



Etapas del Desarrollo Humano

Por: Martha Hahmann

ÍNDICE

La Etapa Pre-natal	4
La Infancia	8
La Niñez	11
La Pubertad o preadolescencia	15
La Adolescencia	17
La Juventud	18
La Aduldez	20
La Ancianidad	22
Glosario	25

En general, se considera que las etapas del desarrollo humano son las siguientes:

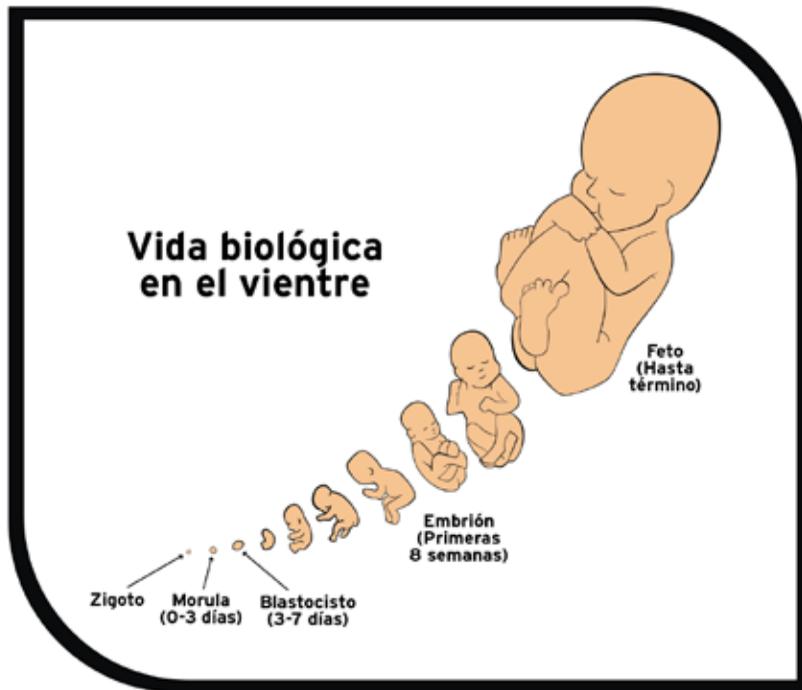
- La etapa pre-natal
- La Infancia
- La Niñez
- La Pubertad o Preadolescencia
- La Adolescencia
- La juventud
- La adultez
- La ancianidad



LA ETAPA PRE-NATAL

La etapa prenatal es antes de que nazca el bebé. Esta etapa se desarrolla en el vientre materno.

Dura aproximadamente 40 semanas, casi 9 meses. La etapa **prenatal** va desde el momento de la concepción hasta el nacimiento. Esta etapa es muy importante, de un huevo o cigoto, se forma un bebé que puede pesar en promedio 7

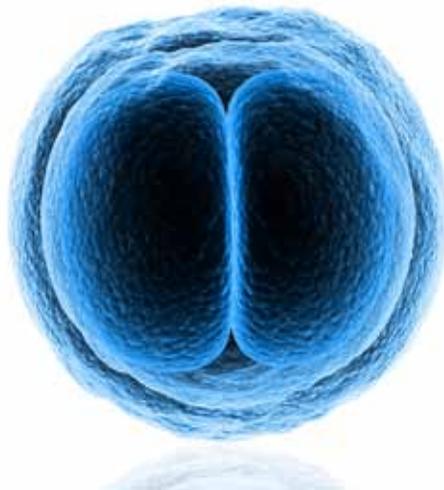


libras al momento de nacer. Todos los órganos, los huesos, los músculos, nuestros sistemas y aparatos se forman en tan solo 40 semanas.

En esta etapa hay tres periodos:

- **Periodo zigótico:**

Se inicia en el momento de la concepción, cuando el espermatozoide fecunda al óvulo. Entonces se forma el huevo o **zigoto**. Este comienza a dividirse y subdividirse en células y aumenta de tamaño hasta formar el embrión.



- **Periodo embrionario:**

Este periodo dura unas 6 semanas. En este tiempo las células del embrión se dividen y organizan en tres capas que se van diferenciando hasta formar el diseño de los diversos sistemas y aparatos corporales.



- **Periodo Fetal:**

Es la etapa final del embrión. El feto ya tiene definida la forma de un ser humano. Tuvo un desarrollo acelerado durante 7 meses, y abandona el útero materno en el momento del nacimiento.



LA INFANCIA

Es la etapa entre el nacimiento y los seis o siete años.



- Desarrollo físico (como eres) y motor (como te mueves):

El recién nacido pesa normalmente entre 5.5 a 7 lbs y mide alrededor de 50 centímetros de largo.





Tiene una cabeza desproporcionada en relación con su cuerpo y come y duerme la mayor parte del tiempo. ¿Puedes imaginar por qué?

Poco a poco va reaccionando a los **estímulos** de su ambiente: risas, pláticas de los padres o hermanos, juegos, sonidos, luz, temperatura, etc.

En esta etapa de la infancia lo más importante es que el bebé o niño esté bien alimentado. Los nutrientes que contienen la leche materna y los alimentos definen la habilidad del niño para desarrollarse y conectar sus neuronas.

Un niño con desnutrición infantil tendrá dificultad en su desarrollo.

Proveer los nutrientes necesarios y el apoyo emocional de los padres es lo más importante en esta etapa.



