**Actividad 4.1 Investigación y redacción de artículo**

*Desarrollo Biológico del Adulto Joven*

Ña adultez joven comprende desde los 18 o 19 años –que se termina la adolescencia- hasta los 30 o 40 años aproximadamente. Durante esta edad es en donde en realidad hay una consolidación del carácter y un actuar firme para realizar el proyecto de vida que cada quien ideó.

Desde el aspecto biológico, se puede decir que el adulto joven no desarrolla ninguna habilidad nueva sino que ha llegado al máximo esplendor de las capacidades físicas que ya posee: sus órganos están funcionando mejor que nunca (ya que están más grandes y maduros), hay un control absoluto del cuerpo y hay mucha energía, fortaleza y resistencia al correr o realizar otro tipo de actividades (Gobierno Bolivariano de Venezuela, 2008).

Según Mariela y Bárbara Aguayo (2012) “Los sistemas tienen en esta edad una notable capacidad compensatoria, así el adulto joven es capaz de conservar la salud en forma casi continua, por esta razón presentan poca o ninguna preocupación por su salud”.

Así pues, un adulto joven –si trabaja para desarrollarla- tiende a tener la mayor fortaleza muscular que una persona puede experimentar a lo largo de su vida. De igual manera, con ayuda del ejercicio y otras actividades físicas el adulto joven despliega su coordinación y agilidad para moverse (incluyendo su equilibrio, rapidez, fuerza y resistencia).

Por otro lado, sus habilidades motrices finas también se ven influenciadas y potencializadas con la edad. Es decir, se tiene mayor destreza manual para realizar tareas delicadas. A esto se le suma el hecho de que la agudeza visual también aumenta. Asimismo, las capacidades reproductivas alcanzan su punto más alto y los sentidos del gusto, tanto y olfato se quedan en su esplendor hasta los 45 años.

Sin embargo, también hay que tener en cuenta que la adultez joven dura alrededor de dos décadas, por lo que los aspectos físicos pueden variar mucho de persona en persona. Normalmente es en torno a los 30 años que algunas capacidades físicas comienzan a declinar dependiendo de qué tanto se haya abusado de ellas durante la niñez y adolescencia (como es la vista o el oído). También es importante establecer que tanto las enfermedades de transmisión sexual como el cáncer llegan a ser un grave peligro para los adultos.

*Referencias:*

Gobierno Bolivariano de Venezuela (2008). *Desarrollo de la edad adulta*. Recuperado de <http://www.rena.edu.ve/cuartaEtapa/psicologia/Tema7.html>

Aguayo, M., Aguayo, B. (2012). *Adulto Joven (20-40 años).* Recuperado de <http://adultojovenepsicologia.blogspot.mx/>

*Código de Honor:*

Yo, Isabel Gutiérrez, declaro que he realizado esta actividad 4.1 “Investigación y redacción de artículo (Desarrollo biológico del adulto joven)” con estricto apego al Código de Honor de la UDEM.