

AGING QUIZ Απαντήσεις

<http://faculty.webster.edu/woolfm/myth.html>

α/α	Δηλώσεις	Σωστό ή λάθος
1	Η πλειονότητα (πάνω από το 50%) των ηλικιωμένων θα αποκτήσουν γεροντικές αδυναμίες (ελαττωματική μνήμη, αποπροσανατολισμός, άνοια) κατά τη διάρκεια της τρίτης ηλικίας.	Απάντηση: Λάθος - Σε αντίθεση με το δημοφιλές στερεότυπο, η άνοια δεν είναι φυσιολογικό μέρος της γήρανσης ή αναπόφευκτη. Τα στατιστικά στοιχεία ποικίλλουν ανάλογα με τη μελέτη, αλλά οι περισσότεροι εκτιμούν ότι περίπου το 2-3% των ηλικιωμένων στα εβδομήντα τους εμφανίζουν κάποια μορφή άνοιας, το 5-10% των ηλικιωμένων στα ογδόντα τους και μπορεί να φτάσουν μεταξύ 20-30% ηλικιωμένοι στα ενενήντα τους. Αυτές οι στατιστικές περιλαμβάνουν ήπιες καθώς και σοβαρές μορφές άνοιας. Η έρευνα που αφορά όχι μόνο τη θεραπεία αλλά και την πρόληψη της άνοιας είναι συνεχής και πολλά υποσχόμενη.
2	Οι περισσότεροι ηλικιωμένοι δεν έχουν καμία επιθυμία ή ικανότητα για σεξουαλικές σχέσεις. Με άλλα λόγια, οι περισσότεροι ηλικιωμένοι είναι συνήθως ασεξουαλικοί.	Απάντηση: Λάθος - Σε αντίθεση με τον μύθο και το στερεότυπο, η σεξουαλικότητα εξακολουθεί να είναι μια σημαντική πτυχή της ζωής ενός ηλικιωμένου ενήλικου. Οι άνθρωποι συνεχίζουν να είναι σεξουαλικά όντα και να απολαμβάνουν τις σεξουαλικές σχέσεις μέχρι την ύστερη ενήλικη ζωή. Για τη μειονότητα των ηλικιωμένων που αντιμετωπίζουν σωματικά προβλήματα που μπορεί να περιορίσουν τη σεξουαλική τους έκφραση, υπάρχουν διαθέσιμες θεραπείες. Είναι επίσης σημαντικό να θυμόμαστε ότι η σεξουαλικότητα δεν είναι απλώς μια βιολογική λειτουργία. Η σεξουαλικότητα περιλαμβάνει την έκφραση των συναισθημάτων και του εαυτού με διάφορους τρόπους σε μια οικεία σχέση και περιλαμβάνει πολλές πτυχές του φύλου ενός ανθρώπου.
3	Η χρονολογική ηλικία είναι ο πιο σημαντικός προσδιοριστικός παράγοντας της ηλικίας ενός ανθρώπου.	Απάντηση: Λάθος - Τα άτομα γερνούν με πολλούς διαφορετικούς τρόπους και ο λιγότερο σημαντικός από αυτούς είναι η χρονολογική ηλικία. Η χρονολογική ηλικία είναι απλώς ο αριθμός των ετών από τη γέννησή τους. Πιο σημαντική είναι η λειτουργική ηλικία -- πόσο καλά μπορεί κάποιος να λειτουργήσει στο κοινωνικό του περιβάλλον. Τρεις παράγοντες που συνθέτουν τη λειτουργική ηλικία είναι η ψυχολογική ηλικία, η κοινωνική ηλικία και η

		φυσιολογική/βιολογική ηλικία. Όλοι έχουμε συναντήσει άτομα που βιολογικά πλησιάζουν στο τέλος της ζωής τους, αλλά ψυχοκοινωνικά είναι ανεξάρτητα, δημιουργικά, ζωντανά και ικανά να ανταποκριθούν στις προκλήσεις της ζωής.
