos físicos	26
Tema 3. Aspectos psicológicos	28
Tema 4. Aspectos espirituales	31
Unidad III. Consecuencias del envejecimiento en la vida del adulto mayor	33
Tema 1. Jubilación y su fundamentación legal	34
Tema 2. Pérdida del bienestar económico	36
Tema 3. Roles sociales del adulto mayor	39
Unidad IV. Consecuencias físicas y psicológicas del envejecimiento	42
Tema 1. Impacto físico y psicológico	43

## PRESENTACIÓN

Hola querido lector, te damos la más cordial bienvenida al Libro de Trabajo de la materia Introducción a la Gerontología que forma parte de la capacitación para la atención y acompañamiento del Adulto Mayor. El propósito principal de esta formación es proveer de los fundamentos esenciales del quehacer del cuidador del adulto mayor.

Este libro te ayudará a diferenciar los conceptos de gerontología y geriatría, a profundizar en los diversos factores que influyen en el proceso de envejecer, y a reflexionar sobre la situación actual y futura del envejecimiento en México y en el mundo, y así entender que el aumento de la población de adultos mayores nos enfrenta a retos que como sociedad no habíamos vivido.

Este libro contiene cuatro unidades y temas. La Unidad I: Situación actual de la Gerontología, incluye seis temas. El primero contiene una definición de conceptos: gerontología geriatría y lexicografía; en el segundo se describen áreas de acción, enlaces y perspectivas de esta disciplina. El tercero es la Teoría del Envejecimiento; el cuarto la Epidemiología de la vejez; el quinto, el Envejecimiento de la población en México; y por último el sexto, el Envejecimiento de la población en el mundo.

La Unidad II: Visión multidisciplinaria de la Gerontología, se divide en cuatro temas: 1) Aspectos sociales; 2) Aspectos físicos; 3) Aspectos psicológicos y 4) Aspectos espirituales. La Unidad III: Aspectos sociales del envejecimiento, está dividida en tres temas: Jubilación, Pérdida del bienestar económico y Roles sociales del adulto mayor y los derechos humanos del adulto mayor, dichos temas nos servirán para identificar los factores sociales que inciden en la vejez.

En la cuarta Unidad: Aspectos físicos y psicológicos del envejecimiento y su marco legal, esta unidad está dividida en tres temas: Impacto de la enfermedad física en el adulto mayor, cambios psicológicos en el envejecimiento y políticas públicas y la aplicación actual en nuestra sociedad.

Para un mejor estudio del contenido del libro, te recomendamos:

- Hojear los materiales de todas las unidades y los temas. Enseguida lee los propósitos de cada unidad y tema. Pues es muy importante saber qué y para qué vamos a realizar las actividades.
- Tener objetivos y metas propuestos para una mayor claridad de lo que queremos.
- Contestar las preguntas y realizar las actividades iniciales tomando en cuenta tus experiencias; recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas en lo relativo a tus experiencias y opiniones. Del cuidado con el que reflexiones y respuestas dependerá tu aprendizaje.
- Aplicar y vivir los conocimientos según cada una de nuestra experiencia de vida.

En la etapa de la vejez, muchas personas viven de una manera que no esperaban y de eso se trata esta guía, que veamos y descubramos al Adulto Mayor.

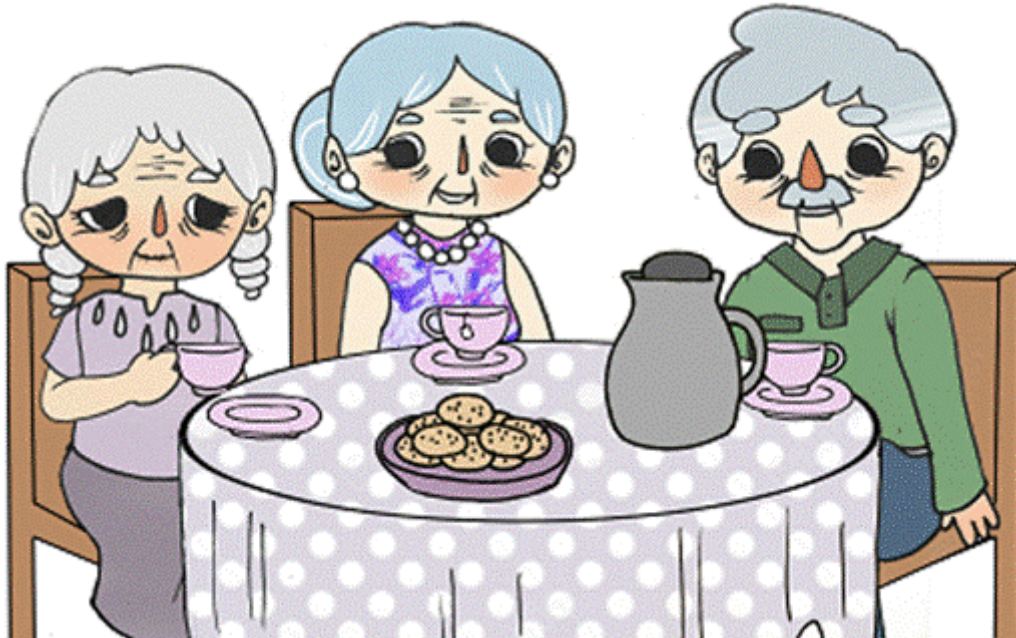
Te sugerimos leer con calma cada palabra y frase; comenta con los integrantes del grupo, tu familia, amigos, personas cercanas y maestro para no quedarnos con dudas y realiza los ejercicios de este nuevo material que ponemos en tus manos.

