



EDUCACIÓN

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

ADULTEZ TEMPRANA, UN ESTUDIO MONOGRÁFICO

MONOGRAFÍA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO
DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

LAURA BEATRIZ LOREDO DÍAZ

ASESORA:

DRA: MARÍA DEL CARMEN SALDAÑA ROCHA

CIUDAD DE MÉXICO, FEBRERO DE 2024.



Ciudad de México, diciembre 07 de 2023

TURNO MATUTINO
F(01) S(37)

DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **LAURA BEATRIZ LOREDO DÍAZ**, pasante de esta Licenciatura, quien presenta la **MONOGRAFÍA**: titulada: **"ADULTEZ TEMPRANA, UN ESTUDIO MONOGRAFICO"**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y DICTAMINACIÓN. Se le recuerda que con base en el Artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE
Presidente (a)	GASPAR EDGARDO OIKIÓN SOLANO
Secretaria (o)	MARÍA DEL CARMEN SALDAÑA ROCHA
Vocal	LUZ MARÍA RAMÍREZ ÁBREGO
Suplente	NORMA ALCÁNTARA GÓMEZ

Atentamente

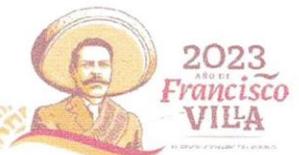
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

EVA FRANCISCA RAUTENBERG Y PETERSEN

Coordinadora del Área Académica:
Teoría Pedagógica y Formación Docente
Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía

NOTA: Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía el 03/10/14 y por el Consejo Interno del Área Académica 5: Teoría Pedagógica y Formación Docente el 23/10/14 y entró en vigor el 05/11/14.
c.c.p.- Comisión de Titulación.

Alumnas.
ERP/JPOD/eco



Agradecimientos

Eternamente agradecida con mi familia. Gracias por apoyarme a concluir esta meta y continuar con mis sueños. No ha sido fácil, pero tampoco fue imposible, sin su amor y cariño no lo hubiera logrado. Por favor sigamos caminando juntos y aprendiendo. Este trabajo se los dedico a ustedes.

A mi madre Isabel Díaz: Gracias por quererme, apoyarme y quedarte conmigo hasta el final, a pesar de cada situación, gracias por cobijarme y alentarme a continuar, por cada consejo. Te amo mamá de corazón y alma, lo logramos.

A mi padre Alejandro Mercado: Te agradezco infinitamente las facilidades que me brindaste para concluir esta etapa, por compartir conmigo tus conocimientos y darme aliento para seguir y finalizar cada proceso de la vida siempre de la mejor manera, por esos abrazos y apapachos que me has regalado. Lo logramos, gracias por quererme igual que un padre, te amo.

A mi hermana Mónica Mercado: Te agradezco por ser un aliciente importante en mi formación y vida has sido una gran motivación para concluir esta y cada una de mis etapas, tu guía, consejos y platicas me ayudaron a buscar mejorar y dar siempre mi mayor esfuerzo. Te amo, lo logramos. Por siempre serás mi Parabatai.

A mi sobrino: Pequeño gracias por ser mi fuente de ganas y motivación, para poder concluir y mejorar por ti. Deseo verte crecer y cumplir tus sueños como ahora yo estoy cumpliendo uno. Te amo.

Familia Mercado Díaz Uhart: A cada miembro de esta maravillosa familia les agradezco infinitamente el apoyo y cariño que he recibido. Gracias por recibirme con los brazos abiertos siempre y por todo el apoyo que me brindaron.

Doctora Rosalba Domínguez: Gracias por los cuidados recibidos durante toda mi estancia en la UPN, cada consejo y regaño, por siempre estar dispuesta a escucharme, aconsejarme y guiarme, es una parte importante de mi formación. Gracias por tanto y por adoptarme como su hija de la pedagógica, la amo.

Quiero externar un fuerte agradecimiento al **Centro de Atención a Estudiantes** y cada uno de los miembros que lo conforman, por abrirme las puertas, brindándome conocimientos, transformación y experiencias nuevas e inolvidables para mi crecimiento personal y profesional

Maestra Sac-Nicte: Gracias por ser una guía, amiga y jefa increíble. Cada consejo, platica y reflexión que tuvimos me permitió ampliar mi panorama a diversas perspectivas que han quedado plasmadas en este trabajo. Te quiero mucho.

Amigo Ebani: Las risas y platicas de manera seria fueron incontables, aprendí mucho de ti, tanto académica como personalmente. Te agradezco el cariño y disposición de escucha, se hizo una sinergia increíble. Te quiero tanto.

Yolita: Gracias por el apoyo brindado y tus consejos para mi mejora profesional y personal, el tiempo que convivimos fue muy grato.

Maestra Luz María Ramírez Abrego: Gracias por ser tan excelente docente, jefa y ser humano, le he aprendido mucho.

A mi asesora la **Doctora María del Carmen Saldaña Rocha**: Gracias por ser una excelente guía para la culminación de este trabajo que no solo implicó lo académico, sino que cada charla estaba dotada de una enseñanza en múltiples aspectos, gracias por alentarme y confiar en mí para lograr esta meta. Siempre le tendré un gran cariño.

Agradezco al **departamento de Cultura Física y Deporte** por abrirme las puertas y permitirme ser parte de experiencias increíbles durante mi formación académica y deportiva.

A mis amigas y amigos: Alesita, Anna, Ale Cerón, Citlali, Mari, Ingrid, Karla, Carito, Evelyn, Edgar y Cris. Gracias por ser parte de mi familia por elección, por el apoyo recibido, el cariño, las risas y la compañía. Por permitirme aprender de ustedes de diferentes maneras, y darme ánimos para siempre seguir, tienen un espacio muy especial en mi corazón, son parte de esto. Gracias infinitas.

En memoria del **Señor Manuel**: Hasta el cielo infinitas gracias por todo el amor que me brindó y todas las enseñanzas.

Universidad Pedagógica Nacional: Soy inmensamente feliz de ser parte de esta institución y de cada docente que me permitió conocer y aprender, por cada experiencia y aprendizajes adquiridos. Por siempre ¡Educar para transformar!

Finalmente quiero dar el mayor agradecimiento a **Laura pequeña**, a esa niña que tenía un sueño, que fue construyendo a lo largo de los años, a esa pequeña que pasó por diferentes procesos que la formaron hasta el día de hoy para lograrlo, a esta **Laura adulta** le agradezco su resiliencia, compromiso y amor consigo misma que sabe que no fue fácil, pero lo ha conseguido, solo queda decir que aún falta mucho por aprender, has superado mucho, gracias por seguir de pie. Lo lograste. Te amo.

INDICE

Introducción

CAPITULO 1. Características Físicas del adulto Joven	7
1.1 ¿Quién es el adulto Joven.....	7
1.2 . Cambios biológicos notables en la adultez primaria	8
1.3 Salud Física	14
1.4 Estereotipos de la Adultez Primaria que influyen en el aspecto físico.....	16
1.5 Hábitos y problemas alimenticios del adulto Joven que afectan en el aspecto físico.....	20
1.6. Sexualidad en la adultez primaria.....	22
CAPITULO 2. Interacción Social en la Adultez Temprana	26
2.1 La interacción social	26
2.2 La familia la influencia en el adulto joven.....	33
2.2.1 Elección de pareja	34
2.3. La escuela.....	37
2.4 El deporte.....	41
2.5 Creencias religiosas como parte del desarrollo social	43
2.6 Espacios laborales	44
CAPITULO 3. Desarrollo Cognitivo de la Adultez	48
3.1 Piaget. Las bases del desarrollo cognitivo	49
3.1.2. Periodo sensomotriz.....	50
3.1.3. Periodo preoperacional.....	52
3.1.4.1 Periodos lógicos avanzados	54
3.1.4.2 Operaciones Concretas (7 a 11 años)	54
3.2 Características del desarrollo cognitivo	58
3.2.1 La creatividad	60
3.2.2 .La sabiduría.....	60
3.3 Desarrollo cognitivo en la adultez	62
3.4 Desarrollo cognitivo y la escuela.....	65
Conclusiones	71
Referencias Bibliográficas	74

Introducción

El interés para realizar este trabajo monográfico surge desde el Centro de Atención a Estudiantes (CAE) gracias a la línea de investigación de Salud comunitaria donde participo en la investigación titulada “Diagnóstico para identificar las percepciones sobre el cuidado de su salud del estudiantado de la UPN durante su formación e inicio a la vida adulta”. Desde este trabajo monográfico se pretende aportar a la investigación en el apartado de marco referencial.

Por otro lado desde la visión pedagógica surgió otro interés que abarca el tema personal y social en el que muchos sujetos viven la entrada a la adultez; que es el desconocimiento de sí mismo el que influye en el desconocimiento de los demás, es importante brindar información teórica sobre las diferentes dimensiones que forman parte del adulto; como pedagoga es importante conocer las etapas del desarrollo humano, en este caso centrada en la adultez primaria, para que se puedan abrir líneas de investigación y aportes nuevos a la comprensión e información pertinente del tema e intervención en las instituciones.

Al respecto Papalia (2001) menciona que entre los 20 y los 40 años se identifica la adultez temprana en la que las personas crecen y aprenden de muchos aspectos, pues en esas dos décadas los sujetos toman decisiones que marcarán el rumbo de sus vidas, en una sociedad donde el trabajo y la familia son la prioridad, ser adulto va más allá de solo independizarse implica también ser consciente de las tomas de decisiones que ayudaran a marcar rumbo en su vida.

Una vez expuesto lo anterior cabe mencionar que este trabajo monográfico se realizó en tres capítulos que aportan posturas desde los diferentes teóricos que la han investigado.

En el capítulo 1 se expone el desarrollo físico del adulto joven, cambios biológicos que se pueden ver afectados por diferentes aspectos como los sociales y culturales, sin embargo, los cambios biológicos no son los únicos que se modifican en estos cambios físicos, sino que también interviene la salud de cada sujeto, genética, modo de vida y costumbres que tengan, así como los modismos e

influencia que se tiene hoy en día desde las redes sociales que incitan a los jóvenes buscar aprobaciones sociales para encajar.

El capítulo 2 aborda la interacción social en la adultez temprana, los medios de comunicación, redes sociales, círculos familiares tienen gran influencia en como los sujetos se desenvuelven en diferentes climas y contextos de interacción social, desde que se puedan ver afectados o beneficiados.

La interacción con las primeras personas en su vida, la familia, podría marcar una pauta importante en el desenvolvimiento a la vida social, personal y laboral para el adulto pues, dentro de ese primer círculo se han inculcado valores y creencias que se replican e influyen en la elección de pareja y en los diferentes círculos y ambientes sociales como la escuela, el trabajo o el deporte.

Finalmente en el capítulo 3 se expone el desarrollo cognitivo, se desarrollan los aspectos que lo conforman, sus modificaciones y la manera en cómo se hace responsable de uno mismo gracias a estos cambios a lo largo de la vida.

Esta monografía está enfocada en el periodo de la adultez Joven y el desarrollo en sus dimensiones físicas, las interacciones sociales y el desarrollo cognitivo de los adultos jóvenes, pues conociendo estas dimensiones se podrá generar una comprensión de los jóvenes, buscando entender las inquietudes, retos y procesos de una etapa significativa del ciclo de la vida, dentro del desarrollo del ser humano y que es poco investigada.

CAPITULO 1

Características Físicas del adulto Joven

*No te rindas por favor no cedas,
aunque el frio queme,
aunque el miedo muerda,
aunque el sol se ponga y se calle el viento,
aún hay fuego en tu alma,
aún hay vida en tus sueños.*

Mario Benedetti

1.1 ¿Quién es el adulto Joven

Este capítulo aborda como eje temático el aspecto físico de la adultez primaria, que no se queda solamente en la apariencia; sino que abarca otro tipo de características dentro del mismo aspecto que abarca la salud, embarazos, autoimagen, hábitos alimenticios y de vida en general.

Para iniciar este capítulo se debe definir que sucede en la transición de la adolescencia hacia la adultez, los retos que implica ser adulto joven, así como las características físicas del sujeto.

De acuerdo con Papalia (2009) se define como adulto a los sujetos que son capaces de tomar decisiones de manera autónoma, asumiendo consecuencias favorecedoras o no agradables dependiendo de la magnitud de estas, en la adultez primaria es más complejo de observar los cambios, ahí lo que va marcando quién es adulto es el tipo de responsabilidades que se van generando y la manera en que se asume.

La transición a la vida adulta no sigue una secuencia normativa definida y no depende de factores biológicos y fisiológicos, algunos autores consideran que la adultez temprana empieza a partir de los 18 años y termina a los 40 para dar inicio a la adultez emergente, sin embargo K. Schaie y S. Willis (2003) refieren cinco acontecimientos sociales importantes:

1. La finalización de la formación académica y profesional
2. El trabajo y la independencia económica
3. El vivir independiente respecto de los padres
4. El matrimonio
5. Tener el primer hijo

Desde luego las épocas son distintas y no necesariamente se espera que éstos cinco acontecimientos sociales sean iguales ni para todos los adultos jóvenes ni en todas las épocas.

Por otro lado, el uso del rango de edad para definirla es tentativa y aproximativa no se debe limitar a una etapa de desarrollo físico, cognitivo o social, o a un posicionamiento histórico y cultural, se verá influenciada por el contexto de vida, concepciones adquiridas desde las pautas sociales y lo establecido conforme a la ley.

1.2. Cambios biológicos notables en la adultez primaria

El crecimiento físico es un proceso permanente, se puede definir como una evolución que se presenta desde las modificaciones biológicas que irán permeando la transformación de tejidos y células, para explicarlo de una mejor manera (Gómez et al., 2009) mencionan que el crecimiento físico es el aumento en el número o tamaño de las células que componen los diversos tejidos del organismo de igual forma dicen que el crecimiento físico comprende dos etapas, la prenatal (tiene lugar intraútero desde el primer instante de la concepción y acaba con el nacimiento) y la postnatal que ocurre en tres fases: infancia, niñez y adolescencia.

Hay factores que afectan el crecimiento físico de los sujetos ya que no sólo influye la genética, también entran en juego aspectos culturales, nutricionales, socioeconómico, étnicos, entre otros, por eso se menciona que no es un proceso lineal ya que los adultos jóvenes han pasado por una historia que pudo haber influenciado en los cambios físicos que han desarrollado. (véase Figura 1)

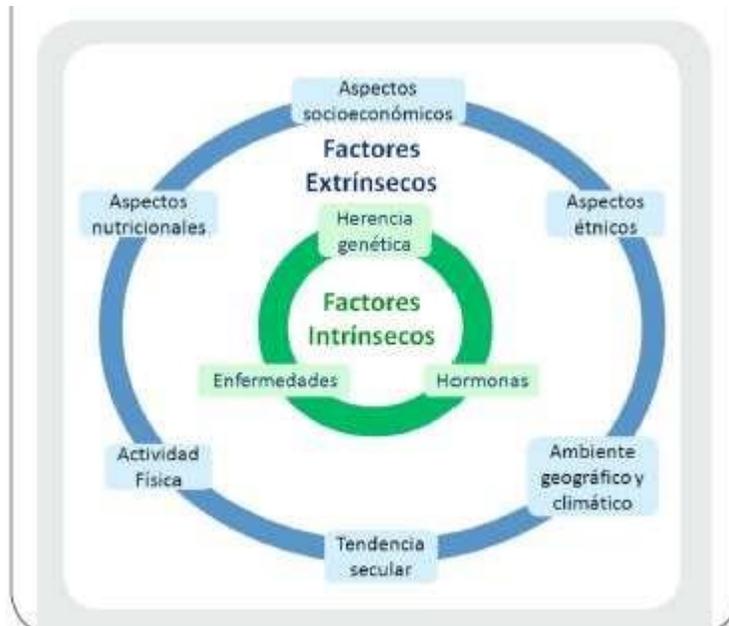


Figura 1 .Diagrama :Factores intrínsecos que afectan el crecimiento.

Retomado. Gómez et al., (2009)Enfoque teórico del crecimiento físico de niños y adolescentes. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 20(3), 244-

Como previamente se menciona a los 20 años según Papalia (2009) inicia el periodo de la adultez Joven y se concluye a los 40 años, el desarrollo físico se observa en la cima y poco a poco puede ir decayendo sin embargo esto puede ser tentativo ya que, influirá el modo y estilo de vida que cada sujeto tenga. Las personas que se encuentran en plena transición a la vida adulta que rondan en la edad de los 20`s no observan mucha transformación de manera física respecto a su adolescencia, sin embargo, si puede observarse que sus rasgos físicos quizá se fueron modificando de manera muy sutil, no será lo mismo ver una fotografía de cuando ingresan a la Universidad a cuando van concluyendo la misma.

Los cambios físicos pueden ser decisión propia en algunos casos, por ejemplo muchos jóvenes buscan cambiar apariencia constantemente cortándose el cabello, haciéndose tatuajes entre otros, en la búsqueda de ese identidad de sentirse bien o encontrar un estilo, están inmersas las relaciones sociales que se tienes pues; la familia, amigos, grupos escolares, docentes tienen una influencia, Lemme (2003) menciona que el sí mismo se moldea en el contexto social inserto (del nivel micro

al macro), ya que la cultura es un constructo social que orientarán las acciones, actitudes y elecciones.