4	Οι περισσότεροι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας δυσκολεύονται να προσαρμοστούν στην αλλαγή. Με άλλα λόγια, τείνουν να παγώνονται στον δικό τους τρόπο.	Απάντηση: Λάθος - Οι ηλικιωμένοι δεν είναι πιο άκαμπτοι από τους νεότερους. Αυτό τείνει να είναι ένα σχετικά σταθερό χαρακτηριστικό προσωπικότητας. Έτσι, τα άτομα που είναι άκαμπτα και δυσκολεύονται να προσαρμοστούν στις αλλαγές στη νεαρή ενήλικη ζωή θα έχουν πιθανώς τις ίδιες δυσκολίες όταν μεγαλώσουν.
5	Οι σωματικές αδυναμίες είναι οι πρωταρχικοί παράγοντες που περιορίζουν τις δραστηριότητες των ηλικιωμένων	Απάντηση: Λάθος - Το κύριο μειονέκτημα που αντιμετωπίζουν οι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας είναι το αποτέλεσμα της ηλικιακής στερεοτυπίας και του ηλικιακού προσανατολισμού. Τόσο τα ηλικιακά στερεότυπα όσο και ο ηλικιακός χαρακτήρας έχουν αρνητικό αντίκτυπο στον ηλικιωμένο ενήλικα. Χρησιμοποιούν στον περιορισμό των δραστηριοτήτων και των ευκαιριών που είναι διαθέσιμες στο ηλικιωμένο άτομο. Για παράδειγμα, ένας μεγαλύτερος ενήλικος μπορεί να αποθαρρύνεται από το να πάει στο κολλέγιο ("Ποιο είναι το νόημα; Δεν μπορείς να σε ενδιαφέρει να ξεκινήσεις μια νέα καριέρα.") ή από το να ντύνεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο ("Τα άτομα στην ηλικία σου δεν ντύνονται έτσι ."). Η ηλικία και τα στερεότυπα ηλικίας μπορεί να οδηγήσουν σε διακρίσεις λόγω ηλικίας. Για παράδειγμα, ένα άτομο μπορεί να απολυθεί από τη δουλειά του απλώς και μόνο λόγω της ηλικίας του. Αν και οι διακρίσεις λόγω ηλικίας είναι παράνομες στις Ηνωμένες Πολιτείες για τις περισσότερες θέσεις εργασίας, είναι δύσκολο να αποδειχθούν.
6	Δυσκολίες και στις πέντε αισθήσεις συμβαίνουν συνήθως σε μεγάλη ηλικία.	Απάντηση: Ως επί το πλείστον αληθές - Ως επί το πλείστον, και οι πέντε αισθήσεις μειώνονται στα γηρατειά για άτομα που ζουν στις Ηνωμένες Πολιτείες. Ορισμένες φυσιολογικές μειώσεις ηλικίας αντιμετωπίζονται διαπολιτισμικά και τεκμηριώνονται σαφώς (π.χ. οι αλλαγές που συμβαίνουν στο οπτικό σύστημα με την ηλικία). Υπάρχουν πολυάριθμες αλλαγές που συμβαίνουν με την όραση που συσχετίζονται σε μεγάλο βαθμό με την ηλικία. Ωστόσο, οι δραματικές μειώσεις που καταγράφονται ότι συμβαίνουν στο ακουστικό σύστημα μπορεί να οφείλονται περισσότερο στις σωρευτικές επιπτώσεις του

		θορύβου παρά στην ηλικία. Τα περισσότερα άτομα που ζουν σε πολιτισμούς χαμηλού θορύβου (π.χ. νομαδικοί πολιτισμοί, απλοί αγροτικοί πολιτισμοί) δεν παρουσιάζουν απώλεια ακοής με την ηλικία. Χρησιμοποιήστε το iPod σας προσεκτικά με το βλέμμα σας στο πόσα θέλετε να ακούσετε σε μεγάλη ηλικία.