***La prevención y cuidado personal es más importante que la prevención y el cuidado médico. Dra. Linda Gottfredson.***

***No podemos vivir el atardecer de la vida con el mismo programa de la mañana.***

***C. Jung***

## Unidad 1. Situación actual de la Gerontología.



**Figura 1 (Fernández, 2019)**

En la actualidad México se considera un país de jóvenes, sin embargo, se presenta un proceso de envejecimiento moderado de su población. Lo que lleva un crecimiento de la cantidad total de adultos mayores en nuestro país. Conforme las personas se transforman, se cambian los tiempos, la forma de vida y ciertamente hoy, nos encontramos frente al crecimiento de población del Adulto Mayor y este crecimiento de la población traerá grandes cambios y retos en la transformación de la estructura y forma de vida de toda la población.

Nos disponemos a conocer todo el panorama que te ayudara a comprender porque llamamos a este material Gerontología Social.

## TEMA 1. CONCEPTOS BÁSICOS DE LA GERONTOLOGÍA.

Objetivo de aprendizaje: Al término de este tema, conocerás las diferencias entre Gerontología y Geriatria, las teorías que explican el envejecimiento, el campo de acción de esta disciplina y la situación actual del envejecimiento en el mundo. Así mismo podrás reflexionar que el uso de expresiones despectivas acerca de la vejez está relacionado con el lugar que la sociedad otorga al Adulto Mayor.

### 1. Reflexiona.

¿Qué te sugiere el texto?

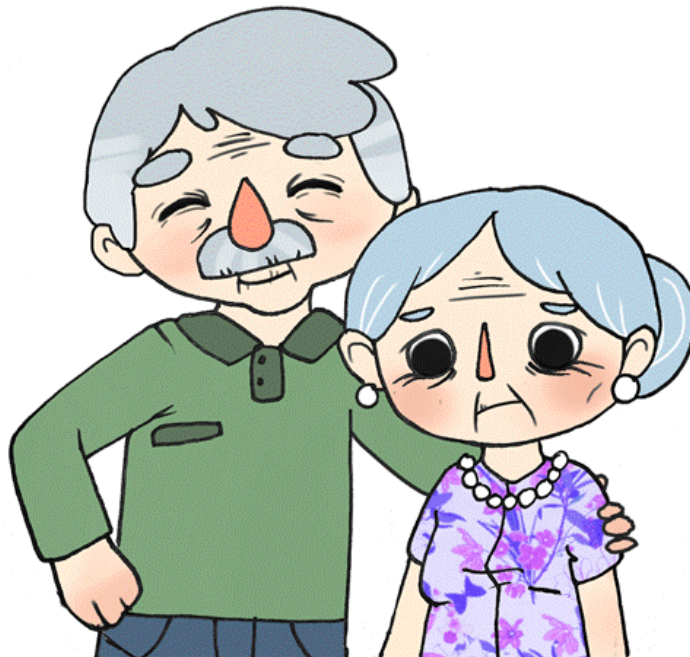


Figura 2 Fernández, 2019)

Don Panchito de 76 años está casado con doña Juanita de 74 años, desde hace cincuenta años viven en la colonia La Sierra, en Guadalupe, Nuevo León. Ellos tienen una tienda de abarrotes que los ha mantenido a ellos y a su familia, actualmente viven solos porque sus tres hijos ya están casados. Doña Juanita padece de diabetes y don Panchito hipertensión y utiliza aparato auditivo para escuchar mejor. Han mantenido en control sus enfermedades porque siguen las indicaciones de su médico. Ellos tienen un grupo de amigos y vecinos más o menos de su misma edad con los que se reúnen para convivir. Algunas veces doña Juanita y don Panchito los reciben en su

casa pueden ser para ver futbol, o jugar cartas o lotería o solo para platicar. Debido a su edad, hay momentos en los cuales don Panchito siente cansancio al atender la tienda, pero sus hijos no pueden apoyarlo porque se encuentran trabajando. Hasta ahora don Panchito ha contado con la salud necesaria para hacerse cargo de sus clientes y proveedores, pero le preocupa pensar que, si tuviera que cerrar la tienda se quedaría sin ingresos para él y su esposa.

## 2. Reflexiona

¿Quién es don Panchito y a qué se dedica?

---

---

---

¿Quién es doña Juanita y qué padecimientos tiene?

---

---

---

¿Crees que don Panchito y doña Juanita son tratados con respecto y cariño por sus hijos, clientes y vecinos?

---

---

---

3. Para continuar con nuestro tema, escribe en las líneas siguientes lo que piensas cuando escuchas las siguientes palabras: Vejez y Envejecimiento. Lo que escribas no estará mal, pues estamos compartiendo lo que sabemos o podremos saber.

Escribe las primeras palabras en las que piensas cuando lees o escuchas la palabra vejez.

---

---

---

---

Ahora escribe lo que significa para ti la palabra Envejecimiento:

---

---

---

---

4. Responde lo siguiente.

Escribe una equis (x) dentro del paréntesis donde creas que la respuesta es correcta

a) ¿Consideras que existe diferencia entre vejez y envejecimiento?

SI ( ) NO ( )

b) ¿Cuál es la diferencia entre vejez y envejecimiento?

---

---

c) Ahora observa en tu comunidad o colonia, a los adultos mayores que viven solos y a los que viven con su familia y menciona tres diferencias que cualquier persona puede notar entre ellos

---

---

---

---

---

---

¿qué hace la Gerontología? Y distinguir la diferencia entre gerontología y geriatría.

---

---

---

---

---

5. Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los diferentes significados que se asignan a los conceptos de vejez y viejo??

---

---

---

6. Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

## Tema 2. Áreas de acción, enlaces y perspectivas

Gerontología es el estudio del envejecimiento normal en lo biológico, psicológico y social; y “Geriatría”, al estudio de las modalidades del envejecimiento y las enfermedades que aparecen durante este proceso. Este tema está preparado para que puedas conocer los campos de acción de la Gerontología y logres diferenciar su quehacer profesional del correspondiente a la geriatría. También podrás profundizar en las relaciones de la Gerontología con otras ramas de la ciencia

### 1. Reflexionar:

¿Qué te sugiere el texto?