Los adultos jóvenes regularmente se encuentran con un físico aceptable, es decir; no hay problema en su fuerza, agilidad, vista, el cuerpo suele estar en su mejor momento (lo cual puede prestarse a tener excesos de todo tipo), menciona Papalia (2009) “Un adulto joven común es un espécimen con un físico aceptable, su fuerza, energía agilidad, resistencia y salud están en la cima; los sentidos se agudizan y los sistemas corporales funcionan a su máxima potencia” (p.80)

La adultez joven es la etapa en la que se puede obtener un mejor bienestar físico pues es en la que más habilidades pueden ser adquiridas pues, el físico de los jóvenes debería estar en su mejor momento Fierro (2009, p. 99) menciona que “La adultez joven es la etapa cumbre potencial del desarrollo físico en cuanto a velocidad, fuerza, coordinación y resistencia, así como en términos de salud y vitalidad general”.

En esta etapa se encuentra el mayor desarrollo sensoriomotor, siendo los jóvenes de los grupos más sanos, sin embargo, menciona Fierro (2009) que dentro de la etapa de adultez joven puede empezar un deterioro de las habilidades motoras y físicas cerca de la edad de 30 años, pues el cuerpo entra en un desgaste, que el ejercicio y una alimentación saludable podría ayudar a minimizar ese desgaste de manera prematura.

Biológicamente se estima que las mujeres dejan de crecer antes que los varones sin embargo investigaciones previas afirman que el contexto de vida, cuidados y ambiente de crecimiento influirá en el desarrollo humano se puede registrar una diferencia de hasta siete centímetros entre los 15 y 18 años. Al entrar a la edad adulta, su estatura promedio es de 1.71 metros, “seguramente la mayoría ya llegó a su estatura final” (Sáenz, 2021, p.1). En cambio, en las chicas la estatura promedio es de 1.67 metros y no varía entre la adolescencia y la mayoría de edad, afirma) investigadora de la UNAM, respecto a este punto Papalia y Olds (1997) mencionan que el desarrollo muscular se alcanza alrededor de los 25 a los 30 años

después de eso, empieza a caer en declive algunos factores de salud y fuerza, agudeza visual está en su máximo y empieza a decaer a partir de los 40.

A continuación, se muestra una tabla que describe algunos cambios importantes que se presentan a cierta edad, tomada de Fierro (2009, p.100) en la que se muestran diferentes fuentes que se consultaron para realizarla.

Cabe destacar que hay edades que no entran en el rango de la etapa que concierne en esta investigación sin embargo dentro del grafico se encuentra descrita y resulta igualmente importante para el conocimiento previo de lo que implica la adultez y cómo influye en la misma.

Tabla 1. Cambios importantes presentados en ciertas edades.

Edad o rango	Hecho (fuente consultada)
12	Comienza a perderse la flexibilidad de las articulaciones si éstas no se ejercitan (Lefrançois, 2001; Rice, 1997).
18-21	Media de alcance de máxima talla corporal (mujeres/varones) (cit. Katchadourian, 1981)
c.20	Comienza una reducción lenta de la agudeza visual, acelerándose después de los 40 (la disminución del ajuste visual inicia desde la niñez media). También de la capacidad pupilar para abrirse y cerrarse (Craig, 2001; Papalia y cols., 2005; Rice, 1997).
C20	La capacidad auditiva alcanza su valor máximo, aunque la pérdida gradual para percibir sonidos agudos comienza en la niñez (Rice, 1997). Según Papalia y cols. (2005), la pérdida general comienza hacia los 25
c.20	Máxima fuerza de las manos (Craig, 2001).

c.20	El tiempo de reacción disminuye de la infancia hacia esta edad, permaneciendo constante hasta mediados de la veintena e incrementándose luego lentamente (17% entre los 20 y 40 años) según Bromley (1984, en Rice, 1997).
20-30	Máxima fuerza de las piernas. El mejor desempeño varía según la actividad o deporte que se practique (Craig, 2001)
20	Rendimiento físico general máximo (en algún punto entre la veintena y mediados de la treintena; dependiendo de la fuente consultada).
23-27	Los músculos estriados (voluntarios) consiguen su mayor fuerza física (Craig, 2001).
c.25	Comienza la reducción de la capacidad respiratoria máxima (Rice, 1997)
25-30	Alcance del máximo desarrollo muscular (Papalia y cols., 2005); del funcionamiento de los órganos, el tiempo de reacción, la fuerza, las habilidades motoras y la coordinación sensoriomotora (Craig, 2001)
25-34	Periodo de mayor riesgo para el desarrollo de la obesidad; alrededor de estas edades también las dietas crónicas constituyen uno de los problemas de nutrición más frecuentes entre las mujeres (Lefrançois, 2001)
26+	disminución en el consumo de todo tipo de drogas y conductas de alto riesgo (Arnett, 2000a)
c.30	El potencial para el incremento en la fuerza permanece constante hasta esta edad (Rice, 1997).

30(media)	Comienzan a declinar la eficiencia auditiva y visual; más común entre los varones (Le François, 2001)
35	Empieza a decaer la agilidad de los dedos y la destreza manual (Papalia y cols., 2005)
35	Las principales causas de muerte empiezan de nuevo a ser las relacionadas con enfermedades físicas, más que con conductas evitables. A partir de los 35 y 45 años, las enfermedades cardíacas y el cáncer son las principales causas de muerte entre las mujeres y los varones, respectivamente (Le François, 2001).
c.35	Comienza a disminuir la tasa máxima de trabajo que puede realizarse sin fatiga. A temperaturas elevadas, a partir de los 30 (Rice, 1997).
>35	El riesgo de concebir hijos con anomalías genéticas empieza a aumentar considerablemente, sobre todo si la madre es primípara (Craig, 2001; Rice, 1997).
38+	Se observa una disminución rápida en la cantidad y regularidad de los óvulos liberados (Craig, 2001). La media de edad de la menopausia es de 49,76 años, pasando por ella la totalidad de las mujeres a los 58 (según Rice, 1997). La mengua en la fuerza física se hace notable a partir de los 40 (Le François, 2001)

Consultado en: Fierro, A. (2009). La transición de la adolescencia a la edad adulta: Teorías y realidades. Universidad Autónoma de Madrid

Nota: Las edades precedidas por la nota 'c.' se refieren a edades aproximadas o hacia las cuales ocurren los eventos mencionados, según lo especifican los teóricos o los autores de las fuentes. Las seguidas por el signo '+' se refieren a que de la edad referida en adelante

1.3 Salud Física

Para comprender la salud física del joven hay que entender primero lo que es, la definición de Salud dada por la O.M.S (2015), menciona podemos identificar tres variables que conforman dicho concepto: Bienestar tanto físico, mental como social.

La salud física en el adulto joven se puede ver favorecida sin embargo va a influir mucho los tipos de hábitos que se tengan, que abarcan el hacer ejercicio, comida poco nutritiva e incluso los estereotipos creados desde la sociedad de lo que es un cuerpo saludable y bien visto.

La televisión y redes sociales en la actualidad han influenciado a muchos jóvenes a realizar hábitos poco saludables o por el contrario a motivarlos a mejorar. Sin embargo, socialmente hablando ya se tiene una imagen a seguir en la mayoría de los casos que puede llevar a mermar la salud de las y los sujetos.

La salud física puede considerarse vital para cada etapa de la vida y para preservarla es necesario contar con hábitos alimenticios adecuados (más adelante se retoma éste aspecto) y en segundo lugar realizar actividad física constante.

La actividad física puede consistir desde solo caminar algunos minutos al día o practica algún deporte, de esta forma si los sujetos se mantuvieran activos podrían tener un estado de salud en bienestar, generando más fuerza, habilidades y resistencia, la calidad de vida se podría ver favorecida. El deporte y la actividad física son acciones que aportan no solo en las edades de la adultez, sino que será un beneficio para el resto de la vida, creando hábitos saludables.

En la adultez joven se busca indagar, experimentar y descubrir nuevas cosas situaciones donde tengan nuevas experiencias, sin detenerse a reflexionar sobre las situaciones que pueden ponerlos en riesgo una de las razones por lo que sucede esto lo explica Papalia (2009) menciona que los jóvenes tienen menos riesgo de sufrir un fractura o lesión de manera grave a la de un anciano ya que las recuperaciones son más lentas. Cabe mencionar que hay lesiones que en la juventud pueden pensarse no son muy relevantes en el momento, sin embargo, al pasar el tiempo pueden tener repercusiones.

La salud física puede verse favorecida o estancada por las creencias y tradiciones e incluso por la manera en que se dirija cada país, región estado, entre otros Papalia (2009, p.272) describe un poco del contexto de China “En la cultura China tradicional, la medicina y la astrología están íntimamente conectadas. Los sanadores chinos creen que personas nacidas en años que terminan con ciertos números tienen mala suerte si contraen ciertas enfermedades”. El ejemplo anterior nos ayuda a comprender que la familia amigos y contextos de vida `son factores importantes en los que pensar y considerar, pues se puede ir creciendo con ciertos hábitos que se quedarán arraigados por muchos años o permanentemente.

Durante el periodo de la Adulthood primaria los problemas de salud se ven más afectados por los hábitos que se tienen, muchos jóvenes no suelen consumir comida nutritiva y sufren de sobrepeso, no tienen un gusto por hacer ejercicio o por el contrario realizan más actividad de lo que el cuerpo podría soportar, Fierro(2009) menciona que el uso de las sustancias psicoactivas es relevante para el cambio físico de los jóvenes puesto que, entre edades de 18-25 se presenta mayor consumo de dichas sustancias, haciendo énfasis en el alcohol, tabaco entre otras.

Mayor parte de los decesos humanos son gracias a los accidentes en la edad de 25-34 años.

¿Por qué sucede? es un cuestionamiento que debería hacerse, pues se supone ya se ha llegado a una edad de pensamiento formal donde se podrían tomar decisiones que sean benéficas para ellos mismos, Papalia menciona (2010) que al no tener tan presente una red de apoyo como en la adolescencia y que se presenten más libertades puede volver vulnerables a los jóvenes si no se sabe poner límites, pues es más sencillo que se involucren en conductas no autorizadas que puedan representar un riesgo para la salud, e incluso los adultos emergentes y los adultos jóvenes presentan una tasa más alta de pobreza.

1.4 Estereotipos de la Adulthood Primaria que influyen en el aspecto físico.

Desde años atrás existen imágenes que se han implantado como correctas o estandarizadas dentro de un rubro de lo que físicamente debería ser un hombre o una mujer, influyendo así en los modos de comportamiento y estilos de vida que a su vez abarca parte de la salud.

Las generaciones han permitido darle estándar y valor a los humanos dependiendo de la manera en que lucen, los cuerpos físicamente muy delgados son bien vistos, se describen como cuerpos sanos y atractivos en cambio los cuerpos donde el físico sea de una persona gorda o chaparrita puede ser considerado poco atractivo.

Gran parte de lo que se va idealizando y haciendo parte de la cultura es gracias a las redes sociales y medios de comunicación, como lo es la televisión y los productos que se llegan a ofrecer dentro de programas televisivos, donde se denigran de alguna manera los cuerpos lo que podría ser un detonador para crear inseguridades, falta de autoestima y frustración por intentar cumplir con los estereotipos que se han dado.

Las redes sociales en pleno siglo XXI pueden causar ciertas inseguridades ya que hay muchas maneras de editar y hacer fotomontajes, fingiendo muchas poses y estilos de vida donde quizá todo es meramente para buscar aprobación en la sociedad. De esta manera quienes consumen ciertos contenidos buscan imitar las acciones, y realizar actividades que perjudiquen su salud, ocasionando problemas alimenticios, depresión u otros problemas de autoestima.

Así como las redes sociales y medios de comunicación han impuesto estos estereotipos los roles de género también suelen influir en la salud y aspecto físico de las y los jóvenes pues lo establecido socialmente aceptable para cada género es muy diferente, los hombres se han visto como los que son fuertes, los que fuman, toman o se drogan y por el contrario a las mujeres se les ha considerado débiles y que deben ser sumamente tranquilas y educadas, incluso culturalmente se les impone que no disfruten de su vida sexual hasta que tienen una pareja de manera formal. Estudios posteriores realizados por la Organización Mundial de Salud en el

año 2016 reveló que el género es algo que influye en la salud y bienestar en tres ámbitos.

1. los determinantes de la salud relacionados con el género, incluida la interacción con otros determinantes sociales y estructurales;
2. las conductas en la esfera de la salud en función del género; y
3. la respuesta del sistema de salud en función del género.

En la tabla que se presenta a continuación se describirán algunas determinantes que influyen en la salud de los adultos desde los tres ámbitos antes mencionados.

Tabla 2. Determinantes que influyen en la salud de los adultos Jóvenes desde el rol de género.

Meta de los objetivos de Desarrollo Sostenible	Factores determinantes de la salud relacionados con los géneros	Conductas en la esfera de la salud en función del género.
Epidemias de sida, tuberculosis, paludismo, enfermedades tropicales desatendidas, hepatitis, Enfermedades transmitidas por el agua y otras enfermedades transmisibles.	Las ocupaciones de los hombres (por ejemplo, las que implican trabajar al aire libre) pueden aumentar la exposición a los mosquitos. Asimismo, las tareas domésticas que realizan las mujeres, como la recogida de agua, también pueden aumentar la exposición.	En ocasiones, los horarios de apertura de los centros de salud no son compatibles con los compromisos laborales de los hombres. Además, los varones pueden tener menos acceso a intervenciones como las pruebas y el tratamiento de la infección por el VIH que, a menudo, se prestan a través de los servicios de salud reproductiva que utilizan principalmente las Mujeres

<p>Mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles (ENT) y promoción de la salud mental.</p>	<p>Si la etnia, la situación socioeconómica y la ubicación geográfica influyen las tasas de ENT, el género puede interactuar estrechamente con estos factores para aumentar las tasas de estas enfermedades. Por ejemplo, las mujeres de las minorías étnicas que viven en entornos urbanos obeso-génicos tienen tasas de diabetes más elevadas</p>	<p>Las normas relacionadas influyen mucho en la aceptabilidad de Determinadas exposiciones de riesgo muy asociadas con las tasas de mortalidad por ENT (9). Por ejemplo, en algunas sociedades se considera que fumar tabaco es un aspecto positivo de la masculinidad y un hábito mal visto en una mujer. Sin embargo, las empresas tabacaleras se adaptan a los cambios en las normas sociales aumentando la publicidad dirigida a las mujeres, que se ven expuestas a más riesgos para su salud.</p>
<p>Drogadicción y consumo excesivo de bebidas Alcohólicas</p>	<p>Los jóvenes de orientación homosexual (gays y lesbianas), bisexual y transexual tienen índices más altos de drogadicción y consumo excesivo de bebidas alcohólicas.</p>	<p>Las mujeres tienen menos probabilidades que los hombres de acceder a programas de tratamiento porque deben cuidar de los niños o por temor de perder la</p>

		custodia de los mismos, entre otros aspectos
Accidentes de tránsito	Las expectativas culturales y sociales de los empleos «aceptables» (como conductor de autobús, camión o taxi) aumentan la exposición de los hombres	Además, los hombres jóvenes suelen adoptar comportamientos de riesgo influidos por normas y expectativas asociadas a la masculinidad, como ocurre con la manera de conducir vehículos.
Polución y contaminación Ambiental	El trabajo (ya sea dentro o fuera del hogar) influye en las tasas y los tipos de exposición a los riesgos. Por ejemplo, los hombres suelen estar más expuestos a los contaminantes de los vehículos de motor, y las mujeres, a los humos de las cocinas.	Los hombres, cuyas tasas de tabaquismo son más elevadas, están también más expuestos a los contaminantes del aire. Estos dos factores agravan las diferencias entre sexos en relación con determinados resultados sanitarios

Organización Mundial de la Salud (2016), *Género y Salud*.
Retomado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gender>

Lo que se observa en la tabla anterior son ejemplos de lo que sucede como sociedad al menos desde el deber ser social, aceptado en cuestión de género y que influye en el modo de vivir de cada individuo que busca cumplir esas expectativas y que incluso cambian su estilo de vida para lograr agradar y entrar en círculos de aceptación donde están en búsqueda de su propia identidad.

Este tipo de ámbitos que se buscan cubrir afecta no solo a jóvenes que rondan en la edad de 20 años, sino que abarcan edades más allá en las que se logrará modificar ideas y pensamientos creando estilos de vida, y apropiándose de los mismos estereotipos donde se vea normalizado.

1.5 Hábitos y problemas alimenticios del adulto Joven que afecta en el aspecto físico.

Como se mencionó previamente los adultos jóvenes (20 -40 años) pueden verse influenciados por los medios de comunicación y el contenido que consumen, también por las ideas que tienen arraigadas por los grupos sociales a los que pertenecen e incluso creencias religiosas.

En la actualidad es muy común hablar sobre los hábitos alimenticios que se tienen, los jóvenes que apenas están en la transición para ser adultos pueden verse vulnerables al buscar cumplir con estereotipos de belleza, otros cuantos buscan cuidar su salud por que han creado una consciencia y algunos otros han tenido hábitos saludables o poco favorables que pueden causar consecuencias en su salud y físico.

