

Cuerpo humano y salud: reproducción, salud y enfermedad

ETAPAS DE LA VIDA

Los seres humanos atravesamos distintas etapas a lo largo de nuestra vida. Éstas se caracterizan por distintos cambios físicos, psicológicos e intelectuales.

EL DESARROLLO HUMANO

El desarrollo humano es un proceso dinámico condicionado por diversos factores, tales son los de origen **biológico, social y cultural**. Cada persona es única y, por lo tanto, es imposible realizar una descripción específica de cada una de las etapas, así como indicar cuándo termina y comienza otra. Sin embargo, se pueden señalar ciertas generalidades para comprender y aceptar los comportamientos del otro y para conocernos a nosotros mismos.

Se podrían distinguir las siguientes etapas del desarrollo humano: **prenatal, infancia, niñez, adolescencia, juventud, y adultez.**

ALGUNOS ASPECTOS QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO

- Genes que heredan de sus padres.
- Cuestiones biológicas y del medio ambiente que afectan por igual a todos los niños de la misma edad. Por ejemplo: una generación nacida durante una guerra.
- Cuestiones inesperadas que afectan a ciertas personas. Por ejemplo: muerte de un ser querido, divorcio, accidente de tráfico, etc.

PRENATAL

Esta etapa se lleva a cabo en el **vientre materno**, comienza con la concepción del nuevo ser y finaliza con el nacimiento.

Mes 1: se forma el llamado cigoto a partir de que el óvulo es fecundado por el espermatozoide. Las extremidades, el cerebro, la médula espinal, los pulmones y el corazón comienzan a desarrollarse y alrededor del día 26 de gestación comienza a latir el corazón.

Mes 2: se observan ojos, nariz y orejas, además se comienzan a formar los huesos y crecen las piernas y los brazos. El embrión puede mover la cabeza y su cuerpo para comunicarse con el mundo exterior.

Mes 3: se forman los intestinos, las manos se desarrollan más rápidamente que los pies y los brazos son más largos que las piernas.

Mes 4: aparecen los reflejos de absorber y tragar. La cabeza empieza a desarrollarse más activamente que el resto del cuerpo y el rostro se define. Comienzan a funcionar el hígado, el estómago y los riñones.

Mes 5: el feto se chupa el dedo. Tiene pelo, pestañas, cejas y uñas. Sus dedos adquieren agilidad y empieza a desarrollar coordinación y fuerza. La madre puede captar los movimientos.

Mes 6: el feto mide 40 cm aproximadamente, ya abre los ojos y adquiere fuerza muscular.

Mes 7: el bebé comienza a prepararse para el nacimiento. Tiene desarrollados los nervios, responde a los sonidos externos, ya cuenta con pulmones que serían capaces de respirar si naciera antes de lo previsto.

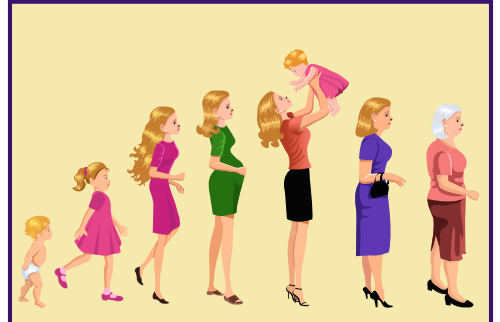
Mes 8: el bebé acumula grasa y se posiciona cabeza hacia abajo para nacer.

Mes 9: continúa creciendo y desarrollándose hasta nacer.



DERECHO

La Convención sobre los Derechos del Niño establece que todos los niños y lactantes tienen derecho a una buena nutrición.



A lo largo de nuestra vida atravesamos distintas etapas que van acompañadas de muchos cambios.



El desarrollo humano es el proceso que comprende desde el nacimiento hasta la vejez.



La etapa prenatal finaliza con el nacimiento del bebé.

LACTANCIA

La lactancia materna se lleva a cabo cuando la madre alimenta a su bebé dándole de amamantar. Durante los primeros 6 meses de vida es sumamente importante, ya que le aporta muchos beneficios a ambos. La leche materna es una importante fuente de energía y nutrientes, y disminuye la posibilidad de contraer diversas enfermedades a futuro.

INFANCIA

Es la etapa de aprender cuestiones esenciales, corresponde al periodo **desde recién nacido hasta los 4 años de edad**, aproximadamente. Cada habilidad dominada indica el inicio de una nueva etapa. Así, luego de los seis meses de vida, cuando ya puede controlar ciertos movimientos, comienza a elegir la posición en la que desea permanecer; puede pasar de estar boca arriba a colocarse de espaldas, también puede desplazarse arrastrándose con ayuda de sus manos.

NIÑEZ

Transcurre, aproximadamente, **entre los 5 y los 11 años**. Un hito importante es el ingreso a la escuela donde se aprende a leer, escribir, compartir ideas y convivir con seres de la misma edad. En esta etapa se estimula el desarrollo de sus funciones cognitivas: percepción, memorización y razonamiento. El niño, juega, estudia y comienza a comprender el sentido de la responsabilidad, el respeto por el derecho ajeno y desarrolla el pensamiento lógico adquiriendo la capacidad de ver la realidad, tal como es y no como se la imagina.

Por otro lado, desarrolla su moralidad de acuerdo a lo que observa de sus padres. Por consiguiente, si el padre acude a la violencia para defenderse o imponer una idea, el niño no lo tomará como negativo y repetirá la conducta. Así, con los años irá desarrollando su sentido del bien y del mal.