En estas últimas dos semanas Don Julio un amigo de Panchito se ha sentido un poco mal, se siente cansando, sin ganas de caminar o hablar, se encuentra triste y sin motivo alguno. Don Julio es un hombre de 70 años que vive con su hijo César,



(Fernández, 2019)

quien está casado y tiene dos hijos, como don Julio es una persona de buen carácter y amable con los demás su hijo se preocupó por sus malestares y por el cambio de carácter que ha mostrado. Lo llevo con el médico familiar de la Clínica del Seguro Social, una vez que el doctor lo revisó, le indicó que se hiciera estudios de laboratorio, porque necesita tener más información sobre su estado de salud e identificar la

enfermedad que padece. El médico les explica que si después de los estudios de laboratorio encuentra alguna enfermedad lo va a enviar con un médico geriatra porque está especializado en atender las enfermedades de los adultos mayores. En cambio, si los resultados indican que don Julio no padece alguna enfermedad, su recomendación será que César lleve a don Julio a la casa club del DIF que funciona durante el día para que pueda convivir con personas de su edad, o si la economía de Cesar lo permite, puede contratar un cuidador especializado en la atención de adultos mayores. Una vez que los estudios de laboratorio indicaron que don Julio estaba sano sin ninguna enfermedad, César tomó la decisión de llevar a su papá a la casa club del DIF, piensa que, si ve cambios favorables en su papá, seguirá asistiendo, pero si no es así, procederá a buscar a un cuidador para que atienda a su papá.

## 2. Reflexionar:

¿Quiénes son don Julio y César?

---

---

---

---

¿Por qué se encuentra preocupado César?

---

---

---

## 3. Aprender

Lee el área de acción: Estudios del envejecimiento y responde a las siguientes preguntas:

¿Qué se entiende por vejez y por envejecimiento?

---

---

---

---

¿En qué época habrá más adultos mayores? Y ¿Qué retos enfrentará México con este aumento en la población de adultos mayores?

---

---

---

¿Cuál de las áreas de acción consideras que brinda más beneficios a los adultos mayores y por qué consideras que esta sea la mejor?

---

---

---

---

**Ejercicio:** lee la siguiente historia y con tus propias palabras di qué es para ti el envejecimiento patológico.



*Había una vez unos reyes que tuvieron una hija. Para celebrar su nacimiento invitaron a toda la corte. Los invitados le obsequiaron con todo tipo de regalos, incluyendo la inteligencia, la bondad, la tenacidad, la belleza, que fueron un regalo de las hadas buenas del bosque. Solo una malvada bruja, por no ser invitada, lanzó una maldición: cuando por primera vez abra los ojos, muchos males caerán en su cuerpo, conforme vaya creciendo sufrirá. La pena recorrió la estancia y el frío inundó los corazones de los presentes. Sólo la intervención de las hadas buenas cambió la maldición: llevar una vida sana le dará una buena vejez y todos los males reducirá.*

La hija de los reyes conoció a un gran amigo que le explicaba los cambios anatómicos y fisiológicos de los tejidos y los órganos enfermos, así como los síntomas y signos a través de los cuales se manifiestan las enfermedades y las causas que las producen.

La bruja son los malos cuidados en la alimentación, el estrés, los riesgos vividos en la vida, la falta de cuidados personales.

La corte es la buena salud.

Las buenas hadas son la medicina y sus avances para el bien de la humanidad.

La hija de los reyes somos cada uno de nosotros.

Abrir los ojos es la exposición que tenemos frente a bacterias y virus.

El gran amigo es un doctor.

¿Qué podemos entender por la palabra patología es decir “enfermedad”? y ¿Qué podemos entender por envejecimiento patológico?

---

---

---

---

La Gerontología, requiere de otras ciencias y disciplinas para poder integrar la visión respecto al Adulto Mayor. ¿Cómo ayudan otras ciencias a brindar una mejor calidad de vida al adulto mayor? menciona un ejemplo

---

---

---

---

¿Cuál de las perspectivas de la Gerontología pueden ayudar a integrar a los adultos mayores a tener un papel más activo en la sociedad y por qué crees que esa sea la mejor perspectiva?

---

---

---

---

### 3. Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los diferentes significados que se asignan a los conceptos de vejez y viejo??

---

---

---

4. Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

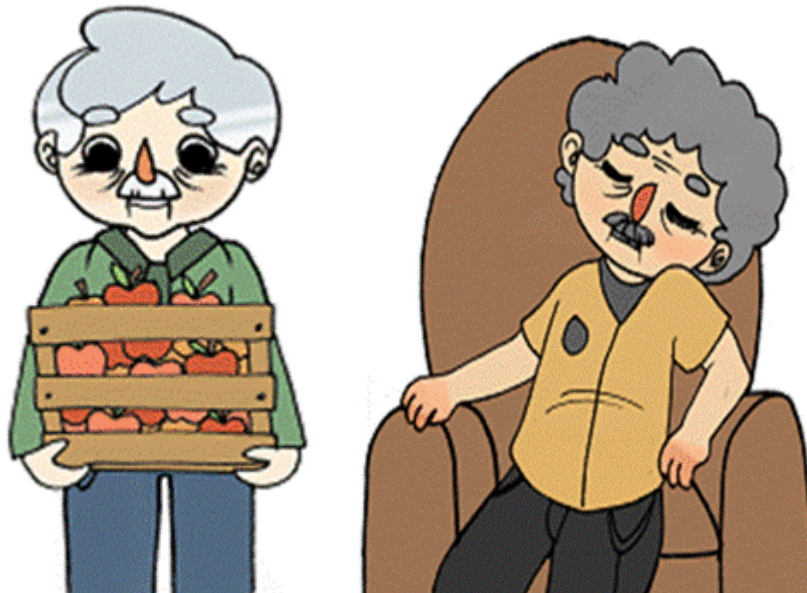
### Tema 3. Teorías del envejecimiento.