Los hábitos alimenticios pueden determinar la apariencia física, sin embargo los hábitos en alimentación no se ven reflejados solo en ello, sino que también afectan la manera en que la misma persona se percibe y se siente con ella misma, así como generarse enfermedades como diabetes u obesidad, que pueden desarrollar muchos más problemas con el paso del tiempo.

El buscar encajar socialmente en una sociedad que aprueba la apariencia esbelta puede ocasionar graves problemas con la alimentación, refiriéndonos así a la anorexia, bulimia entre otros.

Se proponen algunos hábitos saludables que podrían a ayudar a mejorar el estado físico de los jóvenes adultos o mantenerlo de manera satisfactoria (**véase Tabla 3**)

Tabla 3. Siete hábitos Saludables

Prácticas corrientes relacionadas de manera directa con la salud.

1. Desayunar
2. Comer a horas regulares, evitar golosinas
3. Comer con moderación para mantener el peso normal
4. Hacer ejercicio con mesura
5. Dormir regularmente de siete a ocho horas por la noche
6. No fumar
7. No ingerir bebidas alcohólicas, o hacerlo con extrema moderación

FUENTE: (Belloc y Breslow ,1972 como se citó en Papalia y Olds 1997)

Estos son 7 hábitos que se han propuesto en un ideal de que puedan ser cumplidos o que deberían llevarse a cabo en la mayoría de los casos que pueden ayudar a mejorar la relación con uno mismo y que el cuerpo se encuentre en su mejor faceta, sin embargo, hay que recalcar que siempre deben consultarse especialistas para poder tener un mejor diagnóstico y guía.

Aunado a lo que se ha venido mencionando hay que comentar sobre la cultura de las dietas, ya que pueden venir implícitas junto con los Trastornos de Conducta Alimentaria (TCA), estos pueden observarse mayormente en los adultos de 20 años o que rondan esas edades pero no hay que dejar de lado que la etapa de adultez temprana abarca hasta los 40 años y que puede verse afectada de igual manera.

Los TCA pueden implicar tener dietas excesivamente estrictas o incluso dejar de comer o devolver la comida o por el contrario llevar una vida llena de excesos hacia el deporte y alimentación olvidando brindarle al cuerpo los nutrientes que necesita. Por esto mismo se recomienda acudir con expertos nutriólogos para crear una dieta que ayude a mantenerse en lo saludable de cada cuerpo.

Otro de los hábitos no propiamente alimenticios pero que sí influyen en el aspecto físico de los adultos jóvenes es el tabaco y el alcohol, y en algunos casos las drogas; tener este tipo de adicciones o hábitos a consumirlas puede ocasionar serios problemas de salud que pueden verse reflejados a lo largo de la vida, pues pueden provocar cáncer, mal en hígado y riñones e incluso la muerte. Es muy común que por la convivencia en fiestas o reuniones se lleven a cabo estas prácticas para convivir sin embargo si se realiza muy a menudo pueden volverse dependientes a dichos productos.

1.6. Sexualidad en la Adulthood Primaria

La sexualidad en la adultez temprana forma parte esencial, pues es una vertiente que cada sujeto tiene derecho a disfrutar y vivir en libertad, sin embargo, está ayuda a que se den cambios físicos en los sujetos como podría ser un embarazo ya sea deseado o no deseado, enfermedades (ITS) o un sentido de plenitud y autoestima en los sujetos.

La sexualidad en la juventud es muy común y normal querer experimentarla y disfrutarla, siempre y cuando se haga con precauciones para poder evitar ciertos problemas físicos y de salud que podrían ocasionarse de no hacerse con responsabilidad. Papalia (2009) menciona que en la juventud la sexualidad es mirada como un sello de esta y que a pesar de los cambios que se van generando en los aparatos reproductor femenino y masculino no debería influir y pueden continuar los placeres sexuales a lo largo de la adultez

La organización Mundial de la salud (2018, p.1) define Salud sexual como:

Un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, y no solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o malestar. La salud sexual requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia. Para que todas las personas alcancen y mantengan una buena salud sexual, se deben respetar, proteger y satisfacer sus derechos sexuales.”

Dentro del desarrollo de los jóvenes se encuentra también el aspecto sexual, entre las enfermedades de transmisión sexual, el descubrimiento de nuevas sensaciones, embarazos no deseados o por el contrario la infertilidad son algunas de las preocupaciones que abarcan a los jóvenes y se encuentran dentro de los aspectos de cambios físicos de los mismos.

Desde el pleno derecho de disfrutar de la sexualidad existen riesgos que hay que tener en cuenta que podrían afectar a largo mediano o corto plazo, entre esos riesgos se encuentran la Enfermedades de Transmisión Sexual como el sida, VIH, Herpes, entre otras. Regularmente los adultos Jóvenes que están en la misma transición y que suelen tener más excesos al tomar alcohol o alguna sustancia, los puede llevar a tener relaciones con personas desconocidas o por el hecho de experimentar la sexualidad recurren a servicio de sexo prestadores/as lo que puede ponerlos en un mayor estado de vulnerabilidad para adquirir alguno ITS, y de no tratarse bien pueden conducirlos a la muerte.

Por otra parte, relacionado con el tema de tener relaciones sexuales sin un cuidado o con método de protección podrían suceder embarazos no planificados, dejando la posibilidad de que los bebés vivan en estados sumamente vulnerables, los padres pueden dejar de estudiar o pausar sus metas y proyectos de vida, así como poner en riesgo su salud y la del bebé.

En algunos adultos Jóvenes que rondan entre los treinta años quizá algunos de menor edad y otros quizá más grandes empiezan a tener la necesidad o preocupación de formar una familia, es de ésta manera donde dentro del aspecto físico biológico puede influir si las personas interesadas son infértiles para poder concebir a un bebé, aunado a esto se pueden ocasionar problemas dentro de las mismas parejas, actualmente existen muchas maneras de poder planificar un embarazo, y es parte de los cambios físicos pues conllevan muchas modificaciones en el cuerpo, existen clínicas especializadas para poder llevar la planificación ya sea de manera natural o no.

A manera de síntesis, durante este capítulo se abordó el aspecto físico y los cambios que se producen durante la adultez temprana no tienen que ver solo con la apariencia, sino que se desenvuelve desde la salud y hábitos que van adquiriendo a lo largo de su desarrollo.

Biológicamente los sujetos en la adultez no muestran cambios de manera muy evidente, pues el cuerpo ya ha tenido una maduración, sin embargo, hay cambios que los mismos individuos provoquen para sentir plenitud y comodidad con ellos mismos.

Es importante resaltar cuales problemas suelen desarrollar las y los sujetos que están entre los 20 y 40 años, pues cada etapa será diferente, pero hay algunas características que son comunes en la mayoría de los casos que los identifica, aclarando que cada ser humano es diferente y cambiante. Llevar una vida de diversión y experiencias es importante de igual forma para un desarrollo sin embargo hay que marcar límites que permitan disfrutar y no ocasionar problemas de salud a largo plazo.

En muchos casos también ayuda el realizar un plan de vida con el que se busque llegar a una o varias metas para guiar los estados físicos y no exceder límites que los puedan mermar.

Las conductas relacionadas con lo que realizan los jóvenes adultos no son muy alejadas de la adolescencia, puesto que la nutrición los hábitos generados y que participen en conductas de riesgo de manera voluntaria resalta la manera en como cuidan su salud y autocuidado los adultos y la manera en la que influye en la dimensión física.

Aunque la etapa se caracteriza por estar en el mejor índice de plenitud física y los jóvenes subestiman el riesgo, de esta manera es que empiezan a surgir deterioros lentos pero progresivos en la salud y el desarrollo físico, generando enfermedades crónicas como podrían ser la obesidad, adicciones y decremento de la salud mental. Arrivillaga, Salazar y Correa (2003) proponen que se realicen programas de

educación para la salud en las universidades que incluyan procesos psicosociales tales como aprendizaje, cognición, emoción y motivación.

Lange y Vio (2006) señalan que los ambientes cotidianos donde las personas trabajan, aprenden, juegan o estudian son espacios idóneos para el desarrollo de propuestas de promoción de la salud, donde podrán implementarse nuevos hábitos y modificaciones de conductos brindando una mejor calidad de vida, y más duradera.

CAPITULO 2

Interacción Social en la adultez temprana

Las tres reglas:

Primera: La paradoja. La vida es un misterio, no pierdas el tiempo deduciéndola.

Segunda: Humor. No pierdas su sentido, sobre todo en ti. Te dará una fuerza colosal.

Tercera: Cambio. No hay nada que perdure.

-Dan Millman

En este capítulo se abordan las diferentes maneras que tiene la interacción social del adulto joven, y de qué manera influye en decisiones y estilos de vida que el adulto puede adoptar como modo de vida y el papel que la familia desde la primera infancia y como esta a su vez va marcando pautas para el desarrollo social de los sujetos, los diferentes espacios en los que se desarrollen los sujetos pueden influenciar en la manera en que se llegue a concebir el joven, y como el desarrollo que tenga le ayudará a crear nuevas posturas críticas de la vida y su entorno.

La interacción social es fundamental y necesaria, las personas con las que deciden relacionarse las y los sujetos son relevantes para los tipos de interacciones que se irán forjando en los diferentes ámbitos de la vida.

No en todas las etapas ni en todos los escenarios las relaciones que llevan a cabo los sujetos son una decisión personal, sino que los grupos sociales en los que se desenvuelve pueden ser una pauta para ciertos acercamientos, un ejemplo son las escuelas o las iglesias, en estos espacios los padres han decidido que sus hijos van a pasar el mayor tiempo de su convivencia con otras personas a partir de lo cual aprenderán ciertos valores y formas de relacionarse.

2.1 La Interacción Social.

El ser humano es social por naturaleza, la socialización es vital para poder sobrevivir, pues necesitamos convivir los unos con los otros desde recién nacidos

para lograr el desarrollo, aunado a esto es interesante mencionar que han existido casos de los llamados, niños Salvajes, son sujetos que se han criado en un espacios apartados de los seres humanos, sin embargo han logrado sobrevivir gracias a la interacción con animales, por lo tanto se criaron como tal, y se adaptaron al entorno, Ziing (1996) menciona que el taxónomo Carlos Lineo introduce el concepto de hombre salvaje u hombre feral para referirse a las personas que han sido aisladas de manera muy extrema al entorno humano, y que han sido criados por animales, o que al extraviarse tuvieron que adaptarse a las situaciones para sobrevivir.

Papalia (2010) menciona que un grupo de investigadores interesados en conocer más sobre el temperamento de los niños utilizaron categorías similares a un estudio Longitudinal de New York, donde se buscaba indagar sobre este tema, los resultados que fueron arrojados indican que el carácter que desarrollen los pequeños de tres años será una gran influencia o predicción a cómo será la personalidad de los sujetos en edades de los 18 a 21 años, sin embargo eso no se va a definir al cien por ciento pues dicha personalidad se irá conformando mediante aparecen emociones y capacidades de regulación de las mismas.

La interacción social del adulto puede verse influenciado desde la primera infancia, pues ya ha pasado y vivido varios procesos y experiencias en los diferentes contextos que le han rodeado, que a su vez ha ocasionado que desarrolle habilidades, modos de convivencia y diferentes maneras de comunicación. Papalia (2010)

Cabe recalcar que cada persona puede estar conformada por 1 de los 11 tipos de familias en México que nos expone López (2016) en un artículo publicado en el Instituto de Investigaciones Sociales que son:

Familias tradicionales: Este tipo de familias representan la mitad de los hogares en México.

Familia con niños: Es de las familias más comunes en México y se constituyen por Mamá, papá e hijos (menores de 12 años) donde los padres deberían tener una preocupación por el desarrollo integral de los niños.

Las familias con jóvenes: Estas se conforman por mamá, papá y adolescentes mayores de 12 años, menciona López (2016) que en este tipo de familias el principal objetivo es brindar las condiciones suficientes para que se formen adultos competitivos, dándoles educación y apoyando en oportunidades laborales para un buen desarrollo.

Familias extensas: Son aquellas conformadas por madre, padre e hijos y por otros miembros como abuelos, tíos o primos.

Familias en transición: Estos tipos de familia no van a incluir a alguna de las figuras tradicionales como madre o padre.

Se encuentran las familias de madres solteras, las familias de parejas jóvenes que han decidido no tener hijos o postergar el tenerlos, familias formadas por una pareja adulta o cuyos hijos ya se han retirado del hogar, familia unipersonal se refiere a las personas que viven solas por lo que son su propia familia, familias de Co-residentes hacen referencias a personas que viven en un mismo hogar sin necesariamente tener un vínculo sanguíneo o relación amorosa y familias emergentes.

11 TIPOS DE FAMILIA

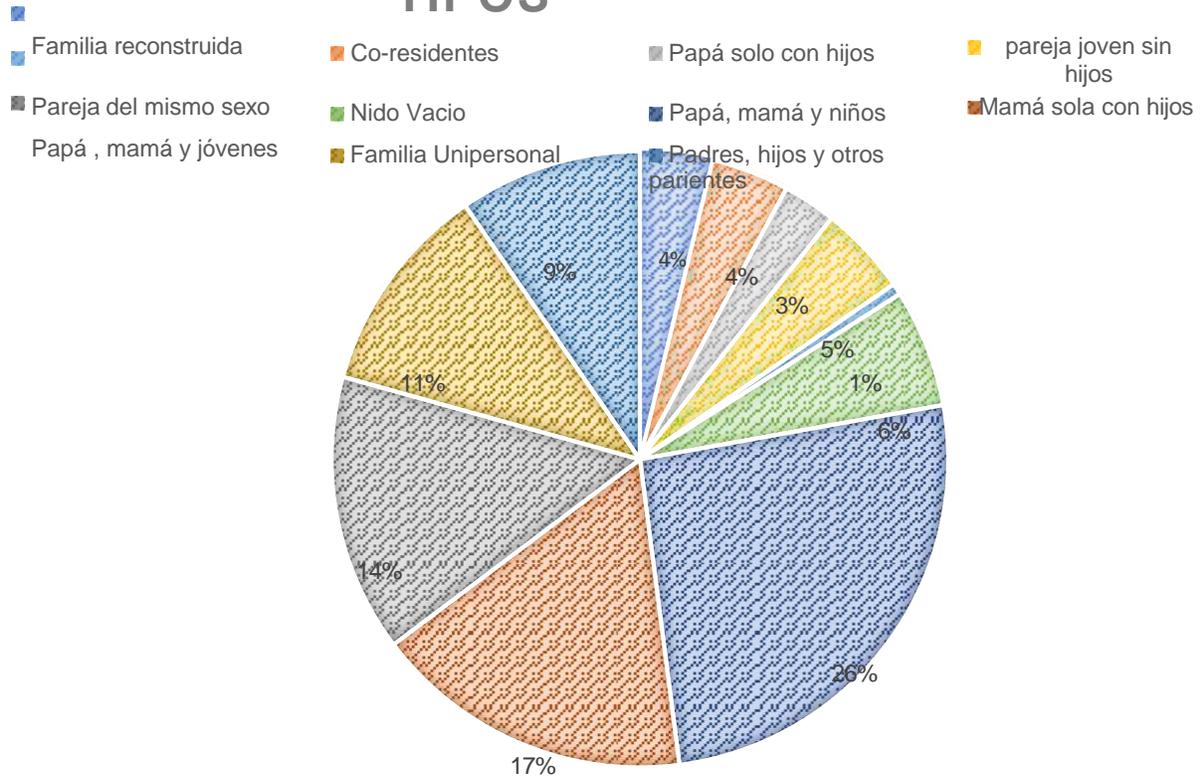


Figura 2.

Fuente: López. (2016). Los 11 tipos de familia en México. AMAI. https://www.amai.org/revistaAMAI/47-2016/AMAI_47_OCTUBRE_2016.pdf

El primer núcleo en el que se convive en la infancia es la familia, sea cual sea su conformación; mamá, papá, hermanos, tíos, abuelo entre otros. Según menciona Papalia (2010) durante la primera infancia se va creando un temperamento que puede ser influenciado por la genética de los padres y además lo que van creando los niños en la propia convivencia familiar, y los entornos en los cuales están inmersos. El temperamento se ira desarrollando en cuanto los niños o las niñas empiezan a descubrir las emociones, sentimientos y diferentes sensaciones que se les presentan, menciona Papalia (2010) “El temperamento se desarrolla a medida

que aparecen varias emociones y capacidades de autorregulación y aunado a eso pueden cambiar en respuesta al trato de los padres y otras experiencias de vida”

La primera interacción a la cual está expuesto el recién nacido es aquella que se crea con la madre de quien se espera una calidez, y unión mucho más significativa por el lazo que se formó dentro del vientre. Papalia (2010) menciona que los bebés tienen necesidades que deben ser satisfechas. La sensibilidad y el apego que se genera durante la infancia entre el pequeño y la madre podría tener efectos importantes en el desarrollo social y cognoscitivo.

