



## ÍNDICE RESUMIDO

Prefacio XI

### PARTE I Adultez temprana 3

- Capítulo 1** Adultez temprana: desarrollo biosocial 5  
**Capítulo 2** Adultez temprana: desarrollo cognitivo 29  
**Capítulo 3** Adultez temprana: desarrollo psicosocial 57

### PARTE II Adultez 83

- Capítulo 4** Adultez: desarrollo biosocial 85  
**Capítulo 5** Adultez: desarrollo cognitivo 113  
**Capítulo 6** Adultez: desarrollo psicosocial 135

### PARTE III Vejez 169

- Capítulo 7** Vejez: desarrollo biosocial 171  
**Capítulo 8** Vejez: desarrollo cognitivo 207  
**Capítulo 9** Vejez: desarrollo psicosocial 237  
**Epílogo** La muerte y sus circunstancias Ep-1  
**Apéndice A** Cuadros, gráficos y tablas suplementarios A-1  
**Apéndice B** Más, acerca de los métodos de investigación B-1  
**Apéndice C** Sugerencias para las tareas de investigación C-1

Glosario G-1  
Referencias R-1  
Índice de autores IA-1  
Índice analítico I-1



# ÍNDICE

Prefacio xi



## PARTE I

### Adulthood temprana 3

#### Capítulo 1 Adulthood temprana: desarrollo biosocial 5

##### Crecimiento, fortaleza y salud 5

Edades y etapas 5

Cuerpos fuertes y atractivos 7

Cuerpos diseñados para la salud 8

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** ¿Quién debería recibir las primeras vacunas contra la gripe aviar? 9

Actividad sexual 11

##### Hábitos y riesgos 14

Actividad física 14

Comer bien 15

**ESTUDIO DE UN CASO:** "Demasiado delgada, como si ello fuera posible" 19

Asumir riesgos 20

**TEMA PARA EL ANÁLISIS:** ¿Qué está mal con los hombres? 23

#### Capítulo 2 Adulthood temprana: desarrollo cognitivo 29

##### El pensamiento posformal 30

Lo práctico y lo personal: ¿una quinta etapa? 30

La flexibilidad cognitiva 33

##### PENSANDO COMO UN

**CIENTÍFICO:** Reducir la amenaza de los estereotipos 37

El pensamiento dialéctico 38

##### La moral y la religión 41

¿Qué época? ¿Qué lugar? 41

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Pautas claras para tramposos 43

La medida del desarrollo moral 44

Las etapas de la fe 44

**EN PERSONA:** Fe y tolerancia 46



##### Desarrollo cognitivo y educación superior 46

Los efectos de la universidad 47

Cambios en el contexto universitario 48

Evaluando los cambios 52

#### Capítulo 3 Adulthood temprana: desarrollo psicosocial 57

##### Identidad lograda 57

Identidad étnica 58

Identidad vocacional 60

##### Intimidad 61

Amistad 62

Romance y relaciones 65

**EN PERSONA:** Expectativas que cambian acerca del matrimonio 65

Aquello que hace que las relaciones funcionen 69

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Violencia doméstica 71

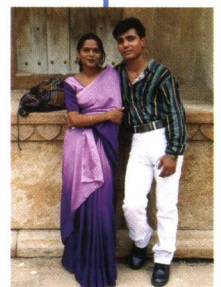
Lazos familiares 71

##### Desarrollo emocional 74

Bienestar 74

Psicopatología 76

Continuidad y discontinuidad 78





## PARTE II

### Adultez 83

#### Capítulo 4 Adultez: desarrollo biosocial 85

##### El proceso de envejecimiento 86

- Senectud 86
- El sistema sexual reproductivo 90

##### El impacto de los hábitos insalubres 94

- Consumo de tabaco y alcohol 95
- Falta de actividad física 97
- Sobrealimentación 98
- Medicina preventiva 101
- TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Reacción ante el estrés 102

##### Medir la salud 103

- Mortalidad y morbilidad 103
- Discapacidad y vitalidad 104
- TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** QALYs y DALYs 104

##### Variaciones en el envejecimiento 106

- Diferencias de género 106
- Estatus socioeconómico 107
- Conclusión 108

#### Capítulo 5 Adultez: desarrollo cognitivo 113

##### ¿Qué es la inteligencia? 114

##### Investigaciones sobre edad e inteligencia 114

- ESTUDIO DE UN CASO:** "En niveles muy diferentes" 118
- Componentes de la inteligencia: muchos y diversos 119
- Diversidad e inteligencia 122
- ESTUDIO DE UN CASO:** Mariana: "Los hombres van y vienen" 124