En este tema se describen los diferentes enfoques teóricos que brindan explicaciones sobre el envejecimiento. al término de este tema podrás analizar las diferentes explicaciones teóricas que existen sobre el envejecimiento. Para que puedas conocer diferentes puntos de vista sobre el envejecimiento

#### 1. Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Una noche, don Julio y su hijo César van a cenar a casa de don Panchito y doña Juanita, ellos los invitaron a cenar y a convivir un rato. Una vez que terminaron de cenar, se pusieron a platicar, y apenas estaban por sentarse cuando César les hizo esta pregunta: ¿Qué es para Ustedes envejecer? Don Panchito fue el primero en responder y les dijo que envejecer significa seguir manteniéndose activo, tienes más tiempo para participar en actividades como hacer ejercicio, arreglos de tu casa etc.



(Fernández, 2019)

, que antes no podías por tu trabajo. Don Julio dice que, para él hacerse viejo, es ya no tener ganas de participar en actividades sociales, no tienes ganas de salir con los amigos, te retiras de las reuniones familiares y pasas mucho tiempo solo. César se pone un poco triste por cómo se siente su papá y le iba a responder, pero doña Juanita

se adelantó y dijo, que para ella envejecer es cumplir con el rol de ser la abuela que transmite sus experiencias a hijos y nietos, de mantener unida a la familia y de ser el punto de reunión de la convivencia de todos.



(Fernández, 2019)

César les dijo que cada uno de ellos explicaron su punto de vista sobre el envejecer de diferente manera, porque han vivido su propio proceso de envejecimiento, lo que les ha permitido tener experiencias personales, propias de la forma como lo han vivido y todas son válidas no hay una mejor que otra.

## 2. Reflexionar

Lee con detenimiento el tema 3 Teorías del envejecimiento y responde a las siguientes preguntas:

¿Con cuál teoría del envejecimiento se asocia a la opinión de doña Juanita y por qué lo consideras así?

---

---

---

¿Con cuál teoría del envejecimiento se asocia a la opinión de Don Panchito y por qué lo consideras así?

---

---

---

¿Con cuál teoría del envejecimiento se asocia a la opinión de Don Julio y por qué lo consideras así?

---

---

---

¿Hay una sola teoría del envejecimiento con la que te identificas más, cuál es y por qué te identificas con esa?

---

---

---

---

O si te identificas con varias, menciónalas y explica porque consideras que es así.

---

---

---

---

### 3. Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los diferentes significados que se asignan a los conceptos de vejez y viejo??

---

---

---

4. Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

## Tema 4. Epidemiología de la vejez en México y en el mundo

En este tema podrás identificar las características físicas, sociales y funcionales de los adultos mayores en el estado, en México y el mundo con la finalidad de reflexionar en el incremento del número de adultos mayores y los retos que representa esta situación no sólo para las autoridades, sino para la sociedad en general y las familias en particular

### 1. Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Don Jorge es un vecino de don Panchito y doña Juanita, durante su juventud y edad adulta trabajó duro para buscar tener una buena pensión, ya estuviera jubilado, podría disfrutar a sus nietos. Siempre fue responsable en el trabajo, daba su vida en la empresa, preocupado por los bienes de la casa para que no faltara nada, siempre le quiso dar a sus hijos educación y busco darles lo mejor para que tuviesen un buen futuro; conforme pasaba la vida, don Jorge veía como había muchos cambios en la sociedad, en la forma de vida y en algunos antivalores; lo que esperaba cuando fuera viejo, no era lo mismo que estaba viviendo; sus nietos no convivían mucho con él por estar jugando en la tableta o en el celular; otros se encontraban lejos de casa, o bien, no lo frecuentaban tan seguido; poco platicaba con sus hijos y no lo dejaban opinar y lo hacían ver como si no supiera nada de la vida... por otra parte, participaba en algunos clubs de atención al Adulto Mayor y la medicina había proporcionado tratamientos para su artritis, entre otras dolencias del cuerpo. Por un lado, don Jorge se sentía bien por las actividades del club y los apoyos y atenciones que a él y a su esposa les daban; aunque en casa, por parte de la familia, se sentía fuera de lugar, que no era el abuelo ni jefe de familia capaz de resolver una situación o dar un apoyo a sus hijos.

### 2. Reflexionar

¿Cómo vivió don Jorge su vida, a que se dedicaba?

---

---

---

¿Cómo vive actualmente ya que está jubilado?

---

---

---

¿Cómo se siente don Jorge con las actividades que realiza y con su familia?

### 3. Aprender

Lee detenidamente el tema 4 Epidemiología de la vejez en México y el Mundo y responde a las siguientes preguntas.

¿Por qué crees que aumenta la población de Adultos mayores en el mundo?

---

---

---

---

---

---

¿Si comparas los datos de la población adulta mayor de nuestro estado, con los datos del país y con la información del mundo, qué semejanzas y qué diferencias encuentras?

Semejanzas

---

---

---

Diferencias

---

---

---

---

---

5. Investiga con los demás integrantes del grupo, organicen la visita a un centro comercial; recorran todas las secciones y observen con atención la variedad de secciones y productos que se ofrecen para niñas, niños, jóvenes, mujeres y hombres adultos, etc.

a) Anoten en una libreta todos aquellos artículos que hayan encontrado especialmente para personas adultas mayores y después intercambien entre ustedes lo que anotó cada quien.

¿Qué encontraron?

---

---

---

¿Cuántos artículos se venden para personas mayores?

---

---

---

¿Hay secciones para adultos mayores?

---

---

---

6. Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los diferentes significados que se asignan a los conceptos de vejez y viejo??

---

---

---

7. Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

## Unidad II. Visión multidisciplinaria de la gerontología



(Fernández, 2019)

Hablar de múltiples disciplinas en Gerontología, es hablar de la interacción que existe y necesita el estudio del envejecimiento con otras ramas de la ciencia para poder responder a todas las necesidades y retos que enfrenta el Adulto Mayor.