Por otro lado, la interacción con el padre también es importante ya sea por un papel que se asume o se comparte. La relación frecuente y positiva de un padre con su hijo, desde la infancia, tiene una influencia directa en el bienestar y el desarrollo físico, cognoscitivo y social del niño (Cabrera et al., 2000; Kelley, Smith, Green, Berndt y Rogers, 1998; Shannon, TamisLeMonda, London y Cabrera, 2002). Citado en Papalia (2010). Ambos parentescos irán formando criterios e ideas a sus bebés, desde los modos de hablarle y dirigirse hacia ellos.

En el siglo XXI es decir, en la actualidad es menos común que los padres impongan roles de género a sus hijos, sin embargo siguen existiendo las diferencias entre como deberían comportarse los niños y las niñas, por lo tanto lo que adquieren los niños desde casa será reflejado en las maneras de comportamiento de los sujetos a lo largo de su desarrollo y en la manera en cómo establecen sus relaciones sociales.

Las relaciones entre los hermanos pueden resultar de suma importancia para las y los niños, pues suelen una manera menos autoritaria, donde se establezcan como iguales, con los hermanos pueden existir tensiones y desacuerdos. Menciona Papalia (2010) que los conflictos que puedan llegar a surgir entre los hermanos les brindará un mayor entendimiento sobre las relaciones sociales en los diferentes espacios de integración social, y el apego que se tenga entre padres e hijos puede ser una pauta para definir la relación ser un primer acercamiento a lo que son las relaciones con otras personas de que se tenga con los hermanos,

los hermanos pequeños suelen tener un apego mayor a los hermanos más grandes, aunque existan ciertas rivalidades dentro del círculo familiar.

Por su parte la adolescencia suele ser una etapa llena de cambios e incertidumbres, pues el cuerpo humano empieza a cambiar significativamente, pero los cambios no se reducen solamente a lo fisiológico, sino que pueden tener una modificación en los intereses y gustos de cada sujeto, sobre otra manera de apreciar la vida, estas transformaciones pueden resultar relevantes para las interacciones sociales.

Durante la adolescencia se puede presentar un desapego con la familia, pues los y las adolescentes empiezan a convivir y tener otros tipos de intereses y de relaciones sociales entre sus compañeros, amigos y conocidos, sin embargo la familia siempre girará alrededor de ellos y en conjunto los valores inculcados, Papalia (2010) menciona que aunque los amigos sean pieza clave en generar confianza e intimidad, los familia siempre permanecerán como una base y un círculo donde se puedan desenvolver con seguridad las y los adolescentes en la mayoría de los casos.

Los adolescentes empiezan a sentir una necesidad de desprendimiento hacia el núcleo familiar y aunque los padres quieren abrir paso a que empiecen a crear cierta autonomía, resulta complicado dejar de lado los juicios y preocupaciones que se pueden presentar, de acuerdo con Papalia (2010) para poder entender lo previamente presentado, “los padres quieren que sus hijos sean independientes, pero les resulta difícil dejarlos ir. Por lo tanto, deben pisar un terreno delicado entre dar a los adolescentes independencia suficiente y protegerlos de juicios inmaduros” (p.405).

Como se mencionó los adolescentes empiezan a tener más acercamiento con sus iguales, estos se convierten en parte fundamental y en un complemento de seguridad y confidencialidad, lo que ocasiona un mayor distanciamiento de la familia, pues menciona Papalia (2010) que la mayor intimidad y acercamiento adolescente refleja un desarrollo cognoscitivo y emocional, pues los adolescentes ya se encuentran en edades y etapas donde empiezan a generar ideas propias, metas y mayor expresión en cuanto se refiere a sentimientos, por lo que puede

resultar más fácil expresar los sentimientos y pensamientos que les resultan privados y permitir escuchar otros puntos de vista tener empatía con amigos y amigas.

Por otro lado Papalia (2010) también expone que en la adolescencia empieza a tenerse una mayor interacción con los otros, desde cuestiones amorosas o románticas, pues empiezan a socializar con diferentes personas, el cuerpo empieza a generar diferentes niveles de dopamina , las hormonas y feromonas y de ésta manera las y los adolescentes se interesen por otras personas para tener otro tipo de acercamientos que les ayudara a formar parte de su identidad, personalidad e influirá en sus demás relaciones sociales durante la adultez pues es un autodescubrimiento con ayuda de otro u otros individuos, es importante resaltar que la imagen que los hijos adquieren por parte de los padres influye en el tipo de relaciones románticas en las que se desenvuelvan, en Papalia (2010) citando a (Bouche y Furman, 2003) (pp.411) se menciona:

Las relaciones con los padres y los iguales pueden afectar la calidad de las relaciones románticas. El matrimonio o relación romántica de los padres puede servir de modelo para su hijo adolescente. El grupo de iguales constituye el contexto para la mayoría de las relaciones románticas y puede afectar la elección que hace el adolescente de una pareja y la forma en que se desarrolla la relación.

Lo que se busca lograr en el adulto joven es tener un acompañamiento y guía para que pueda ser independiente y autónomo, donde los padres o familia lo puedan acompañar en sus pasos haciéndole saber la responsabilidad de acciones e incluso que se prepare si el joven así lo desea en la formación de su propia familia, en el vínculo amoroso y la responsabilidad que está implica.

2.2 La familia la influencia en el adulto joven

Como se ha mencionado previamente la familia es parte importante del desarrollo de cualquier ser humano y será quién le marque algunas pautas para la convivencia futura.

La influencia de los padres dentro de la etapa de la adultez sigue siendo de suma importancia, los padres seguirán apoyando y guiando a sus hijos en diferentes aspectos, el apoyo que les brinden será de gran importancia para el beneficio y tránsito a esta etapa, Papalia(2010) dice que aunque ya un sujeto se encuentre en una etapa adulta seguirá necesitando la aceptación y empatía de sus familiares; especialmente de los padres, se mantendrá cierto apego que es fundamental para que se tenga un bienestar, así mismo dice que al tener el apoyo económico de los padres, sobre todo para las cuestiones de educación acrecentará las oportunidades de éxito y satisfacción en el papel del adulto.

Habrán familias que durante todas las etapas previas a la adultez le hayan brindado una formación a su hijo o hija para que el proceso de desapego sea más sencillo, menciona Hansen (2003) que la familia es de relaciones interdependientes de acciones que son mutuas y al descomponer parte de esta, o quebrantarla puede ocasionar desbalances en la familia y resultar poco agradable o perturbador, aunado a lo anterior; aquellas familias que le han brindado esa preparación para la independencia a sus hijos podrán sobrellevar este proceso de manera más sencilla.

Lo que se busca lograr en el adulto joven es tener un acompañamiento y guía para que pueda ser independiente ya autónomo, donde los padre o familia lo puedan acompañar en sus pasos haciéndole saber la responsabilidad de acciones e incluso

que se prepare si el joven así lo desea en la formación de su propia familia, en el vincula amoroso y la responsabilidad que está implica.

Al distanciarse del círculo familiar de origen implica un mayor compromiso con uno mismo, pues puede considerarse una transición a la vida adulta de manera más formal, sin embargo, de los 20 a los 30 años se ve aún poco confiable pues se siguen con muchas dudas respecto a donde dirigirse.

Los adultos jóvenes pueden tener diferentes metas en la vida, algunos de ellos pueden buscar sus propias metas personales sin el deseo de compartir o de hacer una familia, sin embargo, existen adultos que anhelan conformar una familia, su familia.

2.2.1 Elección de pareja

En el cambio de ser adolescente a ser adulto hay un gran interés por los jóvenes de conocer a gente y desenvolverse de manera sentimental con otra persona o personas, de tal manera en que compartan vivencias, gustos e intereses, Romo (2008) expone que la búsqueda de noviazgo y de una carrera de ocupación en gran parte de los jóvenes son procesos que van a definir la transición de la adolescencia a la adultez.

La importancia e interés que tiene la búsqueda de una pareja en esta etapa puede ser circunstancial y puede brindar grandes aprendizajes y vivencias, y puede representar procesos reflexivos, donde las y los adultos pueden seguir descubriéndose en varios aspectos de su persona, como también aprender a ser más empáticos, solidarios y tomar la responsabilidad de no solo ver por uno mismo sino que implica también compartir con alguien más todo tipo de vivencias y preocupaciones, Romo (2008) hace alusión a este aspecto, menciona que “Las experiencias con una pareja para quienes la han tenido, conllevan en muchos casos procesos reflexivos y se presentan diversas prácticas ,entre otras: Los novios, los amigovios amigos con derecho y los noviecillos informales”(p.802).

Los adultos jóvenes buscan compartir experiencias, pasar el rato, salir de fiesta o platicar para poder crear relaciones que les brinden apoyo, por eso la importancia de socializar y aprender a hacerlo, pues esto más allá de solo conocer por conocer, les permitirá desarrollarse de manera integral y de este modo tener un desenvolvimiento positivo para su vida futura.

Para poder realizar cualquier tipo de actividad, trámite o trabajo y tener comunicación asertiva con los demás, los jóvenes buscan compañía para platicar, pasar el rato, divertirse y compartir especialmente con sus pares, en múltiples espacios de convivencia como podría ser la escuela, el trabajo, la iglesia o el barrio. “La familia, amigos y relaciones de pareja son los ámbitos en los que generalmente el joven se desarrolla de manera más asertiva son: estando con amigos, familia y en las relaciones de pareja”. Pérez y Valdez(2003, p. 33)

Nuevamente en esta elección de pareja entra el papel de los padres o personas más cercanas a los sujetos, pues podría ser influenciado por las mismas, las creencias y valores inculcados a lo largo de la vida son un factor decisivo al momento de elegir compartir la vida con alguien, pues es tener otro tipo de responsabilidades. Las relaciones que son guiadas hacia el lado romántico también pueden ser estereotipadas por los medios de comunicación también pueden influir en la manera en que la gente se relaciona o lo que espera que suceda creando idealizaciones, tal es el ejemplo de las novelas en México, las películas o las series, por ejemplo, donde el hombre debe de llevar rosas y serenata para poder hacer feliz a una chica, y se vive en un amor feliz para siempre, básicamente se piensa en un amor romántico. Ejemplo véase figura 3.



Figura 3. Realización propia

Menciona Flores (2019):

El amor romántico cumple su función en el patriarcado, es un amor que aparenta una libre elección, da la oportunidad de elegir a la persona con la que se pretende establecer un vínculo, retira la presión del estatus o el aseguramiento de la tierra por medio de la unión del otro, pero enlaza a través de los mecanismos de aspiración a un ideal romántico, señalando los parámetros de una pareja ideal, donde la elección de la pareja termina respondiendo a modelos previamente estipulados y aceptados. (p.302)

Dentro del amor romántico, también influyen los medios de comunicación y las redes sociales, durante el Siglo XXI se ha dado gran auge a todo lo relacionado a lo digital lo que ha puesto de manifiesto la necesidad de relacionarse por esta clase de circunstancias, como lo es hablar por mensajes de la plataforma WhatsApp, compartir fotos por Instagram y saber que hacen los demás por Facebook, pero se ha implantado tanto las ideas de relaciones perfectas o más bien idealizadas

Las ideaciones amorosas no solo se constituyen de cogniciones, si no que quedan de manifiesto en la manera en que sentimos donde también influyen las emociones y sentimientos, así el comportamiento se mueve en torno al amor desde el sistema de valores inculcados, que determinaran en torno a las relaciones amorosas.

Hay que recalcar que el amor también es una construcción social por lo que la idea que cada persona tenga sobre él será influenciado por el contexto social en el que se desarrolló y las relaciones sociales que le han ido implantado ciertos pensamientos e incluso puede influir la locación geográfica donde se desenvuelva, cada aspecto mencionado influye en la manera de expresar el amor.

Ahora, también existe una temática de relaciones virtuales, refiriéndose a éstas como los vínculos que se han creado a través de una pantalla de computador, celulares, y redes sociales, incluso ya existen plataformas como Bumble o Tinder que son sitios para conseguir citas.

Con base a lo anterior puede decirse que gran parte de lo que observamos y vivimos dan pauta para la elección de pareja de manera sentimental.

Como se menciona, los padres tienen gran influencia en la vida amorosa de sus hijos pues ellos los educan y la mayoría de las veces son quienes dan opinión sobre cómo debería ser una relación o que el mismo ejemplo de cómo son los padres como pareja sea una pauta para decidir, menciona Papalia (2012).

En esta edad se empieza definir con más claridad y a tener estándares de lo que a los sujetos les gustaría en una relación sentimental, a tal punto que algunas personas puedan tomar la decisión de conformar una familia con otra persona y compartir sus vidas en matrimonio o juntarse sin otro tipo de compromiso, de acuerdo con Papalia (2012) las relaciones íntimas deberán estar basadas en la comunicación, autoconciencia, empatía; respetando los compromisos, conflictos y decisiones sexuales.

La escuela

La escuela cumple con diferentes funciones una de las más relevantes es la socialización.

En México desde que los sujetos son pequeños deben empezar a asistir a la escuela, desde preescolar hasta nivel superior la escuela tiene un papel de socialización además de cubrir con los programas académicos.

La escuela es el espacio en el que se aprenderá a convivir de maneras diferentes tanto con profesores, compañeros y quienes conforman en conjunto las instituciones escolares (Directivos, padres de familia, intendentes, entre otros).

Las escuelas ayudan a que las personas aprendan a relacionarse unas con otras a veces de una manera asertiva y en ocasiones no tanto, se aprende a comunicarse, expresarse con los demás, simplemente un diálogo entre estudiante y docente puede ser un momento enriquecedor pues al menos para los jóvenes adultos puede resultar interesante poder crear discusiones que permitan reflexionar o incluso en el mismo círculo de diálogo con los compañeros. Menciona Echavarría (2003) que en

la escuela se producen intercambios humanos los cuales son intencionados al aprendizaje, dando así nuevos conocimientos, que ayudará a integrar nuevas estrategias cognitivas y lo que caracteriza este capítulo, competencias socio-afectivas, comunicativas entre otras, donde también se verá involucrado el sentido de pertenencia e identidad en los sujetos.

Durante las etapas escolares es importante recalcar que se van a tener múltiples interacciones de manera espontánea, ya que lo principal es la pauta que se dé por parte del discente y el docente y por consiguiente la que el docente pueda implementar con sus demás estudiantes, teniendo en cuenta que dentro de la institución y el aula de clases no solo se aprenderán contenidos institucionales ni que el profesor solo depositará información en los sujetos, sino que la socialización estará de por medio y dejando claro que todos aprenden de todos, Bruner (1997) menciona que se forman subcomunidades, que son el lugar en el que los aprendices se ayudan a aprender unos a otros, dependiendo de las habilidades de cada uno, y que por lo tanto no hace falta que se excluya la presencia del profesor, sino que los aprendices se ayuden unos a otros en la apropiación y significación de conocimiento (p.39)

La interacción además brinda la posibilidad de conocer diversos pensamientos y formas de concebir el mundo, pues se convive con muchas personas de diferentes contextos e historias de vida, pensamientos diferentes y eso permite que las y los estudiantes puedan tener un mayor conocimiento, y percepción de lo que sucede, en el caso de aquellos sujetos que se encuentran teniendo una transición a la vida adulta ya habrán pasado por éstas convivencias y siguen creando muchas más, dándose cuenta de lo complejo que es enfrentarse con otro tipo de personas, menciona Echavarría (2003) que a través de la interacción con otros es la manera en que los sujetos que están siendo formados van a poder conocer, examinar y vivir la cultura, donde sean ellos quienes elaboran las concepciones del mundo y establecen diferentes tipos de relaciones accediendo a sus lógicas.

Entonces, si la escuela es un espacio de socialización, la misma institución debería crearse con ambientes que permitan que los sujetos puedan ser capaces de relacionarse con seguridad y gusto, así lo dice Echavarría (2003)

La escuela como escenario de socialización deberían configurarse como un lugar propicio para que los sujetos que asisten a ella se sientan incluidos y motivados a ser ellos mismos; deberá seguir siendo pensada alrededor de los posibles sujetos que bajo un criterio de lo humano son educables (p.5)

por lo tanto, ahí sería pertinente adecuar las aulas y los espacios escolares de una manera menos estructurada a lo tradicional (las bancas uno detrás de la otra y el docente enfrente) y darle otra estructura al aula donde todos puedan intercambiar opiniones.