El crecimiento físico es otro de los cambios experimentados en esta época. Aumenta la talla y el peso; por lo tanto, es necesario que el niño reciba una nutrición adecuada, descanse suficientes horas durante la noche y la tarde, y reciba asistencia y controles médicos.

La personalidad se va forjando durante esta etapa. Las relaciones sociales, su familia y la escuela serán los puntos claves que lo harán tomar sus propias iniciativas y actitudes. Cada niño vive inserto en un contexto diferente que le marca pautas de conductas, se le indica qué es correcto y qué no.

ADOLESCENCIA

[Ver nota relacionada](#)

La adolescencia se prolonga desde que comienza a producirse la madurez sexual -esto ocurre aproximadamente **entre los 11 y 14 años**- hasta que el sujeto alcanza la condición social de adulto e independiente. Dada la vaguedad y arbitrariedad del término, la Organización Mundial de la Salud (OMS) propone los 20 años como final de la adolescencia. Esta etapa se caracteriza por los cambios físicos, cognitivos y psicosociales.

La duración de esta etapa depende del contexto del niño; puede ser larga o corta, ya que su duración se relaciona con la época, las condiciones sociales y económicas, la cultura, etc. Por ejemplo, en ciertas sociedades, los niños maduran de forma abrupta saltando la adolescencia.

A grandes rasgos se pueden determinar dos períodos fundamentales de esta etapa:

- La **pubertad** es la primera fase de la adolescencia y es el tiempo en el cual las características físicas y sexuales de un niño maduran y se presenta debido a cambios hormonales. El adolescente se está preparando para concebir, por eso en las niñas comienzan los ciclos menstruales, crecen los pechos, se ensanchan las caderas, entre otros cambios. Por su parte, los niños experimentan las primeras poluciones, los genitales aumentan de tamaño, la voz se vuelve más gruesa, aumenta la musculatura, etc.

- La **adolescencia propiamente dicha** se caracteriza por adaptaciones psicológicas, sociales y culturales. El adolescente abandona el cuerpo y las actividades de niño para transformarse, poco a poco, en un adulto. Genera sus propias ideas y se revela forjando su propia identidad.

[Ver infografía](#)

A partir del año ya comprende órdenes sencillas y mejora la habilidad con sus manos.



La escuela y la familia son claves en las relaciones sociales de los niños.



Durante la adolescencia se produce una transformación hormonal muy importante que se manifiesta a través de los rasgos físicos y los comportamientos.

JUVENTUD

Es una etapa signada por **acontecimientos sociales** y por la **toma de decisiones propias**. El joven se encuentra en la mejor época para el aprendizaje intelectual, la cual le permite proyectar o determinar quién quiere ser en el futuro.

En esta etapa decide si se desea seguir estudiando o no, con quién vivir, si desea formar familia, o ingresar al mundo laboral, etc. Cada una de estas decisiones marcará las etapas siguientes y a nivel macro repercutirán en el tamaño de la población, en el desarrollo económico, político, cultural y social del país.

ADULTEZ

Se la podría establecer **entre los 30 y los 60 años**, aproximadamente; cabe destacar que existe una opinión generalizada que afirma que las características de la sociedad de hoy han extendido los límites de la adolescencia y la juventud. Lo concreto es que durante la etapa adulta se alcanza la plenitud del desarrollo biológico y psíquico. La personalidad y el carácter ya se encuentran definidos y firmes.

También, hacia la adultez, se evidencia el proceso de envejecimiento el cual se relaciona estrechamente con el estilo de vida que se adoptó en las etapas anteriores y con la herencia genética. Habitualmente, a medida que se avanza en edad, se observa desgaste de los tejidos, baja necesidad de ingesta calórica, disminución de la fuerza y rapidez de reacción y tiempo con que funcionaban habitualmente los músculos. Aparecen las canas, las arrugas, el pelo crece con menos fuerza, en el sistema ósea comienzan a detectarse descalcificaciones, etc. En las mujeres hacia los 50 años, aproximadamente, se presenta la menopausia y el climaterio en donde hay transformaciones biopsicosociales.



VEJEZ

En este grupo se integrarían los individuos **de 65 años en adelante**. Se relaciona con un cambio en la orientación de las tareas y las responsabilidades que todavía se conservan junto con una notable modificación de las relaciones sociales. Se hacen evidentes las limitaciones físicas.

¿SABÍAS QUÉ?



El 12 de agosto es el Día Internacional de la Juventud. La fecha fue proclamada el 17 de diciembre de 1999 por la Asamblea General de las Naciones Unidas.

GENERACIÓN DINKY

DINKY es una sigla en inglés que significa Double Income No Kids Yet, es decir, "Doble ingreso, no hijos aún". Representa la tendencia de varias parejas de jóvenes que están casados o conviven y prefieren disfrutar del doble ingreso pero sin hijos. Deciden dedicarse exclusivamente a sus carreras profesionales para mantener cierto estatus social. Sienten que son incapaces de educar a un niño o que no hay tiempo para ellos.



LA VEJEZ EN CADA PAÍS

Las personas de edad avanzada son apreciadas de distintas maneras según la cultura de cada país. En Japón, por ejemplo, tienen un tratamiento muy especial. Son respetados y reciben mucho respeto por parte de toda la población. En cambio, en Estados Unidos, la vejez es vista como algo indeseado.



QUIERO SABER SOBRE...

Habitualmente se dice que el ser humano tiene cuatro edades: la que indica el documento, la que siente tener, la que representa y la que se observa en sus órganos y tejidos.