



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**