La persona es un ser al cual le pertenecen diversas áreas, estas se van desarrollando de manera simultánea, según se va experimentando en la vida.

Las áreas de la persona son: **Social, Física, Psicológica y Espiritual** por lo que es necesario que abarquemos cada una de estas, pues buscamos la percepción y visión íntegra.

## Tema 1. Aspectos sociales

Con este tema podrás profundizar en tu conocimiento sobre las condiciones sociales que viven los adultos mayores y podrás reflexionar en el trato y lugar que la sociedad les asigna

### 1. Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Don Sergio y Don Panchito, cada mes van por su pensión, Don Panchito es una persona independiente, busca hacer las cosas por sí solo, trata de llevar una vida saludable; hace unos días, al ir por su pensión, lo asaltaron, por fortuna no lo lastimaron, tiempo después, fue por su pensión y de nuevo fue víctima de la delincuencia.



(Fernández, 2019)

Esto le dolió mucho, ya que parte de su pensión la utiliza para la educación de su nieto, ahora teme salir a cobrar, ya que teme que le vuelvan a quitar su dinero. Su preocupación por su nieto le angustia y no le gustaría que su nieto pierda la educación.

Reflexionar

¿Cuál fue la situación que vivieron don Sergio y don Panchito?

---

---

---

Ahora, responde, escribiendo en la línea respuesta que creas correcta. Toma del recuadro la respuesta.

- a) Inseguridad con las personas**
- b) Inseguridad en el negocio**
- c) Inseguridad personal**
- d) Inseguridad social**



Don Julio y don Sergio tienen miedo salir y hacer sus actividades diarias porque hay mucha: \_\_\_\_\_

¿Qué piensas del concepto "LA INVISIBILIDAD", cuando los individuos y la sociedad en general dan la espalda a las necesidades físicas, económicas y psicológicas del anciano"

---

---

---

Como propuesta ¿Qué crees que se pueda hacer como sociedad para no hacer exclusión social? Escribe en el recuadro lo que creas posible que se puede hacer como personas o como instituciones.

---

---

---

---

---

---

Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los aspectos sociales asociados al envejecimiento

---

---

---

Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

## Tema 2. Aspectos físicos

En este punto podrás ahondar en tu conocimiento sobre los cambios físicos que inciden en la forma de vivir de los adultos mayores, podrás comparar con los conocimientos que tú ya tienes sobre este tema

### 1. Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Don Edgar, amigo de Don Panchito, es un hombre que estudio medicina, su padre y abuelo, habían sido doctores de mucho prestigio, siempre se ha preocupado por su propia salud y la de los demás, es un promotor de la prevención



Fernández, 2019)

y en su objetivo de hacer el bien, siempre está atento a buscar métodos y tratamientos que ayuden al bienestar de las personas. Hace un par de años se jubiló y decidió emprender su negocio, puso un consultorio de atención a los Adultos Mayores y en su consultorio, por ser médico familiar, ayuda en el cuidado de diabetes e hipertensión arterial, además de los cuidados de los pies, es podólogo.

Ha ayudado a muchas familias de la colonia y uno de sus hijos tomo asesoría con él para emprender su propio negocio, es un hombre respetable, tiene una vida laboral activa y cada fin de semana reúne a la familia para las convivencias. Don Edgar cree que llevar una vida activa ayuda a la conservación de la salu

## 2. Reflexionar

¿A qué se dedica Edgar?

---

---

---

---

---

---

¿En términos de los aspectos físicos, crees que Edgar vive un envejecimiento activo, por qué lo consideras así?

---

---

---

Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los aspectos físicos asociados al envejecimiento

---

---

---

Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

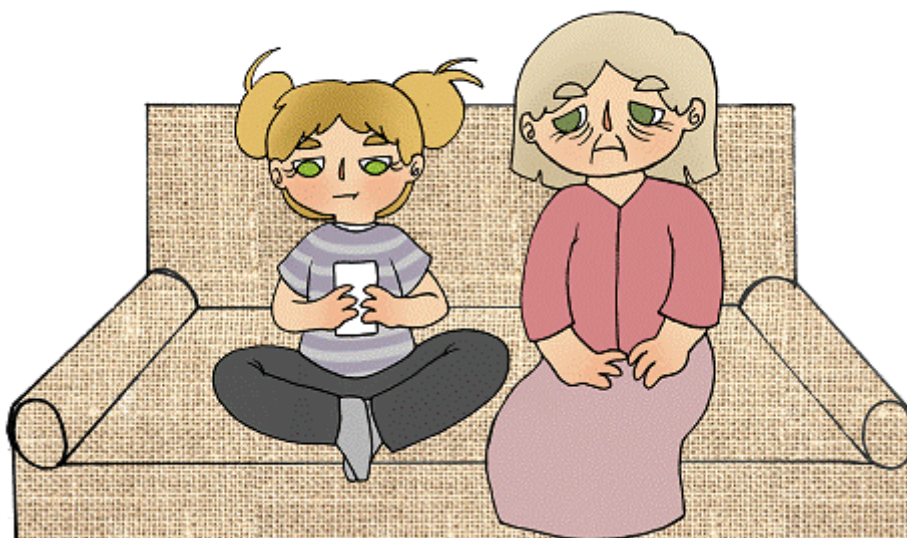
### Tema 3. Aspectos psicológicos

Al terminar este tema podrás revisar tu conocimiento sobre los cambios físicos que inciden en la forma de vivir de los adultos mayores, podrás comparar con los conocimientos que tú ya tienes sobre este tema

Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Doña Carmen, por su parte, es una abuela de cinco nietos, siempre se preocupó por ellos y busco darles lo mejor, ella siempre pensó en disfrutar de su compañía, soñaba con llevarlos a los parques por las mañanas, comprarles dulces... sus nietos usan mucho las redes sociales y aparatos como las Tablet y celulares, ella no sabe mucho de eso, así que cuando esta con sus hijos en casa o cuando la visitan, platica poco y casi no convive con los nietos, ya que ellos se la pasan en los juegos del teléfono celular y los hijos platican por redes sociales de whatsApp y Facebook lo que hace que ella



(Fernández, 2019)

permanezca en su sillón sólo se levanta para tomar sus alimentos, pues no sabe utilizar la tecnología no convive con su familia. Su vejez no es como la imaginaba y la ausencia de sus nietos es cada vez mayor ya que no utiliza la tecnología de sus nietos.