7	Οι ηλικιωμένοι δεν είναι ικανοί να μάθουν νέες πληροφορίες. Με άλλα λόγια, «δεν μπορείς να μάθεις σε έναν γέρο σκύλο νέα κόλπα».	Απάντηση: Λάθος - Οι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας μπορούν να μάθουν νέες πληροφορίες (όπως αποδεικνύεται από τον αριθμό των ηλικιωμένων ενηλίκων που έχουν υψηλή γνώση υπολογιστών και συμμετέχουν ενεργά στο www.). Υπάρχει κάποια έρευνα που δηλώνει ότι οι ηλικιωμένοι μπορεί να χρειαστούν λίγο περισσότερο χρόνο για να μάθουν νέες πληροφορίες και μπορεί να χρησιμοποιήσουν διαφορετικές στρατηγικές μάθησης (πιθανώς το αποτέλεσμα των διαφορών των γενεών). Η έρευνα για τη μνήμη (προφανώς σε μεγάλο βαθμό σχετίζεται με την ικανότητα μάθησης) είναι εξαιρετικά αντιφατική όσον αφορά τις αλλαγές με την ηλικία. Η έρευνα έχει δείξει ξεκάθαρα, ωστόσο, ότι η απόδοση μνήμης υγιών ηλικιωμένων μπορεί να βελτιωθεί με την εκπαίδευση μνήμης. Έτσι, ένας ηλικιωμένος ενήλικας που ανησυχεί για τη μνήμη του μπορεί να θέλει να παρακολουθήσει ένα μάθημα/σεμινάριο εκπαίδευσης μνήμης. Τέλος, τα άτομα που σημειώνουν μείωση της μνήμης κατά τη μέση ηλικία θα πρέπει να αναζητήσουν την αιτία των προσωρινών προβλημάτων μνήμης στο άγχος! Με αυξημένο άγχος, οι ικανότητες μνήμης παρουσιάζουν μια δραματική, αλλά προσωρινή, μείωση.
8	Η σωματική δύναμη τείνει να μειώνεται στα γηρατειά.	Απάντηση: Σωστό - Η σωματική δύναμη τείνει να μειώνεται με την ηλικία. Φυσικά, η άσκηση μπορεί να εξουδετερώσει και να περιορίσει το ποσό της απώλειας. Έτσι, κάποιος που είναι 65 ετών και ασκείται τακτικά μπορεί να είναι (μάλλον θα είναι) σε καλύτερη φόρμα και να έχει μεγαλύτερη σωματική δύναμη από έναν 40χρονο couch-potato.
9	Η νοημοσύνη τείνει να μειώνεται με τα γηρατειά.	Απάντηση: Κυρίως Λάθος - Οι περισσότεροι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας δεν παρουσιάζουν καμία μείωση στις πνευματικές ικανότητες με την ηλικία. Στην πραγματικότητα, ορισμένες μορφές νοημοσύνης έχει υποτεθεί ότι αυξάνονται με την ηλικία. Ωστόσο, ορισμένοι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας παρουσιάζουν πτώση. Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που μπορεί να ευθύνονται για αυτήν την πτώση. Πρώτον, ορισμένες ασθένειες μπορεί να οδηγήσουν σε διανοητική πτώση (π.χ. καρδιαγγειακές παθήσεις).

		Έτσι, η διανοητική παρακμή είναι αποτέλεσμα ασθένειας και όχι ηλικίας. Δεύτερον, τα άτομα που ζουν σε υποβαθμισμένα περιβάλλοντα παρουσιάζουν απώλεια πνευματικών ικανοτήτων (π.χ. φτώχεια, έλλειψη πνευματικής διέγερσης). Φυσικά, προβλήματα όπως τα φτωχά περιβάλλοντα επηρεάζουν και τη διανοητική απόδοση των παιδιών. Τρίτον, αν δεν το χρησιμοποιήσετε, το χάνετε. Ασκήστε κάθε πνευματική ικανότητα που θα θέλατε να διατηρήσετε!