LA NIÑEZ



Esta etapa comprende entre los 6 y 12 años. Coincide con el inicio de la vida escolar.



El hecho de entrar a la escuela, implica la convivencia con otros seres humanos de su misma edad.

Esta etapa está caracterizada por el desarrollo social. Esto quiere decir, aprende cómo relacionarse con otras personas que no pertenecen a su familia. Los aprendizajes más importantes al inicio de esta etapa son saber compartir, perfeccionar el uso del lenguaje y continuar desarrollando su **motricidad**, es decir el control de todo su cuerpo.



En la escuela, el niño inicia el desarrollo de destrezas sociales, afectivas y mentales.

- **Funciones sociales:** el niño o niña aprende a compartir, a esperar su turno, a ser cada vez más independiente. Estas y otras destrezas le permiten relacionarse con otras personas.
- **Funciones afectivas:** El niño sale del ambiente familiar donde es el centro del cariño y atención para ir a otro ambiente

donde convive con sus compañeros y otros adultos. En la escuela aprende y desarrolla el sentimiento del deber, el respeto al derecho ajeno, el amor propio, autoestima, etc.

- **Funciones del conocimiento:** El niño desarrolla la **percepción**, la memoria, el razonamiento y otras destrezas que le permitirán conocer, entender y desenvolverse dentro y fuera de su entorno.



LA PUBERTAD O PREADOLESCENCIA



Es la etapa en la que se inician los cambios para convertirse en adulto. Inicia para las niñas entre los 8 y los 13 años y en los niños entre los 9 y los 15.

Los primeros cambios notorios son los cambios físicos: aparece vello en la **zona pélvica** y en las axilas. En los niños empieza a crecer también en el pecho y en la cara.

Al mismo tiempo se dan cambios internos. La glándula pituitaria empieza a segregar **hormonas** que provocan la maduración de los órganos del aparato reproductor, es decir, los ovarios en las niñas y los testículos en los niños. Algunas niñas tienen su primera menstruación en esta etapa.

LA ADOLESCENCIA

Esta etapa abarca desde los 13 ó 15 años hasta los aproximadamente los 18.

Hay un crecimiento acelerado del cuerpo. Es común, por ejemplo, la aparición de acné o granitos. Para contrarrestarlos, se debe mantener la piel muy limpia.

Las niñas ven como se ensanchan sus caderas y se abultan sus senos.

Los hombros de los niños se ensanchan, su cuerpo se vuelve más musculoso y cambia su voz.



LA JUVENTUD

Es la etapa comprendida aproximadamente entre los 18 y los 25 años.



El individuo se encuentra más tranquilo pues ya no hay tantos cambios como en la adolescencia. El joven es capaz de orientar su vida. Poco a poco integra todos los aspectos de su personalidad y sus conocimientos y se empieza a definir como adulto.



LA ADULTEZ



Es la etapa comprendida desde los 25 a los 60 o 70 años.

Se le considera la etapa productiva de una

persona pues seguramente ya está preparada para trabajar, ejercer una profesión o ser empresario. Al mismo tiempo, es probable que se case y tenga las responsabilidades de una familia. Todo lo anterior debe hacerse con mucha sabiduría para poder vivir la siguiente etapa con serenidad.



LA ANCIANIDAD



La etapa final de la vida, conocida también como tercera edad. Se caracteriza por una creciente disminución de las fuerzas físicas. También se da una sensible y progresiva baja

de las cualidades de su actividad mental.

La declinación biológica se manifiesta por una creciente disminución de las capacidades sensoriales y motrices. Aparecen dificultades circulatorias ocasionadas por el endurecimiento de las arterias y en general se va deteriorando el funcionamiento de los diferentes órganos internos.



El anciano va perdiendo el interés por las cosas de la vida y viviendo cada vez más en función del pasado. Es predominantemente **conservador** y opuesto a los cambios, pues así se siente seguro.



GLOSARIO

Conservador. Adverso a los cambios. Dificultad para cambiar sus rutinas y sus hábitos.

Estímulo. Motivación para funcionar, realizar algo o hacerlo mejor o más rápido.

Hormona. Producto de ciertas glándulas que excita, inhibe o regula la actividad de otros órganos o sistemas de órganos.

Motricidad. Acción del sistema nervioso central que determina la contracción muscular dando movimiento al cuerpo.

Natal. Relacionado con el nacimiento.

Percepción. Primer conocimiento de una cosa por medio de las impresiones que comunican los sentidos.

Prenatal. Que sucede antes del nacimiento.

Serenidad. Que es o está tranquilo y sosegado, sin nervios o agitación.

Zigoto. Célula que resulta de la unión de las células sexuales masculina y femenina y a partir de la cual se desarrolla el embrión.

Zona pélvica. Es la región anatómica más inferior del tronco. Se divide en dos regiones: la pelvis mayor o (también se le puede llamar pelvis Falsa) y la pelvis menor o (pelvis Verdadera). La pelvis mayor contiene parte de las vísceras

abdominales. La pelvis menor, la parte más estrecha, contiene la vejiga urinaria, los órganos genitales, y parte terminal del tubo digestivo (recto y ano).



Etapas del Desarrollo Humano

Por: Martha Hahmann

Nivel 1
Palabras: 1,222
Imágenes: Shutterstock