### Reflexionar

Lee con detenimiento el tema Aspectos Psicológicos y contesta las siguientes preguntas.

¿Cuál o cuáles de estos aspectos afectan más al adulto mayor y por qué lo consideras así?

---

---

---

Compara cómo se siente doña Carmen con los aspectos psicológicos y explícan en este tema. A continuación, menciona cuáles de ellos crees que está viviendo doña Carmen

---

---

---

---

---

---

Platica con algunos adultos mayores que vivan en tu comunidad o colonia, comenta con ellos sobre los aspectos psicológicos, y pide que te digan si consideran que efectivamente estos se encuentran presentes en sus vidas. A continuación, anota sus comentarios.

---

---

---

---

---

Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los aspectos psicológicos que explican cómo se sienten los adultos mayores

---

---

---

Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

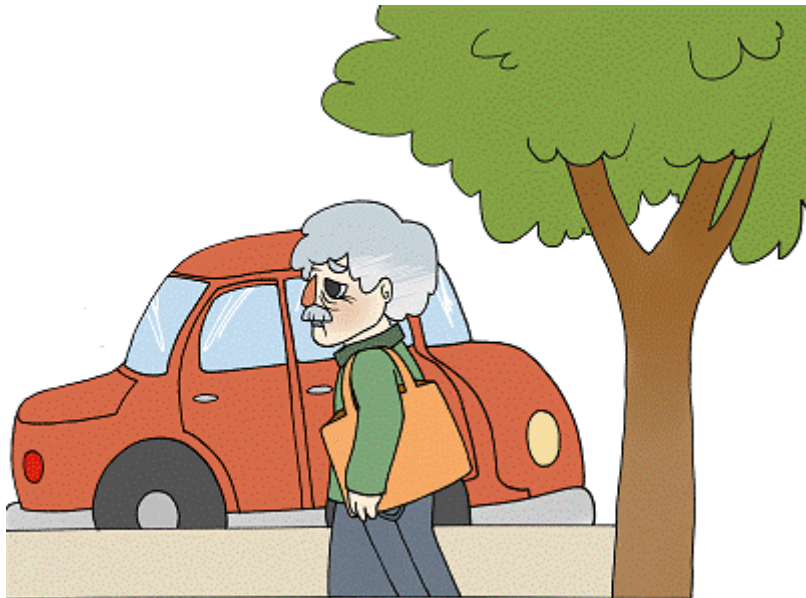
#### Tema 4. Aspectos espirituales

Al terminar este tema podrás analizar el papel de la espiritualidad en el proceso de envejecimiento de los adultos mayores, esto te permitirá ampliar tu visión respecto de los factores que influyen en la forma de vivir esta etapa de la vida.

Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Don Esteban, es un abuelo que ha cumplido sus metas, es una persona muy activa y posee de ciertos bienes que le han ayudado a llevar su vejez, cada mañana primero se dedica a realizar alguna mejora o reparación en su casa, algunas veces se da



(Fernández, 2019)

tiempo para disfrutar del café con sus amigos, donde platican de su pasado y lo que realizaron, además de platicar de los nuevos proyectos y su futuro; por las tardes, come con su esposa en casa y una vez a la semana sale a disfrutar de la comida de restaurantes que de novios y jóvenes visitaban, platican de todo y caminan por la plaza, por las noches, don Esteban dedica tiempo a hacer oración y le gusta meditar en aquello que le gustaría cambiar en su forma de ser, para ser mejor persona, porque se siente muy bendecido por todo lo que Dios le ha permitido vivir

Los hijos e don Esteban han batallado en sus trabajos, las condiciones y las circunstancias no les han permitido llevar una vida más estable, en ocasiones, a duras penas, logran sacar los gastos de la semana ya que batallan con sus trabajos; don Esteban ha decidido ayudar a sus nietos apoyándolos a pagarles la escuela, la carrera u otros gastos, su hija se separó de su marido y hospeda a su pequeña nieta en casa, ella le dice papa. Él ha logrado cubrir necesidades básicas de cada familia de sus hijos y trata de darles lo mejor para que logren sus metas.

¿Quién es Esteban y cómo vive su vejez?

---

---

---

Menciona algunos aspectos que te gustaría vivir como Esteban y también los que estás seguro que no harías en tu vida

---

---

---

---

---

Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer los aspectos espirituales que viven los adultos mayores?