Existen momentos claves en la escuela donde el desarrollo de la socialización puede verse más explícito como lo es el realizar trabajos y exposiciones en equipo, sentarte con algún amigo, un platica amena con compañeros fuera del aula, el compartir experiencia con tus pares y tener algunas preocupaciones similares a los otros puede generar un vínculo mucho mayor, de igual forma pueden no hacerse uniones muy asertivas con otras y otros compañeros, por la diferencia de pensamientos, disgustos y altercados que puedan mermar sin embargo eso también forma aprendizajes que se crean en la escuela o en otro espacio pues se van dando experiencias donde se aprenderán a resolver las diferencias para poder tener un espacio armonioso o simplemente para cumplir con un trabajo que necesite apoyo de ambas partes, esto forma parte de una dimensión afectiva que la escuela tiene de manera directa e indirecta, pues las instituciones con la misma convivencia ayudarán a fortalecer los lazos que se estén creando y a la vez dar un sentido de pertenencia a los educandos, Echavarría (2003) menciona que la dimensión afectiva

Da cuenta de los sentimientos, las emociones y las pasiones que las niñas, niños, jóvenes y adultos en general expresan en su actuar cotidiano y que aparecen como mediadores y condicionantes afectivos de la convivencia, en tanto consolidan un alto contenido del mundo sensible, enunciado en la

capacidad de amar y de ser amado, de expresar y recibir caricias y, por supuesto, en un autoconcepto sano, realista y objetivo; a partir de estas expresiones del mundo sensible, los sujetos desarrollan la capacidad para crear vínculos, afectos y construir pequeñas comunidades del reconocimiento, en donde cada uno de ellos se siente apreciado, querido, apoyado y sobre todo amado por sí mismo y por el otro (...) (p.19)

Por otro lado a la escuela se le ha dado otro tipo de connotaciones en que la escuela solo debe formar a seres trabajadores, siguiendo reglas y obedeciendo, en donde la misma escuela sea la institución en la que los padres esperan se inculquen valores, Echavarría (2003) explica que la escuela y la familia realizan de alguna manera un pacto en donde la primera se compromete a entregar un individuo que sea competente y profesionalmente capaz que se le inculquen valores y las tradiciones de la comunidad a la que pertenezca, que sean personas responsables de sus actos capaces de tener criterios ético morales y políticos.

Set tiene una concepción de que está solamente se encargue de los procesos cognitivos de las y los estudiantes de cualquier edad, hay que aclarar que sí, la escuela brinda aprendizajes escolarizados que ayuden al desarrollo meramente cognitivo; sin embargo hay que mencionar que la escuela tiene otras funciones como la de formar sujetos críticos, libres de expresión y pensamiento, Jackson(1996) hace una analogía similar donde menciona que la escuela es un lugar donde se realizan exámenes donde se aprueban y desaprueban, hay sucesos divertidos, se tropiezan con nuevas perspectivas y se adquieren destrezas.

La escuela sí brinda aprendizajes escolarizados que propicien el mejoramiento cognitivo y debería tener elementos pedagógicos, metodológicos y estructurales que sean afines para los procesos de enseñanza aprendizaje sin embargo hay que comprender que la escuela no tiene esa única función aunque sea de las principales, pues se trata de formar seres pensantes, críticos y libres de pensamiento y expresión, Jackson(1996) hace una analogía similar donde menciona que la escuela es un lugar donde se realizan exámenes donde se aprueban y desaprueban, hay sucesos divertidos, se tropiezan con nuevas

perspectivas y se adquieren destrezas. Así mismo es un espacio donde también las personas se sientan escuchadas, alzan la mano hacen amigos y enemigos y se desencadena la imaginación y se acaban los equívocos, esto es lo que hace la escuela en cualquier nivel. Para los jóvenes la escuela puede sentirse como un hogar o un vínculo muy cercano a ellos, algunos jóvenes encuentran pareja, algunos otros solo realizan buenas amistades.

2.4 El deporte

Para los adultos jóvenes los espacios deportivos y de recreación pueden ser vistos como escenarios que son importantes no solamente en esta etapa si no durante toda la vida, sin embargo, es durante esta fase donde ellos pueden seguir reafirmando lo que han aprendido deportivamente o empezar a aprenderlo, es sumamente interesante el cómo las actividades deportivas han permitido crear habilidades en los jóvenes, incluso que lo hagan un modo de vida es más importante aún, por supuesto por la salud pero los aprendizajes que pueden obtener es lo más esencial. Ramírez et. al (2004) lo expone de la siguiente manera:

Existe un amplio acuerdo en reconocer el elevado potencial socializador del deporte: puede favorecer el aprendizaje de los roles del individuo y de las reglas sociales, reforzar la autoestima, el auto concepto, el sentimiento de identidad y la solidaridad. Además, parece que los valores culturales, las actitudes sociales y los comportamientos individuales y colectivos aprendidos en el marco de las actividades deportivas, vuelven a encontrarse en otros campos de la vida como el trabajo y las relaciones familiares (p.67)

Hay personas acostumbradas a realizar alguna disciplina deportiva, de recreación, o actividad cultural durante cada etapa de la vida, sin embargo, hay quienes han empezado de manera tardía o incluso quienes ni lo han hecho, pero para aquellos y aquellas adultas que se animen a realizarlo podría ser un gran aporte a su vida, Camargo et.al (2013) refiere respecto al deporte que funciona como una herramienta donde hay competitividad, actividad física y abarca lo psicológico, sin

embargo también tiene otras funciones como actividades sociales, culturales y políticas.

Las ventajas y la manera en que influye en el desarrollo social del adulto el practicar algún deporte se relaciona con experiencias que pueden crear los jóvenes cuando se desenvuelven en ambientes competitivos, los equipos que se forman en deportes que involucran o sea colectivos precisamente les ayuda a crear comunicación, confianza, paciencia, resiliencia y tolerancia a la frustración; este tipo de aprendizaje y habilidades no solo influyen en su preparación física, sino que pueden verse reflejadas fuera de las mismas como en el trabajo, en la escuela, con la familia.

En el caso de deportes individuales también está el desarrollo social, en ocasiones se pueden competir en otros estados, lugares, crear grandes vínculos incluso con los entrenadores o con compañeros que practiquen el mismo deporte, el deporte puede inspirar a otros a realizarlo y tener metas en común que son disfrutar cierta disciplina, es decir el deporte puede ser un vínculo o puente que ayude a dar la unión a procesos de integración y socialización que ayuda a la crear identidades y sentidos de pertenencia que están dentro de un sistema social, claro donde siempre estará de manifiesto las diferencias sociales estructuradas por el sistema donde los deportistas no escapan, desde esta idea se puede decir que el deporte también se convierte en una actividad que desarrolla el sistema social vigente así menciona , Camargo et.al (2013).

Además de lo ya expuesto, el deporte ayuda a tener consciencia respecto las reglas morales y éticas que les ayudan a convivir en sociedad, también los valores de respeto y tolerancia con uno mismo y con los otros y el seguir instrucciones, es indispensable mencionar este punto pues muchos niños, jóvenes y adultos deportistas pueden estar expuestos a situaciones que los inclinen a cometer errores por creencias y situaciones erróneas, como un juego sucio, malos hábitos creados por parte de entrenadores o incluso de familiares. Ramírez et.al. (2004) menciona lo siguiente respecto a este punto:

(...) El deporte es una de las influencias a considerar en la educación de la juventud, y para muchos, la parte más importante del establecimiento

educativo. Sin embargo, el carácter formativo que pueda alcanzar el mismo dependerá, entre otros factores, de la manera en que los niños y jóvenes han de enfrentarse al dilema del juego limpio, es decir, a la toma de una posición frente al respeto de las normas del juego, o al hecho de saltarse las reglas establecidas con el único fin de ganar. Para que se dé el desarrollo moral en un contexto deportivo, se deben idear estrategias de razonamiento moral que superen la convención social.

Hay que entender que el realizar éstas actividades deben brindar un placer, diversión y aprendizaje; no puede dejarse de lado el carácter competitivo de lado, sin embargo manejarlo desde una manera sana es beneficioso, pues implica esfuerzos y crear metas a alcanzar a corto plazo, dependiendo de los intereses de los involucrados, uno de los beneficios del deporte es que ayuda a querer mejorar constantemente, teniendo implicaciones en la vida personal y social, pues se comparten intereses en común con otros deportistas.

2.5 Creencias religiosas como parte del desarrollo social.

Como ya se mencionó previamente la familia es de los principales grupos que influyen en el desarrollo social de los sujetos por ende las creencias y costumbres se verán impuestas a un principio hasta que los sujetos tomen la decisión de seguir o no alguna religión. Los modos de vivir pueden quedarse marcadas para cualquier sujeto en su día a día, las instituciones que predicán alguna religión son parte de una formación espiritual, religiosa dependiendo la manera, las concepciones y convicciones que se prediquen.

Es muy difícil desapegarse de ciertas costumbres cuando ya se tienen una edad avanzada como los adultos jóvenes, no obstante, hay quienes cuestionan algunas reglas impuestas por las religiones. La manera en que pueden influir las instituciones religiosas en el desarrollo social puede verse de muchas maneras, convivir en templos, iglesias, casas para predicar pues sea cual sean las ideas

religiosas que se tienen este tipo de espacios promueven la convivencia desde un tema e interés común de las y los participantes.

La religión también va a influir afuera de esos espacios religioso, pues existen prácticas que van marcando cierta moralidad, y son parte de la representación colectiva desde lo familiar y social por los círculos en los que se han rodeado Pérez-Agote (2016) menciona: “Las identidades colectivas pertenecen primordialmente al mundo de las representaciones e imágenes de la realidad y, en su proyección individual, al mundo de la conciencia”.

Las creencias religiosas van a influir en la concepción del mundo y modos de vida, hay algunas religiones en las que se manejan reglas de convivencia donde quizá sólo se pueda interactuar con personas de la misma religión y eso pueda estancar su desarrollo social en otros ámbitos pero por otro lado hay religiones que aceptan que se vaya a fiestas, convivan con más gente, entre otras cosas o simplemente cada sujeto ha decidido cumplir con las reglas o no de lo que se le debería hacer según lo impuesto Pérez-Agote (2016) menciona que la cuestión religiosa, y en general todas las creencias aportan una manera de concepción básica del mundo y para la vida de los individuos y resultas relevantes pues le dará otra concepción y sentido a las relaciones de los seres humanos y las otras formas de vidas vegetal y animal.

2.6 Espacios laborales

Dentro de las metas que mayormente persiguen los adultos jóvenes es ingresar al mundo laboral, quiénes empiezan a convivir en estos espacios en esta etapa pueden darse cuenta que es otro espacio donde se realizará convivencia, una convivencia de una manera mucho más formal, donde podrán encontrarse con situaciones un tanto complicadas o por el contrario muy agradables llenas de aprendizajes, pues ya es una responsabilidad mucho mayor tener que convivir y cumplir con lo que se le solicita en el mundo laboral, menciona Papalia (2010) “La naturaleza del trabajo es cambiante y las condiciones laborales cada vez son más diversas e inestables” (p.445).

En México y en muchos otros países es muy común que las personas que no concluyeron una carrera universitaria ganen menos que los que sí lo hicieron, Clarke(2002) menciona que los beneficios que podría tener estudiar la educación superior pueden favorecer y tener un gran alcance, por lo general, las personas que poseen un título de licenciatura consiguen mejores empleos y ganan más que quienes no han pasado por la educación superior sin embargo, en la actualidad el tener una licenciatura no garantiza un ingreso económico y de vida estable.

Los trabajos ayudan y aportan interacciones donde se pueden dar espacios de cooperación, intercambio de ideas, trabajo en equipo, donde se persiguen las metas en común de desarrollo, evolución y remuneración económica generando normas sociales para poder tener una relación o relaciones laborales amenas, Rodríguez, Mendoza y Vivas (2010) mencionan que:

El trabajo genera interacciones bajo las cuales pueden mediar pautas de cooperación, conformidad, coerción, conflicto e intercambio, como también generar agregados sociales, que permiten bajo la noción de grupo, equipo, comunidad, empresa y estado entre otros, delinear formaciones sociales, que orientados por la naturaleza de la actividad, permiten dar paso a formar diversos vínculos sociales. (p.544)

El trabajo es un agente generador de círculos sociales de todo tipo que llegan a vincularse con categorías que Rodríguez, Mendoza y Vivas (2010) exponen son de manera integral, multidimensional y compleja, donde dicen que el trabajo se ha de mover de manera macro en el que las relaciones se hacen desde un plano económico.

El trabajo como vínculo social.

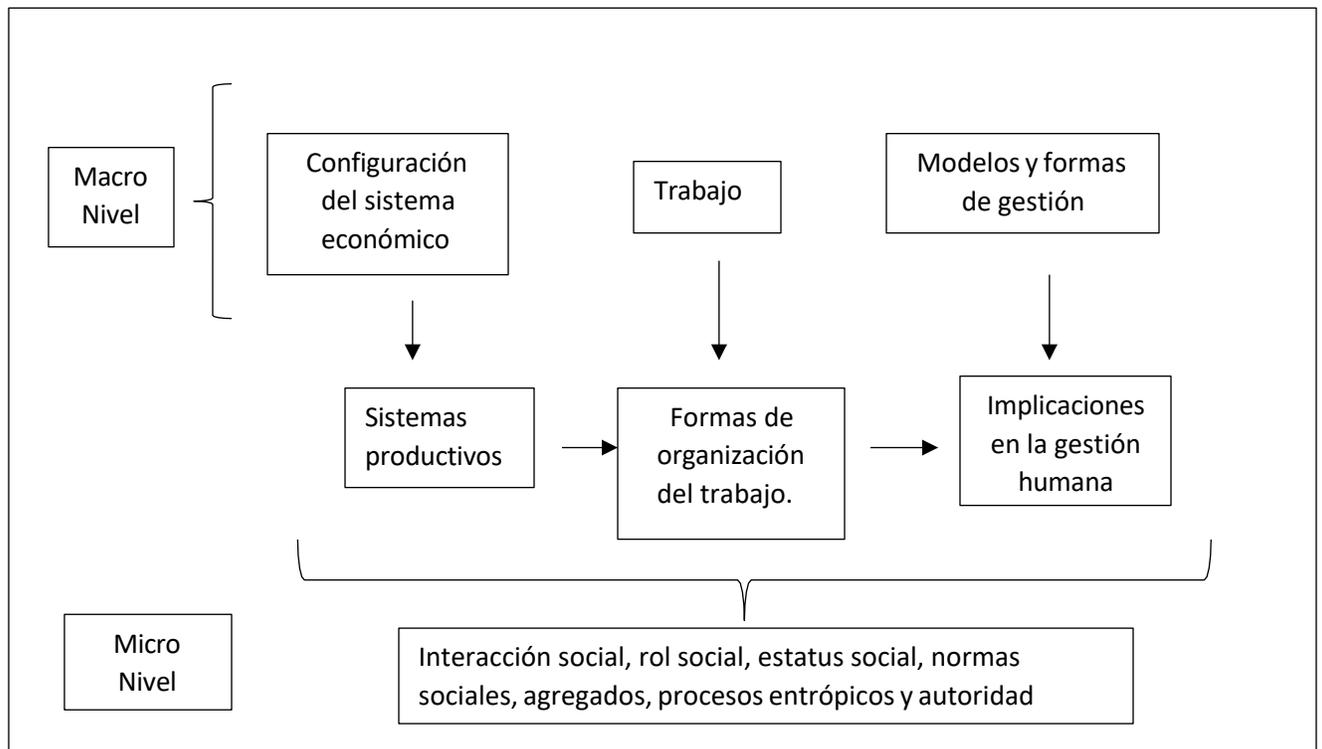


Figura 4.

Fuente: Rodríguez, Mendoza y Vivas (2010)

El cuadro que se expone anteriormente deja en evidencia la manera en que las relaciones sociales funcionan dentro de los círculos laborales y como el Macro nivel se basa más en generar los ingresos y modos de funcionamiento apropiados para que funcione correctamente, sin embargo dentro de los trabajos estará en conjunto con un nivel Micro que es el que favorecerá las relaciones e interacciones sociales, donde si existirá una diferenciación por jerarquías y normas a seguir dentro de las empresas.

Los sujetos dentro del mundo laboral tendrán funciones dentro de lo que un sistema marque, el trabajo es hecho social, donde habrá jerarquizaciones y dictaminara la estructura ocupacional tanto del mercado como de los grupos sociales. Es decir, el mundo laboral en donde se adentre el adulto joven será un sistema de acción social, en el que se presenten jerarquías y roles de trabajo que deberá cumplir,

creando responsabilidades y en busca de una satisfacción personal, económica y laboral.

En este capítulo se abordó como la interacción social en los adultos jóvenes tiene diferentes espacios donde se lleva a cabo, realizando así un recorrido breve por etapas del desarrollo que se ven involucradas para la conformación de este, desde las experiencias, modos de vivir, costumbres y creencias que se han inculcado desde la infancia, pasando por la pubertad, adolescencia y adultez.

Se expuso en el capítulo que el ser humano es social por naturaleza y en cada etapa podrá ir construyendo y reconstruyendo nuevas personas que resultaran personas críticas, respetuosas a los modos de convivencia con las y los otros, apoyando no solo a la unión social de amistades o familiares, sino que también laborales o escolares, mejorando varios ámbitos de la vida. Creando espacios de convivencia más sanos, dejando ver que la comunicación asertiva puede vincular un buen desarrollo social y humano.

Capítulo 3

Desarrollo cognitivo de la adultez

Todo el mundo te dice lo que es mejor para ti.
No quieren que busques respuestas, sino que creas las tuyas.
Deja de coleccionar información del exterior y empieza
a buscarla por ti mismo en tu interior.
Da miedo ir hacia dentro,
pero es el único lugar
donde encontrar lo que se necesita.
-Dan Millman

El desarrollo cognitivo es un proceso que sucede de manera continua del ciclo vital de vida de los seres humanos, es la manera en que las personas razonan conforme a su edad, contexto y experiencia de vida; la forma en la que solucionaran los problemas, y los intereses que tengan.