##### Selección de ganancias y pérdidas 125

- Optimización con compensación 126

- Conocimiento experto 126
- Experiencia y edad 129
- EN PERSONA:** Un padre con experiencia 132

#### Capítulo 6 Adultez: desarrollo psicosocial 135

##### Edades y etapas 136

- ESTUDIO DE UN CASO:** "Ella comenzó una nueva vida por sus propios medios" 137
- El reloj social 137
- La personalidad a través de la edad adulta 139

##### Intimidad 143

- Los amigos 143
- Lazos familiares 145
- EN PERSONA:** Ecos de la niñez 148
- El matrimonio 148
- Parejas homosexuales 150
- El divorcio 151

##### Generatividad 154

- El cuidador de los otros 154
- Empleo 158
- ESTUDIO DE UN CASO:** Linda: "Una persona mucho más fuerte" 165



## PARTE III

### Vejez 169

#### Capítulo 7 Vejez: desarrollo biosocial 171

##### Prejuicio y predicciones 173

- Discriminación por la edad 173
- Gerontología 174
- El cambio demográfico 174
- Dependientes e independencia 176

##### Senectud 178

- Envejecimiento y enfermedad 178





Optimización selectiva con compensación 181

Hábitos de la salud 182

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Moverse de un lado a otro 184

El cerebro 186

Apariencia física 187

El entumecimiento de los sentidos 188

Compresión de la morbilidad 191

### Teorías del envejecimiento 193

Desgaste 193

Adaptación genética 194

Envejecimiento celular 197

**PENSANDO COMO UN**

**CIENTÍFICO:** ¿Se puede detener el proceso de envejecimiento? 199



### Los centenarios 201

Otros lugares, otras historias 201

La verdad acerca de la vida después de los 100 años 202

## Capítulo 8 Vejez: desarrollo cognitivo 207

### Lo usual: El procesamiento de información después de los 65 años 207

La estimulación sensorial y la percepción 208

**ESTUDIO DE UN CASO:** "Ese asistente fue muy grosero" 208

Memoria 209

**PENSANDO COMO UN CIENTÍFICO:** John, Paul, Ringo y... 211

Procesos de control 212

**PENSANDO COMO UN CIENTÍFICO:** Las neurociencias y la actividad cerebral 214

Permanecer saludable y alerta 217

Adulterio tardía 218

### Afecciones discapacitantes: demencia 220

Enfermedad de Alzheimer 221

Muchos derrames cerebrales 223

Demencias subcorticales 224

Demencia reversible 225

**ESTUDIO DE UN CASO:** ¿Es demencia o adicción a las drogas? 226

Prevención y tratamiento 227

### Lo óptimo: nuevo desarrollo cognitivo 228

Sentido estético y creatividad 229

La revisión de la vida 230

La sabiduría 231

## Capítulo 9 Vejez: desarrollo psicosocial 237

### Teorías de la adultez tardía 238

Teorías del sí mismo (self) 238

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Pensamiento positivo 241

Teorías de estratificación 242

**ESTUDIO DE UN CASO:** ¿Estás bien? 247

Teorías dinámicas 247



### Afrontando el retiro 249

Decidir cuándo retirarse 249

Retiro y matrimonio 249

Envejecer en su lugar 250

Continuar con la educación 251

Trabajo voluntario 251

Compromiso religioso 253

Activismo político 253

### Amigos y parientes 254

Matrimonios de larga duración 255

Perder a un cónyuge 256

Relaciones con las generaciones más jóvenes 258

Amistad 261

### El anciano delicado 264

Actividades de la vida diaria 264

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Barrera entre frágil y delicado 265

Asistencia para el anciano delicado 266

## Epílogo La muerte y sus circunstancias Ep-1

### Muerte y esperanza Ep-1

La muerte a través de la vida Ep-2

Muchas religiones, muchas culturas Ep-6

### Muerte y resignación Ep-10

Satisfacer las necesidades del que agoniza Ep-10

**ESTUDIO DE UN CASO:** "Pregúnteles a mi hijo y a mi marido" Ep-11

Elecciones y controversias Ep-13

**TEMAS PARA EL ANÁLISIS:** Dejen

vivir/morir/vivir/morir a Terry Schiavo Ep-17



**El duelo Ep-18**

Duelo normal Ep-18

**EN PERSONA:** Martin, Hitler y yo, culpables Ep-19

Complicaciones del duelo Ep-20

Diversidad de reacciones Ep-22

**Apéndice A Cuadros, gráficos y tablas  
suplementarios A-1****Apéndice B Más acerca de los métodos  
de investigación B-1****Apéndice C Sugerencias para las tareas  
de investigación C-1****Glosario G-1****Referencias R-1****Índice de autores IA-1****Índice analítico I-1**