10	Η πλειονότητα των ηλικιωμένων ενηλίκων λένε ότι είναι χαρούμενοι το μεγαλύτερο διάστημα.	Απάντηση: Σωστό - Η πλειοψηφία των ηλικιωμένων ενηλίκων αναφέρει υψηλά επίπεδα ικανοποίησης από τη ζωή. Όσο πιο κοινωνικά ενεργό είναι ένα άτομο, τόσο μεγαλύτερη είναι η ικανοποίησή του από τη ζωή. Έτσι, είναι σημαντικό να παραμείνετε εμπλεκόμενοι σε άτυπες, οικείες δραστηριότητες. Επιπλέον, η υγεία συσχετίζεται με την ικανοποίηση από τη ζωή. Τα άτομα, οποιασδήποτε ηλικίας, που έχουν κακή υγεία είναι πιθανό να βιώσουν χαμηλότερα επίπεδα ικανοποίησης από τη ζωή. Όχι μόνο η άσκηση και η υγιεινή διατροφή θα διευκολύνουν τη μακροζωία, αλλά και μια καλή ποιότητα ζωής.
11	Η συντριπτική πλειονότητα των ηλικιωμένων θα καταλήξει κάποια στιγμή σε οίκο ευγηρίας.	Απάντηση: Λάθος - Σε αντίθεση με το μύθο, οι περισσότεροι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας δεν διαμένουν σε οίκο ευγηρίας (που καλείται πιο σωστά μονάδα μακροχρόνιας φροντίδας). Στην πραγματικότητα, μόνο περίπου το 5% των ηλικιωμένων ενηλίκων στις Ηνωμένες Πολιτείες διαμένουν σε εγκαταστάσεις μακροχρόνιας φροντίδας. 24% για άτομα ηλικίας 85 ετών και άνω. Επιπλέον, οι εγκαταστάσεις φροντίδας δεν είναι εδώ και πολύ καιρό ένα μέρος όπου κάποιος πηγαίνει απλώς για να πεθάνει. Μία από τις κύριες υπηρεσίες που παρέχουν αυτές οι εγκαταστάσεις είναι η βραχυχρόνια φροντίδα μετά από νοσηλεία για σοβαρό τραυματισμό ή ασθένεια. Επιπλέον, οι εγκαταστάσεις μπορεί να παρέχουν βραχυπρόθεσμη φροντίδα ανάπαυλας. Ένας ηλικιωμένος ενήλικας σε όχι και τόσο καλή κατάσταση που ζει με μία οικογένεια, μπορεί να διαμείνει για σύντομο χρονικό διάστημα σε έναν οίκο ευγηρίας προκειμένου να προσφέρει στην οικογένεια που τον φροντίζει διακοπές.