Dentro de este capítulo se explicará la relevancia que tiene el planteamiento de Piaget conforme se va explicando por etapas del desarrollo cognitivo pues resulta relevante conocerlos para entender la manera en que los adultos adquieren aprendizajes y modos de vida desde las etapas que Piaget propone durante la infancia a la adolescencia. Desde la perspectiva de Piaget (1970) el conocimiento humano es una forma específica de adaptación biológica de un organismo complejo a un medio complejo. De acuerdo con este autor, el sistema cognitivo del sujeto selecciona cierta información y la interpreta para poder construir su propio conocimiento, es decir él se identifica como constructivista, ya que cada sujeto construye su propio conocimiento.

Piaget, psicólogo Suizo que se dedicó a estudiar lo que los niños ya sabían y aprendían pero; estaba mayormente preocupado por la manera en que llegaban a ese conocimiento. Él propone que todos los sujetos pasan por cuatro etapas de pensamiento: Sensoriomotor, preoperacional, de las operaciones concretas y de las operaciones formales, estas últimas hacen referencia a que el adulto empezará a mirarse como un sujeto más maduro pues supone que debería de alcanzar un razonamiento hipotético y abstracto.

3.1 Piaget. Las bases del desarrollo cognitivo

Es importante hacer un recorrido por las cuatro etapas para que se puedan comprender los procesos por los que pasa el ser humano puesto que todos son preámbulos o base para la vida adulta finalmente se abordará una etapa que no contempla Jean Piaget en su teoría que es la etapa Post formal.

Piaget descubrió que los niños de edades similares reaccionan de manera similar ante las tareas intelectuales que él proponía y muy diferentes a las propuestas y expectativas de los adultos.

Piaget clasifica de la siguiente manera los niveles de pensamiento infantil:

Tabla 4.

El pensamiento infantil.

	Periodos	Edades	Características
Periodos preoperatorios, prelógicos.	Sensomotriz	Del nacimiento hasta los 2 años	Coordinación de movimientos físicos, pre representacional y verbal.
	Preoperatorio	De 2 a 7 años	Habilidad para representarse la acción mediante el pensamiento y lenguaje; prelógico.
Períodos avanzados, pensamiento lógico	Operaciones concretas	De 7 a 11 años	Pensamiento lógico, pero limitado a la realidad física.
Consultado en: Labinowicz, E. (1987). <i>Introducción a Piaget: pensamiento, aprendizaje, enseñanza</i> . Addison Wesley Longman			

3.1.1 Los periodos preoperatorios prelógicos

Estos periodos se dan durante la primera infancia y la infancia, es decir cuando las y los sujetos están empezando a adquirir habilidades, como el habla y movimientos que les permitan relacionarse con los otros y subsistir, las habilidades y acciones que van tomando van a influir en el desarrollo cognitivo que las y los niños tengan, mayormente se utiliza el juego para propiciar el aprendizaje pues los juegos ocupan varios elementos que ayudan a la evolución como el habla, coordinación, ejecución, seguir instrucciones entre otros.

3.1.2. Periodo sensomotriz

Esta etapa se dividirá en dos aspectos el primero es el desarrollo general y el segundo la permanencia del objeto para lograr explicar la secuencia del desarrollo durante el periodo sensomotriz, este periodo abarca desde el nacimiento hasta los dos años de vida.

En el aspecto del desarrollo general de los 0 al 1er mes estará la diferenciación de reflejos, que si bien el niño al nacer no posee todos los sentidos, se irán formando al pasar cada etapa de desarrollo sin embargo si pueden tener ciertos reflejos con los que nacieron y que les ayudan a sobrevivir explica Labinowicz (1987); es decir el llanto, el succionar del pecho de la madre son ciertos reflejos que el niño al nacer tuvo que adquirir y que resulta una manera de comunicarse con los otros, pues los padres deberán o adquieren de igual manera habilidades para reconocer el llanto y muecas que hacen los bebés para pedir lo que requieren, un ejemplo que indica Labinowicz (1987) es que el niño en la creciente búsqueda de objetos a succionar empezara a diferenciar y seleccionar que objetos son los que desea succionar, ya que chupar su pulgar y succionar el pecho de la madre no será lo mismo pues estará diferenciando que el tamaño, forma, lugar y entre otras cosas se han modificado.

En los siguientes meses que abarcarían desde el primero hasta el cuarto mes el niño ya ha aprendido movimientos mismos que busca repetir para tener un estímulo de placer, es una autoestimulación el niño no inventa nuevos movimientos, sino que los que ya conoce los seguirá reproduciendo, un ejemplo que nos acerca a esto según Labinowicz (1987) el niño se le cae el pulgar de la boca, ocasionando

el chupar y salirse. El bebé trata de redescubrir esa acción para poder sentir nuevamente esa sensación, esto es conocido como los primeros patrones de conducta.

Dentro del mismo desarrollo general la formación de patrones de conducta hacia el mundo externo se dará de los 4 a los 8 meses que según Labinowicz (1987) quien explica las etapas de Piaget, menciona que el niño irá puliendo su coordinación visomanual la cual implica que empiece a manipular los objetos y aprender a gatear para descubrir mucho más su mundo exterior.

De los 8-12 meses la condición de factores de conducta estará presente pues el niño podrá coordinar dos acciones si hay algún objeto que le interese y algo le estorba para poder verlo o agarrarlo tendrá ya la capacidad de poder mover lo que le molesta y agarrar el objeto, los comportamientos usuales de conductas serán golpear y agarrar; es decir según Labinowicz (1987) el niño podrá llevar a cabo acciones previas que ya conoce con patrones más amplios, uno es el medio para llegar a su fin y la otra es la acción en sí misma.

Álvarez y Orellana (1979) nos exponen otro de los estadios de la etapa sensomotriz donde se encuentran los experimentos para descubrir propiedades de los objetos de los 12- 18 meses , “la función corporal: en medida que el niño avanza en el conocimiento del mundo, de las relaciones de posición de los objetos y de los desplazamientos de éstos logra separarse del mundo que los rodea y empieza a tomar conciencia de sus propios movimientos que le permite un mayor control y planificación de su propia actividad” (p.388), es decir el niño ya conoce que con un mismo patrón de conducta producirá el mismo resultado, sin embargo también la asimilación se vuelve más interesante y fuerte en el que va a empezar a realizar otras acciones para descubrir otras respuestas. Tal pareciera que el niño busca algo activamente nuevo cambiando la forma en como interactúa con los objetos.

Dentro del desarrollo general habrá una modificación de los patrones de acciones familiares para lograr adaptarse a nuevas situaciones, la experimentación infantil va a hacer más fácil el descubrimiento de nuevas maneras de alcanzar un objetivo y adaptarse a nuevas experiencias y buscar otras soluciones.

3.1.3. Periodo preoperacional

El siguiente periodo en este capítulo es aquel que va de los 2-7 años, periodo preoperacional, en el que el niño empieza a tener un pensamiento diferente haciendo uso de imágenes y apropiación de símbolos y conceptos, mismos que descompondrá para lograr un pensamiento más maduro, el niño ya no necesitará que las acciones que se tenga sean de modo externo si no que el podrá apropiarse y representarlas mentalmente para después poder imitarlas, menciona Labinowicz (1987) que las acciones serán de manera internas, el niño podrá representar mejor los objetos mediante el uso de palabras o imágenes mentales, y esta misma acción interna liberará al niño de presente, en el que podrá recordar y representar acciones que anteriormente fueron vistas y de esta manera manifestar su percepción de la misma, a los demás.

En esta etapa el lenguaje ya ha aparecido y se va a ir engrandeciéndose de una manera veloz, como popularmente se menciona que los niños son como esponjitas; por que absorben mucho, González et al. (2014) menciona que durante esta etapa hay que marcar nuevos retos que impulsaran al niño a retos lógicos donde se pondrá a prueba su razonamiento, aunque este aún tendrá algunos sesgos por características mismas de la edad como pueden adoptar un punto de vista propio son permitirse conocer otros, solo fijarse en un rasgo del objeto ignorando otros, entre otros.

Piaget define esta etapa como función semiótica o simbólica donde se da al término del periodo sensoriomotor que en palabras de él:

Aparece una función fundamental para la evolución de las conductas ulteriores, y que consiste en poder representar algo (un "significado" cualquiera: objeto, acontecimiento, esquema conceptual, etcétera) por medio de un "significante" diferenciado y que sólo sirve para esa representación: lenguaje, imagen mental, gesto simbólico, etc. (Piaget & Inhelder, 1997,p. 59).

El siguiente proceso dentro de este periodo que marca Piaget y Inhelder (1997) es el juego simbólico que hace referencia en la manera que el niño

empieza a jugar en manera de imitación a ciertas acciones que él o ella ya conocen y se han apropiada como el fingir dormir, o incluso cuidar a un bebé usando muñecas, peluches, o fingir comer poniendo sus manitas de manera en que realizan la imitación, pues son actos que constantemente ven de los cuales se han apropiado.

En medida en que el niño está organizando su conducta también tendrá que organizar sus estructuras de actividades físicas menciona Labinowicz (1987) que a la vez el niño forma imágenes mentales que le servirán como estructuras y asimilara elementos para el juego simbólico, el niño modifica la realidad en función de la representación mental que le otorgue, no necesariamente debe ser el objeto mismo si no lo que ha decidido que lo represente.

Al ser el juego un proceso importante durante esta etapa se describirá de manera breve sus variedades, éstas expuestas por (Labinowicz 1987, p.68)

Para está etapa el lenguaje forma un punto importante, pues dentro del mismo juego e interacción social podría ser un factor importante para que los niños lo desarrollen, los juegos tienen la función de ayudar a proporcionar esas herramientas que más adelante se apropiaran los niños, seguir reglas, pues el lenguaje no se restringe a la rapidez de las acciones físicas.

González et al. (2014, p.204) nos expone las limitaciones del pensamiento formal en el estadio peroperatorio para comprender de manera más sistemática lo antes mencionado, que concierne a la manera en que el niño empieza a conocer su entorno y el proceso cognitivo que va desarrollando para poder dar paso a periodos lógicos avanzados. Las limitaciones que muestra son las siguiente:

Apariencia perceptiva/rasgos no observables: dominado por los aspectos perceptivos de los objetos, el niño no realiza inferencias a partir de propiedades no observables directamente.

Centración/descentración: se focaliza en un solo aspecto de la situación o un solo punto de vista (el propio), obviando otras posibles dimensiones o puntos de vista diferentes.

Estados/transformaciones: no relaciona los estados iniciales y finales de un proceso, a ignorar las transformaciones dinámicas intermedias.

Irreversibilidad/reversibilidad: no puede rehacer mentalmente el proceso seguido hasta volver al estadio inicial.

Razonamiento transducido/pensamiento lógico: establece conexiones asociativas inmediatas entre las cosas al razonar de lo particular a lo general.

3.1.4.1 Periodos lógicos avanzados

3.1.4.2 Operaciones Concretas (7 a 11 años)

La operaciones concretas se refieren a los objetos manipulables por el niño donde se utiliza la lógica para llegar a conclusiones validas.

Para que Piaget pudiera explicar la transición de una etapa a otra añade el factor de equilibración Piaget (1978), que se define como una tendencia dinámica de cualquier sujeto a buscar una relación cognitiva con el mundo de manera más estable. La manera en que el niño vaya modificado sus acciones y tenga una autorregulación de estas, es lo que permite visualizar el equilibrio, pues el niño poco a poco se volverá más capaz de razonar y corregir las acciones, donde se moldeara la manera de pensar y se vuelva más objetivo.

En este periodo se dará inicio a que el niño tenga las primeras simbolizaciones y va a concluir cuando el niño este en la etapa de entrar a la adolescencia mencionan Nortes y Martínez (1994) que al dar paso del nivel preoperacional al de operaciones concretas se darán abstracciones que extrae que de estructuras pasadas se puedan

construir nuevas estructuras que sean superiores, donde el equilibrio permitirá también tener conexiones en sentido directo e inverso.

El niño o la niña en el desarrollo cognitivo van generando nuevas habilidades como las nociones de conservación.

Piaget realizó experimentos con niños de varias edades con la conservación de la materia, en el cual había dos recipientes del mismo tamaño llenos con la misma cantidad de agua, el experimento consistía en verter el contenido de uno de los dos recipientes en otros diferentes de distinta altura y anchura, pero con la misma capacidad, se les preguntaba que ahora que recipiente tenía mayor cantidad de agua los niños más pequeños respondían que los recipientes más pequeños tenían menor cantidad de agua aunque en realidad tuvieran la misma, y los niños más grandes entre 7 y 8 años ya eran capaces de responder correctamente.



Figura 4.

A continuación se observará la manera en que Piaget (1997,p.101) lo lleva a cabo y la manera en que él lo explica.

(...) en su trasvase de un vaso A a un vaso B más estrecho, o a un vaso C, más ancho. Hay dos hechos particularmente notables en las reacciones ordinarias a los cuatro-seis años, según las cuales el líquido aumenta o disminuye en cantidad.

(...) Al nivel de las operaciones concretas, por el contrario, desde los siete u ocho años, el niño dirá: "es la misma agua"; "no se ha hecho más que verterla"; "no se ha quitado ni añadido nada" (identidades simples o aditivas); "puede volvérsela de B a A, como estaba antes" (reversibilidad por inversión); o, sobre todo, "está más alta, pero el vaso es más estrecho, lo que da igual" compensación o reversibilidad por reciprocidad de las relaciones.

Esto sucede porque el niño en la etapa de las operaciones concretas ya ha alcanzado habilidades de conservación y reversibilidad y ha tenido un desarrollo cognitivo más amplio, utilizando la lógica y análisis mucho mayor, que es el que le permite resolver este tipo de retos nuevos.

Otras capacidades que el niño va adquiriendo tienen que ver con la seriación, que consiste en dar orden por dimensiones crecientes o decrecientes; la clasificación consiste en hacer agrupamientos ya sea por colores, tamaños formas entre otros; el número, el niño empieza a ligar las seriaciones e inclusiones de clases constituye la construcción de los números enteros; el espacio; tiempo y velocidad.

Esta etapa dura bastantes años, y termina en un punto donde los niños se están convirtiendo en adolescentes por lo que este desarrollo cognitivo se verá reflejado al pasar el tiempo, y se observará como el pensamiento se ha modificado de manera, que influye bastante en tomas de decisiones conscientes obteniendo mayor dominio en el sistema de escritura y del número,

3.1.4.3 Operaciones Formales.

La etapa de operaciones formales es la última etapa de la que habla Piaget, que abarca la edad de 11 a 15 años, cuando el sujeto ya alcanza la pubertad y por consiguiente a la adolescencia sin embargo sigue influyendo durante la adultez, en el que su pensamiento será mucho más lógico con un mayor grado de reversibilidad, usando en pensamiento hipotético deductivo, dándole sentido a diferentes estados de la realidad y analizando las situaciones y retos que se le impongan Trillas(2007) lo explica de esta manera:

(...) etapa de las operaciones formales, que supone un mayor grado de reversibilidad en su pensamiento. A partir de los logros de este estadio, se tornará capaz de razonar sobre conceptos de mayor grado de abstracción, que implican el uso de un sistema explícito de enunciados hipotéticos, y de utilizar la lógica proposicional. Estará en condiciones de utilizar un pensamiento hipotético-deductivo, el cual seguirá extendiéndose hacia diferentes dominios de la realidad a lo largo de su vida. Ésta es la última etapa del desarrollo cognitivo, en la cual se consolida la estructura cognitiva característica del pensamiento adolescente y adulto (p.184)

La importancia de esta etapa es que el sujeto es capaz de razonar y desarrollar razonamientos complejos con conceptos que tienen alto grado de abstracción, hacer hipótesis.

Aunque éstas operaciones van muy ligadas a las operaciones concretas descritas previamente, la diferencia de éstas es que el sujeto ya es capaz de imaginar y analizar las situaciones sin tener objetos lugares personas tangibles y concretas, por ejemplo cuando están leyendo una historia ya tienen la habilidad de poder imaginar todo lo que está sucediendo dentro de la misma sin antes haber tenido que ver las imágenes, es una etapa donde el razonamiento que poseen ayudará a crear predicciones donde sea su lógica y análisis el que les brinde la respuesta.

A continuación, se mostrarán las características que describe Valdés en uno de sus trabajos titulados “Etapas del desarrollo cognitivo de Piaget” para el doctorado Psicología-Educación realizado en octubre de 2014.

La etapa de operaciones formales es en donde se da el máximo desarrollo de las estructuras cognitivas, el desarrollo cualitativo alcanza su punto más alto.

1. En cuanto a la reversibilidad, el sujeto puede manejar las dos reversibilidades en formar integrada, simultánea y sincrónica
2. Esto es lo que se denomina: Grupo de las cuatro transformaciones o sistema de las dos reversibilidades (I.N.C.R)

I.N.C.R. Es un sistema cerrado, ya que es posible partir de una de las cuatro operaciones, combinarlas de modo que siempre se obtiene, como resultado, otra operación del mismo sistema.