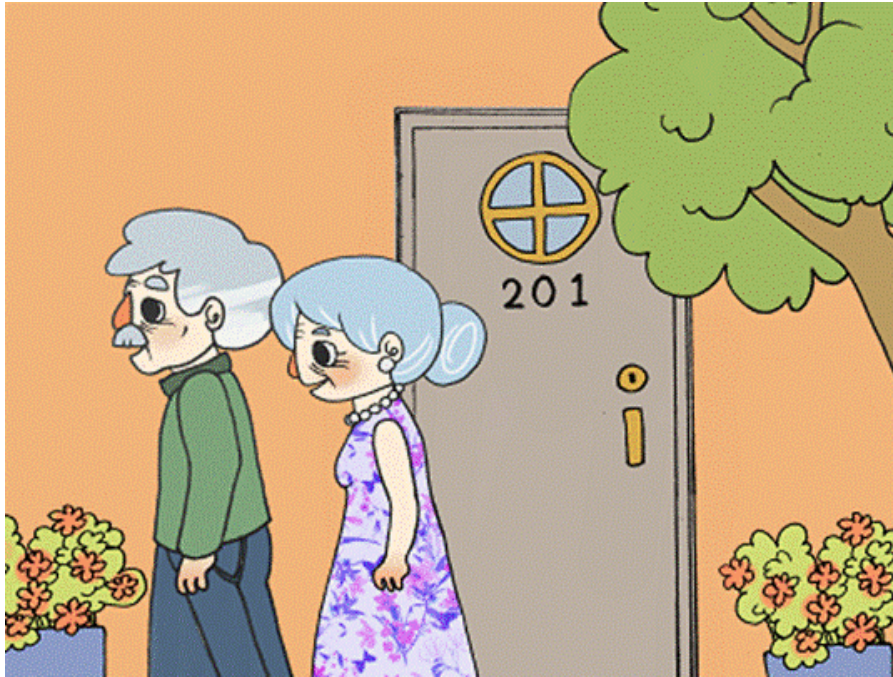
---

---

---

Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

### Unidad III. Consecuencias sociales del envejecimiento



(Fernández, 2019)

Con el estudio del contenido de esta unidad podrás comprender que la vejez trae consigo experiencias y decisiones que impactan en las relaciones sociales y laborales de las personas, reflexionar en cada dimensión social, te permitirá comprender profundamente las situaciones que pueden experimentar los adultos mayores en su día a día.

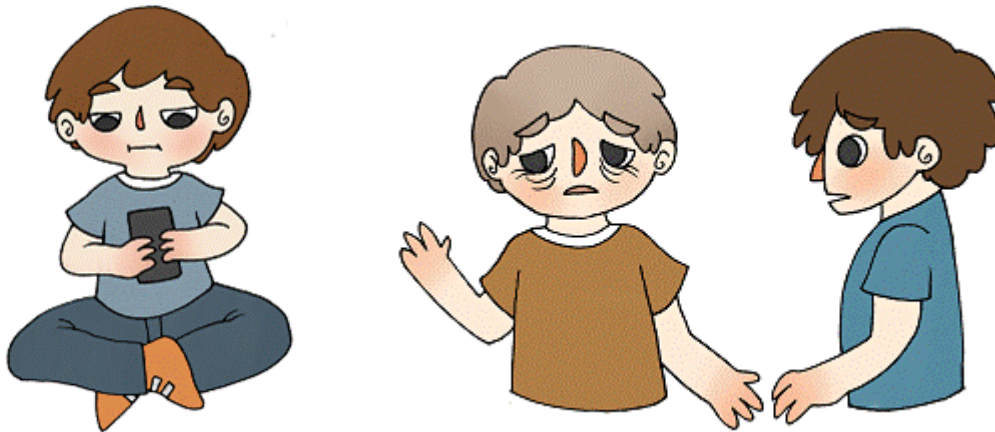
## Tema 1. Jubilación y su fundamentación legal

Al finalizar este tema, podrás conocer a detalle en qué consiste la jubilación, las teorías que la explican, así como la actitud de la sociedad hacia esta.

Reflexionar:

¿Qué te sugiere este texto?

Don Cristóbal, es un hombre de 80 años, después de su jubilación hace poco más de quince años, ha pasado su vejez en una situación de aislamiento y olvido, muy pocas veces sus hijos y nietos están con él, la vida acelerada que llevan y tantas ocupaciones que tienen han hecho que pareciera que ya no está,



(Fernández, 2019)

en casa, los nietos no platican con él, le habla, pero las prisas por contestar un mensaje, por ganar en el videojuego y las ocupaciones de todos, han hecho parecer que don Cristóbal no está, no existiera. Cada tarde camina por su casa, viendo sus pertenencias, lo que ha logrado, lo que ha obtenido, algunas cosas ya están dañadas por los nietos, pero no importa puesto que los ama, hay otras cosas que se encuentran en perfecto estado por el cuidado que les ha dado y le traen gratos recuerdos y alegrías. Los miércoles por las tardes, asiste a un club de pintura y danza donde ha realizado obras de arte, entre otras cosas, además de disfrutar del baile y aprender nuevos pasos, estas dos situaciones han dado vida y sentido a la vida de don

Cristóbal, pues las cosas materiales y las atenciones fuera de casa le han ayudado a superar el descuido y abandono que vive por parte de sus hijos y nietos.

Reflexionar

¿Si tu estuvieras en lugar de Cristóbal, que pensarías de tus nietos y familia?

---

---

---

---

¿Compara la vida de don Cristóbal con la vida de los adultos mayores de tu comunidad, te parece que es similar la forma de vida de uno y otros?

---

---

---

---

Lee detenidamente este tema de jubilación y su fundamentación legal, y responde a las siguientes preguntas.

¿Cómo debemos tratar a los adultos mayores?

---

---

---

---

Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer la jubilación?

---

---

---

Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

## Tema 2 Pérdida del bienestar económico



(Fernández, 2019)

Don Cirilo, abuelo de 80 años, cuida su salud, es le ha permitido, mantenerse más tiempo sano, cada fin de semana recibe a sus hijos y nietos. Le gusta estar sentado, disfrutar de la televisión, de sus nietos y caminar.

Ambos, cada que salen de casa o reciben a los hijos y nietos, viven la misma situación: se sienten invisibles ante las actitudes y conductas de sus hijos y nietos, pues los nietos solo llegan, saludan y disfrutan de los aparatos de entretenimiento que sus padres les han obsequiado, los hijos en casa, solo se quejan y pocas veces platican, pues las ocupaciones no los dejan disfrutar el tiempo con sus padres, además del cansancio de la semana.

Cada mes, cuando le corresponde ir por su pensión, se siente muy contento por contar con este apoyo, pero luego cuando va al banco a hacer sus pagos, se da cuenta de que se le va el dinero con mucha rapidez, y se pone muy triste cuando piensa que de seguir así todo va a estar más caro y al no le aumentan su pensión.