I-es la operación idéntica o directa

N- es la separación inversa o negativa de I

C-es la operación correlativa de R

R- es la operación recíproca de I

3. El razonamiento es hipotético-deductivo.
4. De acuerdo a lo señalado el sujeto puede utilizar supuestos en situaciones de resolución de problemas.
5. Distingue entre acontecimientos probables e improbables y puede resolver problemas.

El periodo de las operaciones formales para el aprendizaje de la lecto escritura debería ser totalmente introducido en los sujetos, es decir ya sabrán leer y escribir expresar sus ideas ya no será tan complicado, podrán comprender, es donde entra el pensamiento hipotético deductivo, Álvarez y Orellana (1979) comparten que con ésta característica el niño tendrá generalizaciones simples hacía nuevos contenidos a través de la lectura, y será capaz de crear conclusiones propias siendo así más autónomo, lo que ocasionara mayor curiosidad a investigar las dudas e inquietudes que tenga sin esperar a que alguien más le diga su verdad.

3.2 Características del desarrollo cognitivo

La inteligencia

La inteligencia en su concepto más común y conocido tiene que ver con la manera como se desenvuelve un sujeto para la resolución de situaciones, o hablar simplemente desde un singular como una capacidad intelectual, sin embargo Bueno et.al (1999) mencionan que tiene que verse desde una manera plural pues hace referencia a un conjunto de operaciones mentales que ayudan a que el entorno funcione de manera efectiva.

Se tiene la creencia de que la inteligencia eventualmente irá disminuyendo con el envejecimiento, donde nuevamente tiene que ver con la historia de vida de cada sujeto, pues regularmente refieren Bueno et.al (1999) que se tiende a infravalorar la inteligencia del adulto pues la mayor parte de casos no tuvieron las mismas condiciones que se pueden tener en tiempo modernos o las condiciones de vida fueron diferentes para cada generación que está en transición de ser adulto.

Los estudiosos respecto a la inteligencia en etapas de la vida humana como lo menciona Castell (1967) hay dos tipos e inteligencia, la fluida y la cristalizada, entendiendo que las aptitudes intelectuales tienen un mayor o menor componente de ambos tipos de inteligencia.

La inteligencia fluida: Tiene que ver con la capacidad de resolver o manejar situaciones nuevas, desde tareas no cargadas de contenidos académicos o culturales, mencionan Bueno, et.al. (1999) que esta inteligencia corresponde con los procesos cognitivos básicos, creando así la capacidad de relacionarse y construir conceptos y resolver problemas.

Inteligencia cristalizada: Unión y conjunto de conocimientos que se formaron y se han formado durante el transcurso de la vida (ciclo vital), que por el contrario a la inteligencia fluida está sí tiene que ver con esa capacidad de resolver y manejar situaciones de índole académico y cultural, es por tanto el conocimiento organizado que logro acumularse en la vida de un sujeto Bueno et.al (1999).

Durante la etapa del ciclo vital la inteligencia fluida empieza el declive por diferentes causas como la disminución perceptiva o disponibilidad de recursos cognitivos, por ejemplo, la capacidad de concentración.

Es un hecho que los factores personales, ambientales y culturales serán gran influencia para un mayor o menor magnitud del declive intelectual, por ejemplo, Bueno et.al (1999) mencionan que dentro de esos factores se suelen asociar que las menores pérdidas intelectuales son con enfermedades crónicas, estatus sociocultural alto, ambientes que están en constante estimulación intelectual, estilo de personalidad flexible y sentimientos de satisfacción con las propias capacidades.

3.2.1 La creatividad

La creatividad puede asociarse regularmente a lo novedoso, a un pensamiento divergente y para dar soluciones nuevas a las situaciones. La creatividad no ha sido tan estudiada como la inteligencia, pero se le suele dar el estigma de que su mayor auge recae en las personas más jóvenes y que está empezando a perderse cerca de los 30 años.-De acuerdo con Bueno et.al (1999) la creatividad suele asociarse con la inteligencia fluida dentro del pensamiento divergente, pues se conoce como una habilidad en la que se permiten dar múltiples soluciones nuevas o creativas.

3.2.2 La sabiduría

La sabiduría se asocia normalmente a personas que han vivido y tenido más experiencias, como si fuera un conocimiento de la vida para saber actuar con sensatez, en los retos de la misma, las experiencias acumuladas, entre otros . Mayormente suele asociarse la sabiduría con inteligencia, sin embargo menciona Bueno et.al(1999) que la sabiduría va más allá de la inteligencias pues está guiada por valores, sociales, éticos y morales.

La sabiduría se asocia en el saber y en el hacer, la manera en que un sujeto se desenvuelve desde su experiencia de vida y cómo lo hace, Bueno et.al (1999) también define a la sabiduría como una manifestación del pensamiento post-formal en un grado elevado.

Erikson (1980) destaca el autodesarrollo y la autotranscendencia al hablar de personalidad sabia, una personalidad que desde sus ojos era madura e integrada que consiste en tener una estructura clara en la relación con uno mismo, refiriéndose a los pensamientos propios, sabiendo constituir las relaciones consigo mismo, con los demás y el mundo, dotándose de pensamientos y sentimientos propios. La sabiduría es un ámbito que se puede trabajar a lo largo del ciclo vital.

Continuación se presenta una tabla en la que se sintetizan estos factores.

Tabla 5.

Comparación simplificada entre inteligencia, creatividad y sabiduría

Variable	Constructo		
	Inteligencia	Creatividad	Sabiduría
Conocimiento	Recuerdo, análisis y uso	Ir más allá de lo que está disponible	Comprensión del significado y las limitaciones de lo que se conoce.
Procesos	Automatización y procedimientos	Tratar con tareas nuevas	Comprensión de lo que es automático y por qué
Estilo intelectual Primario	Ejecutivo	Legislativo	Judicial
Personalidad	Eliminar la ambigüedad y los obstáculos en un esquema convencional	Tolerar la ambigüedad y redefine los obstáculos	Comprender la ambigüedad y los obstáculos
Motivación	Conocer y utilizar lo que se sabe	Ir más allá de lo que se sabe	Comprender lo que se sabe y lo que significa

Contexto ambiental	Apreciación en el entorno de la extensión y amplitud de comprensión	Apreciación en el entorno de ir más allá de lo que se comprende actualmente	Apreciación en el entorno de la profundidad de la comprensión
--------------------	---	---	---

Retomado de. Vega, J y Bueno, B (1996) Inteligencia, creatividad y sabiduría. En desarrollo adulto y envejecimiento (pp.199-245). Madrid: síntesis.

3.3 Desarrollo cognitivo en la adultez.

Después del pensamiento formal que abarca Piaget hay varios autores que difieren con la idea de que ahí termine o sea y punto máximo de pensamiento, por lo que se habla de un pensamiento post formal, el que refiere a que el desarrollo cognitivo continua en constante evolución y el pensamiento será mucho más reflexivo Papalia (2010) menciona que a partir de investigar y realizar trabajo teórico se puede deducir que el pensamiento maduro es mucho más complejo que lo que Piaget sugiere.

Esta etapa puede ser impulsada mayormente por la educación superior, que es donde ya están las personas adultas, aquellos sujetos que ya pasaron por los procesos ya descritos previamente y que están preparados para que el desarrollo cognitivo sea mucho más crítico y reflexivo Papalia (2010) menciona que este pensamiento puede ser flexible, abierto, adaptable e individualista y que recurre a la intuición y a la emoción.

Como en esta etapa ya han transcurrido grandes periodos de tiempo viviendo y creando experiencias, las maneras de solucionar las situaciones caóticas se verán reflejadas por aquellas experiencias que ya ha tenido el sujeto, por decir en tres ideas o exigencias contradictorias, tomando su propia postura con un análisis previo sin embargo las edades seguirán siendo un factor decisivo en este tipo de pensamiento, no será igual lo que piense un adulto de 20 años a uno de 35 años, pues han tenido diferentes vivencias y modos de observar la vida de analizarla.

Características básicas del pensamiento adulto, en el siguiente esquema que se presentan los tipos de pensamiento que los adultos han adquirido a lo largo de su vida, como pensamiento divergente se refiere a aceptar contradicciones, este pensamiento; a la edad adulta ayuda a crear síntesis, observar la realidad reconociendo que está se resulta cambiante y poco duradera.



Figura 5.

Recuperado de: García, A. V. M. (2009). Más allá de Piaget: cognición adulta y educación. *teoría De La educación*, 11(11), 127-157. <https://doi.org/10.14201/teri.2845>

Es importante describir que situaciones desarrollan los adultos y todos los cambios que ocurren después de la adolescencia dentro del cerebro del adulto, sin embargo sí se brinda una idea de que la formación que decida tener el adulto dependiendo a la línea de estudios que quiera dirigirse si influirá en este proceso cognitivo Fierro (2009) menciona que hay noticia de que algunas funciones intelectivas sí incrementarán con la edad, y que algunas podrían alcanzar su punto máximo en una fase temprana y mantenerse hasta la vejez, sin embargo también podría perderse progresivamente algunas de esas funciones intelectivas durante el inicio de la adultez.

Durante la adultez puede que vaya en declive al capacidad de los sujetos para la resolución de problemas abstractos, sin embargo se mejora en los problemas que implican resolución de problemas de manera práctica y realista, ubicándose en la realidades mismas donde se presenta la adultez Arnett (2004) la define la creciente capacidad de pensar con mayor realismo y la modificación de la cognición social serán los detonantes para que se distinga la madurez generada en el pensamiento después de la adolescencia.

En apartados anteriores se mencionaba que Piaget se quedaba dentro de un pensamiento formal, el cual no podría abarcar realmente todo el camino que conlleva la adultez, por lo que se menciona un pensamiento post-formal, algunos teóricos hablan sobre el pensamiento dialectico, tal es el caso de Riegel y Basseches (1984) quienes lo toman en cuenta como una quinta etapa del desarrollo intelectual, en el que el adulto irá aceptando las incertidumbres, ambigüedades y contradicciones de la vida.

La mitad de los adultos quizá nunca alcancen la etapa plena del pensamiento formal o que lo ocupen en un campo en el que se hayan especializado. sin embargo, Fierro (2009) menciona que depende del campo. de en el que se haya desarrollado el sujeto. Así por ejemplo una persona de 20 años no necesariamente debe presentar comportamientos y reflexiones menos maduras que una persona que tenga una mayor edad, así lo señala el mismo autor lo que causa interés a que se investigue y teorice la existencia de operaciones formales de tercer orden, que son las ya antes mencionadas post-formales de cognición , en el que se puede mencionar que el razonamiento funciona muy distinto durante la etapa de la adultez, pues se tendrán diferentes puntos de vista y experiencias, así como la manera en que soluciones problemas sociales que resultan complejos desde diferentes puntos de vista, que irán marcando una pauta diferente a cada sujeto para que se desarrollo esté nivel cognitivo.

A continuación Fierro (2009) muestra una tabla donde se observan los (principales hitos del desarrollo cognitivo durante la Adultez Joven, en el que se pueden explicar de una manera más concreta estos cambios relevantes de conocer para que

el adulto termine de conformarse y desarrollarse cognitivamente visto desde las perspectivas de varios autores que retoma.

Tabla 6.

Principales hitos del desarrollo cognitivo durante la Adulthood Joven relacionados con edades específicas y fuentes consultadas.

Edad o rango	Hecho(fuente)
14	Según Horn y Catell (1967), empieza el declive de la inteligencia fluida, presentándose el mayor deterioro al inicio de la vida adulta.
16-20	Consolidación del pensamiento formal y las operaciones que lo caracterizan Piaget (1972)
20-25	Algunas habilidades cognitivas relativas a la inteligencia fluida, alcanzan su máximo nivel (rapidez, memoria mecánica, manipulación de matrices y otros patrones Craig (2001)
35-40	Se hacen más notorios los procedimientos de control poco eficaces para la recuperación de datos (el fenómeno de “lo tengo en la punta de la lengua” Corral (2002)

3.4 Desarrollo cognitivo y la escuela

El pensamiento post- formal es más utilizado para lograr alcanzar metas por ejemplo trabajar o tener una familia, es una manera de sentirse realizados.

Se mencionaba que las universidades pueden, pues puede resultar ser unas estancias de auto descubrimiento e inquietudes tanto intelectuales como personales menciona Papalia (2010, p.444) que los estudiantes cambian en respuesta a:

- 1) el currículo, que ofrece nuevas ideas y formas de pensamiento.
- 2) otros estudiantes que cuestionan opiniones y valores muy antiguos.
- 3) la cultura estudiantil, que es diferente de la cultura de la sociedad en general.
- 4) los miembros del profesorado, que proporcionan nuevos modelos.

Dentro de la universidad se aprende que cada sujeto es diferente y los contextos de vida son diversos, lo cual causara diferentes sistemas de valores creencias y que las opiniones que tengan los demás son igual de validas que las propias, si se busca un desarrollo cognitivo de manera exponencial un primer paso sería empezar a cuestionarse todo, incluso de los profesores, entrar en debate con los otros ayuda a favorecer esta etapa, pues abre nuevas líneas de conocimientos e ideas que en ocasiones no se tienen en mente o resultaban desconocidas, Papalia (2010) menciona que los seres humanos

Toman conciencia de que sus opiniones en muchos temas son tan válidas como las de cualquier otro, incluso las de un padre o un maestro, (...) alcanzan un compromiso dentro del relativismo: elaboran sus propios juicios y eligen sus propias creencias y valores a pesar de la incertidumbre y el reconocimiento de otras posibilidades válidas. (p.445)

El desarrollo formal y post-formal son cualitativamente diferentes, el primero va más a la resolución de problemas y llegar a la única solución que existe y en el segundo consiste en crear problemas para buscar las múltiples soluciones.

Durante la adultez temprana el pensamiento ya se volvió flexible, el sujeto ha logrado adaptarse a diversas maneras de pensar y se ha vuelto más flexible e individualista menciona Marvin (1981) que eso ha sido causado por que se ha logrado la capacidad de abstraer, analizar y confrontar nuevos contenidos cognoscitivos.

Este periodo abarca aún la adquisición de habilidades, que seguirán en constante evolución y modificaciones, menciona Córdoba y Galindo (2015) que todavía hay

apropiación de habilidades es decir aquello que aún necesita conocerse ya sea desde la educación formal o informal para después ese conocimiento llevarlo a la práctica, que se refiere a las competencias para que después de este proceso de adquisición se realicen acciones con fines establecidos, toma de decisiones.

Schaie (1977), mencionado por Córdoba y Galindo (2015, p.48) menciona un modelo de desarrollo cognitivo que propone se lleva a cabo durante todo el ciclo vital que son:

1. Etapa de logros: Se inicia a partir de los 19 o 20 años hasta principios de los 30 años. Corresponde al momento del término de la educación media superior, por lo que algunos alumnos darán continuidad a sus estudios, en tanto que otros se incorporarán a la vida laboral, razón por la que harán uso de lo que saben para obtener competencia e independencia, en estas dos áreas de la vida.
2. Etapa de responsabilidad: Se ubica a finales de los 30 años e inicio de los 60 años. Las personas de mediana edad generalmente están preocupadas por cumplir con metas de largo alcance y problemas prácticos asociados con la responsabilidad para con otras personas, como la familia, los subordinados en el trabajo o la comunidad.
3. Etapa ejecutiva: El adulto joven es responsable de sistemas sociales, en los que no sólo asume la responsabilidad como en la etapa anterior, sino que promueve cambios y los ejecuta con base en las necesidades, en general, trata con relaciones complejas en varios niveles (va de 30 o 40 años de edad hasta final de la edad mediana, 65 años). debería abundarse sobre la etapa de 30-40??
4. Etapa reorganizadora: Para muchas personas esta etapa coincide con la jubilación, por lo que tendrán que reorganizan sus vidas alrededor de actividades muchas veces no relacionadas con el trabajo; donde existe la posibilidad de realizar actividades en las que apliquen su experiencia y conocimientos adquiridos durante la época laboral (de 65 años en adelante).

5. Etapa reintegradora: Corresponde a la edad adulta tardía, es decir, 70 años o más. Los adultos mayores deciden concentrar su limitada energía en tareas que tienen significado para ellos, siendo éstas más de tipo familiar y espiritual.

6. Etapa de creación del legado: Se considera esta etapa en la vejez avanzada, es decir, de 80 u 85 años en adelante. La gente mayor se prepara para morir, documentando las historias de su vida, desapegándose de las cosas materiales y distribuyendo sus posesiones a personas que sabrán valorar y cuidar de ellas.

Se puede observar que lo previamente expuesto es un acercamiento a procesos que cada sujeto pasa simultáneamente que no son lineales, pero si son mayormente comunes a esas edades, sin embargo puede haber su excepciones, y lo que más se recalca es la búsqueda de formar una familia y tener ingresos económicos.

Dentro de las primeras tres etapas mencionadas que son las que en esté trabajo se pone énfasis, hay que aclarar algunos puntos. En la etapa de logros los adultos tempranos ya no adquieren el conocimiento en aras del conocimiento mismo, si no que ya es utilizado para alcanzar metas que sean favorecedoras para él, como el tener una familia o la carrera, quizá ideas impuestas socialmente que a la vez se han apropiado.