¿Qué tendríamos que hacer como sociedad para apoyar a los adultos mayores?

---

---

---

---

---

Reflexionar:

¿Qué utilidad tiene para ti conocer sobre la pérdida del bienestar económico?

---

---

---

Consultar: Si tienes dudas sobre este tema puedes preguntar a tu asesor o si lo prefieres puedes platicar con algún compañero del grupo.

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002003000100008](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002003000100008)

<https://noticias.universia.net.mx/actualidad/noticia/2013/05/29/1027147/envejecimiento-poblacion-mundial-fenomeno-aumento.html>

Libro Blanco del Envejecimiento Activo (IMERSO, 2011).

<http://muysaludable.sanitas.es/salud/envejecimiento/la-importancia-dar-valor-las-vivencias-los-mayores/>

(Cfr. N. SAEZ NARRO M. ALEIXANDRE. P. DE VICENTE. J. C. MELENDEZ. I. VILLANUEVA Cambio y socialización en la tercera edad Investigaciones Psicológicas, 1993, Vol. 12: 129-152).

(Cfr. SAN MARTÍN PETERSEN Cecilia

HOLOGRAMÁTICA – Facultad de Ciencias Sociales – UNLZ - Año V, Número 8, V1 (2008), pp. 103 - 120

ISSN 1668-5024 103 La espiritualidad en el proceso de envejecimiento del adulto mayor).

(Cfr. Lumen Gentium 41a)

(Cfr. Concilio Vaticano II).

Gerardo Hernández Rodríguez Cese de la actividad profesional y preparación... Cuadernos de Relaciones Laborales 2009, 27, núm. 2 63-81 73

HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, Gerardo: Cese de la actividad profesional y preparación para la jubilación.

Cuadernos de Relaciones Laborales 2009, 27, núm. 2 63-81 72

(cfr. Gerardo Hernández Rodríguez Cese de la actividad profesional y preparación... Cuadernos de Relaciones Laborales 2009, 27, núm. 2 63-8174)

<https://economipedia.com/definiciones/bienestar-economico.html>

<https://www.axahealthkeeper.com/blog/la-definicion-de-salud-segun-la-oms-infografia/>

[https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_inactivity/es/](https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/)

(Cfr. COBOS DOMINGO, Juan Carlos: Cambios físicos y psíquicos en la vejes).

(Cfr. N. SAEZ NARRO M. ALEIXANDRE. P. DE VICENTE. J. C. MELENDEZ. I. VILLANUEVA Cambio y socialización en la tercera edad Investigaciones Psicológicas, 1993, Vol. 12: 129-152).

(Cfr. HERNÁNDEZ COBOS, Jorge: Presentación PPT: Cambios físicos, bioquímicos y psicológicos en el envejecimiento.

Norma Oficial Mexicana NOM-031-SSA3-2012, Asistencia social.

<http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/index1.htm>

Las imágenes fueron tomadas de

[https://www.google.com/search?biw=1242&bih=632&tbm=isch&sxsrf=ACYBGNTQ18OOMlniyFbhpWMXIZ6YvH\\_FHA%3A1570381441907&sa=1&ei=gR6aXYX3NsvysQX2\\_bLoCw&q=adulto+mayor+dibujo&oq=adulto+mayor+d&gs\\_l=img.1.0.0i67I2j0I7j0i67.5882.6273..8318...0.0..0.124.232.0j2.....0....1..gws-wiz-img.BMFkQPszUcE](https://www.google.com/search?biw=1242&bih=632&tbm=isch&sxsrf=ACYBGNTQ18OOMlniyFbhpWMXIZ6YvH_FHA%3A1570381441907&sa=1&ei=gR6aXYX3NsvysQX2_bLoCw&q=adulto+mayor+dibujo&oq=adulto+mayor+d&gs_l=img.1.0.0i67I2j0I7j0i67.5882.6273..8318...0.0..0.124.232.0j2.....0....1..gws-wiz-img.BMFkQPszUcE)

[https://www.google.com/search?biw=1242&bih=632&tbm=isch&sxsrf=ACYBGNSO5\\_GaXzZjQ2fB8SBpESVZ2lbVKq%3A1570390166652&sa=1&ei=lkCaXbupJ8z4tAX68bj4DA&q=aspectos+psicologicos+del+adulto+mayor&oq=aspectos+psicologicos+adulto+&gs\\_l=img.1.0.0i8i30.46676.48373..50761...0.0..0.144.946.0j8.....0....1..gws-wiz-img.....0j0i67j0i24.NM8H-ya3L6w](https://www.google.com/search?biw=1242&bih=632&tbm=isch&sxsrf=ACYBGNSO5_GaXzZjQ2fB8SBpESVZ2lbVKq%3A1570390166652&sa=1&ei=lkCaXbupJ8z4tAX68bj4DA&q=aspectos+psicologicos+del+adulto+mayor&oq=aspectos+psicologicos+adulto+&gs_l=img.1.0.0i8i30.46676.48373..50761...0.0..0.144.946.0j8.....0....1..gws-wiz-img.....0j0i67j0i24.NM8H-ya3L6w)

<https://www.google.com/search?q=espiritualidad+adulto+mayor&sxsrf=ACYBGNSSK aik5rQ8pIJKAcNAeqo6AVnrWg:1570391061039&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved>

[=0ahUKEwjd5efKsojIAhVCWqwKHXqhBOoQ\\_AUIEigB&biw=1242&bih=632#imgrc=](#)

—

[https://www.google.com/search?q=jubilacion&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjrU5bw4ljlAhVESq0KHaYhBrwQ\\_AUIEigB&biw=1242&bih=632&dpr=1.1](#)

Listado de referencias de dibujos e imágenes empleados en este material

1. Figura 1 Dibujo de adultos mayores. Elaboración de Mónica Fernández, 2019
- 2.