La segunda etapa que habla de la responsabilidad en el que el adulto debería tener la capacidad para lograr darle respuesta y soluciones a cada circunstancia vital, es parte de tener un compromiso y responsabilidad en las maneras que se va a actuar frente a la vida, y la manera en como se relaciona con lo que sucede en su día a día.

El ser adulto joven no solo se limita a cumplir con responsabilidades y caracterizarla de como una etapa caótica no podría ser un sinónimo que la represente sino que es en la adultez donde las y los sujetos deben aprender a solucionar y brindar sugerencias y propuestas para solución de las mismas, de esta manera el sujeto pondrá en práctica las habilidades conocimiento y la inteligencia que ha adquirido a lo largo de los años, Stenberg (1989) menciona que al solucionar problemas se demuestra un aspecto de la inteligencia del adulto joven en la que irá dirigida a una adaptación intencional; en la que se concibe la inteligencia en la manera de como un individuo reacciona a los diferentes contextos y retos que se le presentan en la vida.

Dentro de los aspectos importantes que se abordaron en este capítulo estuvieron las etapas el desarrollo cognitivo que Jean Piaget propuso con el fin de exponer la importancia que estos representan a lo largo de la vida de las y los sujetos, y lo representativos que son para llegar a la adultez.

La etapa postformal, de acuerdo con Papalia (2009) abarca lo que es la edad adulta en su totalidad, el sujeto ya sabe identificar los riesgos y soluciones, razonar, indagar y no caer en el dogmatismo, pero esto ha sido posible gracias a las 4 etapas previas de cada sujeto, aunque los contextos en los que se desarrollen pueden ser un factor importante para que se desarrollen favorablemente y marcan gran parte de su desenvolvimiento en su entorno y en su cognición, hay que tener claro que cada etapa los va moldeando y formando.

Cabe mencionar que las etapas no son un desarrollo lineal sino que dependerá de cada sujeto la transición de las mismas y el apoyo que se les otorgue por parte de quienes los rodean, por otra parte se expuso que las instituciones de nivel superior pueden ser un gran aporte en la etapa postformal, pues brindara al sujeto nuevos enfoques y ayudara a exponer de manera más objetiva sus ideas, respetando a los demás y a cuestionar, lo que lo hará un adulto más reflexivo y crítico que sea capaz de enfrentarse a la vida adulta hablando laboralmente, educativamente y personalmente.

Dentro del desarrollo post-fomal se definieron tres dimensiones importantes para que el desarrollo cognitivo se eleve, pues se tiene mucho desconocimiento de lo que implica esté proceso y esas dimensiones, pues regularme la inteligencia y creatividad se asocian a que se irán perdiendo al ir envejeciendo sin embargo la sabiduría se marca como un estereotipo de que los mayores serán quienes se doten de esta característica.

Conclusiones

Dentro de esta investigación se abordaron temas relevantes respecto a la adultez temprana. El aspecto físico del adulto joven no solo se miró desde el aspecto biológico, sino que al indagar más se observa que son varios los factores que determinan el desarrollo de los adultos jóvenes, y que la familia es un determinante importante al igual que los contextos de vida de cada sujeto.

La transición a la vida adulta ha cambiado en las últimas décadas, se caracteriza por su diversidad y alargamiento del proceso de independencia en su conjunto, en un contexto globalizado, en el que los riesgos sociales han aumentado, en la adultez temprana ya no se sigue una secuencia lineal de renunciar al hogar familiar, acabar los estudios universitarios, conseguir un empleo, adquirir la independencia económica y formar una familia, Arnett (2004) refiere que la entrada a la vida adulta se retrasa como resultado de una elección personal denominada “Adultez emergente”, se define a esta como la etapa que se encuentra en un punto medio de la adolescencia tardía y la adultez temprana, en el que se presenta una búsqueda constante de una identidad, siendo está una etapa de inestabilidad e incertidumbre frente a los cambios que se presentan y decisiones que deben empezar a tomarse que marquen el rumbo y futuro de su vida, por ende es una etapa en la que se debe estar centrado en uno mismo, resulta confuso pues puede presentar como un periodo de exploración e indagación pues los sujetos pueden sentirse un punto medio, en el que deben evaluar las opciones y rumbos que deben tomar.

Se caracteriza por una mayor libertad frente a los determinantes sociales e institucionales asociados con la transición de la educación al empleo, la formación de la pareja y la propia familia, en su mayoría se sostienen económicamente por su cuenta, compartiendo la renta y gastos de manutención con otras personas y con la flexibilidad de entrar y salir del hogar familiar, de acuerdo a las circunstancias personales de bienestar y negociación con sus familiares (padre, madre, hermanos), otra característica es que hay una tendencia a entablar relaciones de pareja sin compromiso.

El adulto joven se empieza a definir con aquellos sujetos que se vuelven capaces de asumir retos y responsabilidades que desde los biológico ya es capaz de cubrir estos aspectos tomando decisiones que le permitan desarrollarse como un ser integral, sin embargo, la cultura, la sociedad y los diferentes contextos de vida irán marcando el rumbo de esta etapa, enfrentándose a la vida con ansias de cumplir sueños buscando principalmente una independencia económica y emocional.

El adulto joven se encuentra vulnerable a los cambios que puede sufrir o por las pautas sociales que se intentan cumplir para mantener una convivencia armoniosa, las expectativas a cumplir principalmente van a que se hagan hombres y mujeres autónomos y que no tengan una dependencia económica, el éxito que regularmente es considerado al acabar una carrera universitaria, ganar dinero y tener una casa. Sin embargo, pueden existir personas que al tener más de 30 o 40 años vivan sin concebirse como adultos.

El tránsito a la adultez temprana implica sobrellevar muchos estereotipos y significaciones de lo que debería ser dicha etapa por las imposiciones sociales.

El aspecto físico de estos adultos se pueden ver modificadas por diferentes factores de manera independiente a lo que lo biológico refiere, pues se comienza a tomar un rumbo de vida que implica ser responsables de decisiones que pueden modificar el físico, de ejemplo de esto es la manera en cómo se arregla y asea un sujeto y como esté influye en su autoestima, modo de vida o simplemente el cuidado de la salud ya sea de manera favorable o negativa que pueda impactar en este desarrollo de forma física desde lo interno y externo.

Las prácticas que llevan a cabo los jóvenes pueden impactar de manera significativa en los modos, costumbres y hábitos de vida, el realizar actividad física, el cuidado de la salud sexual, planificación familiar, pueden darle nuevos rumbos de vida a estos sujetos pue sería importante que las y los jóvenes se interesaran por ellos y vieran a futuro cuáles son sus metas y condiciones a alcanzar, puesto que el hecho de que las edades que rondan en los 20 años se caracterizan por ser de las etapas con mejor salud, movilidad y adquisiciones de habilidades no garantiza que sea igual en todos y que no hay que mirar solo en la inmediatez sino planificar y preocuparse por

su estado en años que sean posteriores y tengan calidad de vida buena.

Por otro lado, dentro de la importancia de las relaciones sociales en los adultos jóvenes son la familia, los amigos y las personas con las que han convivido en su día a día, como sus profesoras y profesores, los círculos sociales en los que se desenvuelven forman parte de algunas redes de apoyo o por el contrario redes en la que no se sientan en confianza los sujetos.

Precisamente la familia es parte fundamental de como los jóvenes se desenvolverán dentro de la sociedad, desde la escuela o espacios sociales diversos como el trabajo, iglesia, deporte, entre otros. Los medios de comunicación guían muchas prácticas de los humanos pues se establecen estereotipos sociales y culturales de las maneras de actuar con las y los otros, dependerá de cada individuo si deja

guiarse o le es conveniente seguir las practicas que se le establecen, pues en esté trabajo también se concluye que los adultos ya adquirieron las habilidades suficientes para que los sujetos sean capaces de filtrar información y tomar decisiones personales de manera responsable.

Dentro del desarrollo cognitivo de los adultos jóvenes se pasaron por varias etapas que se dedicó a investigar Piaget, sin embargo, indagando de una manera más amplia se reconoce una etapa más que es en la que entran estos jóvenes que es una etapa post formal, en la que se adquirieron conocimientos y habilidades para una flexibilidad de pensamiento y desarrollo de los adultos, pero primero tuvieron que pasar por etapas previas que fueron gran influencia para que se desarrolle está última.

Dentro del contexto del siglo XXI la adultez es como se mencionaba, una etapa de incertidumbre, pues muchos procesos se están modificando, se toman decisiones muy importantes, sin embargo muchas de estas decisiones se ven permeadas por la gran competencia social de cumplir los estándares, una competencia constante es el “ mirar quién ha tenido más éxitos y logros” esto implica una comparación constante con los otros, las redes sociales nos permiten mirar lo que se quiere aparentar o solamente se muestra lo que se busca presumir y uno más dentro de esta competencia se encuentra con quienes tienen mayor solvencia económica.

Sin embargo también existen cambios y modificaciones en el pensamiento de los adultos jóvenes de este siglo, pues ya hay una mayor expresión de las ideas por las cuales ya se lucha y se defiende, ejemplo de ellos son las luchas sociales, que si bien se han realizado desde muchas épocas atrás, en la actualidad ya se realizan desde otra perspectiva, abriendo nuevos canales de comunicación, rompiendo tabúes y mirando diferentes perspectivas de la vida donde este adulto joven ya no solo busca un independencia económica sino que ya también valora la paz consigo mismo y existe un preocupación por la salud mental.

De acuerdo con la investigación realizada se puede concluir que la etapa de la adultez temprana es una etapa de incertidumbre, sin embargo esa incertidumbre es un elemento que ayuda a los sujetos querer experimentar y conocer nuevas

sensaciones y sentimientos para su vida, que les permitirán desarrollarse y que marcaran una parte elemental dentro de las mismas, es de vital importancia brindarle una mayor atención a los sujetos en esta etapa pues sucede que hay sentimientos de incompletud puesto que se han establecido normas sociales como son el tener que vivir solos y nos depender económicamente de los padres como un hecho sustancial necesario para que se puedan concebir como adultos.

Dentro de la investigación que se realizó en el Centro de Atención a Estudiantes “Diagnostico para identificar las percepciones sobre el cuidado de su salud del estudiantado de la UPN durante su formación e inicio de la vida adulta” se concluyó que las y los estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional de las sedes de la CDMX que cursaban primer y séptimo semestre sí tienen nociones de lo que es la adultez, la salud y el autocuidado; sin embargo muchos de ellos no se conciben como adultos.

Aquellos estudiantes que sí se asumen como adultos ven esta etapa llena de situaciones caóticas llenas de incertidumbre, en la que sus mayores retos y logros son lograr la madurez la independencia, todo ligado desde los planos económicos, sociales y culturales; por el otro lado aquellos estudiantes que no se miran como adultos tiene que ver más por su edad ya que la mayoría de alumnos que ingresan en primer semestre son de 17 años y en México la mayoría de edad es a los 18 años , otros porque consideran que el autocuidado es responsabilidad de sus padres, vecinos y amigos, no se consideran así puesto que no viven solos y aún son económicamente dependiente de sus padres.

De los teóricos que se revisaron a lo largo de este trabajo caracterizan la adultez temprana como un periodo donde se desarrolla mucha incertidumbre y cuestionamientos, en el que aprender a tomar decisiones resulta importante al igual que asumir las consecuencias que se produzcan de las mismas, lo que se vio confirmado dentro de la investigación realizada en el CAE.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, A. y Orellano, E. (1979). Desarrollo de las funciones básicas para el aprendizaje de la lectoescritura según las teorías de Piaget. Segunda Parte. Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 1, núm. 2, pp.249-259.
- Arnett. J. (2004). Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties. Nueva York: Oxford University Press.
- Arrivillaga, M., Salazar, I. y Correa, D. (2003). Creencias sobre la salud y su relación con las prácticas de riesgo o de protección en jóvenes universitarios. Colombia Médica.
- Bueno, B., Vega, J y Buz, J (1999). Desarrollo cognitivo en la edad adulta y la vejez. En J. Palacios, A Marchesi y C. Coll, Desarrollo psicológico y educación. 1. Psicología Evolutiva (pp. 545-565) España Alianza.
- Camargo R, Diana A, Gómez, Edwin A, Ovalle O, Jonathan, Rubiano, Carretero, M., Marchesi, A., J. (2001). Psicología evolutiva 3 -adolescencia, madurez y senectud. Alianza.
- Castell, R (1967). La teoría de las inteligencias fluidas y cristalinas. British Journal of educational Psychology, 37. 209-224.
- Córdoba, L., Galindo, I. (2015) La terapia cognitivo conductual como alternativa para la codependencia emocional en el noviazgo del adulto joven [Tesis de licenciatura, Universidad Álzate de Ozumba].Repositorio institucional de la Universidad Álzate de Ozumba <http://132.248.9.195/ptd2015/octubre/0736840/Index.html>
- Erikson, E. (1980). Identidad, juventud y crisis. Madrid: Taurus.
- Fierro, A., (2009). La transición de la adolescencia a la edad adulta: Teorías y realidades. Universidad Autónoma de Madrid.
- Flores, V. (2019) Mecanismos en la construcción de amor romántico. La ventana. Revista de estudios de género, 6(50), 282-305 http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362019000200282&lng=es&tlng=es.
- García, A. V. M. (2009). Más allá de Piaget: cognición adulta y educación. Teoría de la educación, consultado en: <https://doi.org/10.14201/teri.2845>

- Gómez-Campos, Rossana, Arruda, Miguel, Luarte-Rocha, Cristian, Urra Albornoz, Camilo, Almonacid Fierro, Alejandro, & Cossio-Bolaños, Marco. (2016). Enfoque teórico del crecimiento físico de niños y adolescentes. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 20(3), 244-253. <https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.20.3.198>
- González, J. P., Ullastres, Á. M., & Salvador, C. C. (2014). *Desarrollo Psicológico y Educación*, 1. Alianza Editorial.
- Labinowicz, E. (1987). *Introducción a Piaget: pensamiento, aprendizaje, enseñanza*. Addison Wesley Longman.
- Jackson, P. (1998). *La vida en las aulas*. Ediciones Morata.
- Lange, I. & Vio, F. (2006). *Guía para Universidades Saludables y otras Instituciones de Educación Superior*. Santiago: Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos y la Pontificia Universidad Católica
- Lemme, B. (2003). *Desarrollo en la edad adulta*. Manual Moderno.
- López. (2016). Los 11 tipos de familia en México. AMAI. https://www.amai.org/revistaAMAI/47-2016/AMAI_47_OCTUBRE_2016.pdf
- Nortes, A y Martínez, R.(1994).Psicología piagetiana y educación matemática. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Pp.59-70
- Organización Mundial de la Salud (23 de agosto de 2016), *Género y Salud*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gender>
- Organización Mundial de la Salud. (Diciembre de 2015). *Salud y Derechos Humanos*. Recuperado el Marzo de 2016, de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs323/es/>.
- Papalia, D. (2009). *Desarrollo del adulto y vejez*. Mcgraw-Hill
- Papalia, D. (2010). *Desarrollo físico y cognoscitivo en la adultez emergente y la adultez emergente*. *Desarrollo humano* (pp.418 - 449). Mcgraw-Hill
- Papalia, D y Olds, S. (2001). *Fundamentos de desarrollo humano*. Mcgraw-Hill.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2008). *Human Development*. McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages.
- Pérez, I. y Valdez, M (2003). *Imágenes sobre los jóvenes en México, Nuevas miradas sobre los jóvenes*. Secretaría de Educación Pública/ Instituto Mexicano de la Juventud/Office Québec-Amériques pour la Jeunesse/Observatoire Jeunes et Société, pp. 13-44.

- Pérez-Agote, A., (2016). La religión como identidad colectiva: Las relaciones sociológicas entre religión e identidad. Papeles del CEIC. International Journal on Collective Identity Research, (2), 1-29
- Piaget, J., & Inhelder, B. (1997). Psicología del niño. Ediciones Morata. Piaget, J. (1970) Teoría de Piaget en; Manual de psicología del niño. Mussen.
- Riegel, K. (1984). The development of dialectical operations. En M. L. Commons, F. A. Richards y C. Armon (Eds.). Beyond formal operations: Late adolescence and adult cognitive development (pp. 3-28). Nueva York: Praeger.
- Romo J. (2008). Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja. De sus experiencias y proyectos de vida. Revista Mexicana de Investigación Educativa, 13(38), 801-823.
- Schaie, K. y Willis, S.(2003). Psicología de la edad adulta y la vejez. Pearson Educación. Madrid
- Singh, J. y Zingg, R.(1966). Wolf-Children and Feral Man. Hamde Archon Books
- Sternberg, R. (1989). El triángulo del amor, intimidad, pasión y compromiso
- Trilla, J. (2001). El legado pedagógico del siglo XX para la escuela del siglo XXI.
- Universidad Autónoma de México (2021).Dime cuanto mides y te diré en que entorno creciste.https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021_1088.html
- Valdés, A. (2014). Etapas del desarrollo cognitivo de Piaget. Universidad Marista de Guadalajara.
- Vega, J y Bueno, B. (1996). Inteligencia, creatividad y sabiduría. En desarrollo adulto y envejecimiento (pp.199-245). Madrid: síntesis.