12	Περίπου το 80% των ηλικιωμένων δηλώνουν ότι είναι αρκετά υγιείς ώστε να πραγματοποιούν τις κανονικές	Απάντηση: Σωστό - Η συντριπτική πλειονότητα των ηλικιωμένων δεν έχουν αυξημένη ανάγκη να εξαρτώνται από τους άλλους περισσότερο από ό,τι έκαναν σε άλλες χρονικές στιγμές κατά τη διάρκεια των ενήλικων ετών. Ίσως χρειαστούν περισσότερη βοήθεια εάν

	καθημερινές τους δραστηριότητες με αυτονομία.	αποφασίσουν να μετακινήσουν τα έπιπλα ή να διαβάσουν ψιλά γράμματα σε ένα εστιατόριο με χαμηλό φωτισμό. Δεν βλέπει κανείς μεγάλη αναπηρία παρά μόνο ως συνάρτηση ασθένειας (κάποιος παθαίνει εγκεφαλικό και θα χρειαστεί φροντίδα ανεξάρτητα από το αν είναι 30 ή 80 ετών), τραυματισμού ή πολύ προχωρημένης ηλικίας (καθώς πλησιάζει στα 90 του χρόνια) . Ακόμη και τα άτομα άνω των 100 ετών μπορεί να μην χρειάζονται σημαντική βοήθεια από φίλους ή συγγενείς. Οι ηλικιωμένοι όχι μόνο δεν εξαρτώνται σημαντικά από τους νεαρούς ενήλικες, αλλά είναι επίσης πολύ ικανοί να συμμετάσχουν σε επαγγελματικές δραστηριότητες, εργασία, νέα καριέρα κ.λπ. Αυτό τονίζεται από το γεγονός ότι από τα τέλη της δεκαετίας του 1960, ο εθελοντισμός μεταξύ των ηλικιωμένων έχει τετραπλασιαστεί , από 11% σε 40%. Ένα στα τρία άτομα άνω των 75 ετών συμμετέχει σε εθελοντικές δραστηριότητες.
13	Οι περισσότεροι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας απορρίπτονται από τα παιδιά τους.	Απάντηση: Λάθος - Οι ηλικιωμένοι δεν απορρίπτονται από τα παιδιά τους απλώς ως συνάρτηση της ηλικίας τους. Θα ακούσετε ανθρώπους να λένε: "Η κυρία Τζόουνς είναι 75 ετών, ζει σε οίκο ευγηρίας και τα παιδιά της δεν την επισκέπτονται ποτέ. Απλώς την πέταξαν επειδή είναι μεγάλη." Οι πιθανότητες είναι ότι η κυρία Σμιθ και τα παιδιά της έχουν άλλα οικογενειακά ζητήματα που αποκλείουν τη στενή επαφή (π.χ. δεν αρέσει ο ένας στον άλλον, υπάρχει ιστορικό οικογενειακής κακοποίησης). Στην πραγματικότητα, μελέτες έχουν δείξει ότι πάνω από το 70% των ηλικιωμένων ενηλίκων έχουν ένα παιδί που ζει σε κοντινή απόσταση (μέσα σε 30 λεπτά). Πάνω από τα μισά από αυτά τα άτομα έχουν επισκεφτεί ένα από τα παιδιά τους δύο ημέρες πριν από την έρευνα. Οι στενές οικογένειες δεν διαλύονται απλώς και μόνο επειδή ο γονιός έχει γεράσει.
14	Σε γενικές γραμμές, οι περισσότεροι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας τείνουν να μοιάζουν ή να εξομοιώνονται.	Απάντηση: Λάθος - Στην πραγματικότητα, ο ηλικιωμένος πληθυσμός είναι η πιο ποικιλόμορφη ή ετερογενής ηλικιακή ομάδα. Η ανάπτυξη συνίσταται στην αλληλεπίδραση του ατόμου (με όλη τη γενετική και βιολογική του σύνθεση) και του πλαισίου μέσα στο οποίο ζει. Όσο μεγαλώνει ένα άτομο, τόσο μεγαλύτερος είναι ο αντίκτυπος του πλαισίου. Με άλλα λόγια, η εμπειρία της ζωής σας χρησιμεύει για να σας αλλάξει με μοναδικούς τρόπους. Βιώνεις διαφορετικούς ανθρώπους και γεγονότα ζωής,

		κάνεις επιλογές και μαθαίνεις. Καθώς όλα αυτά είναι διαφορετικά για τον καθένα, καθεμία από αυτές τις εμπειρίες ζωής χρησιμεύει στην αύξηση της διαφορετικότητας των ανθρώπων σε όλη τη διάρκεια της ζωής. Η μόνη φορά που οι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας θα επιδείξουν ομοιογένεια είναι ως απάντηση στην ασθένεια. Θα πρέπει να θυμόμαστε ωστόσο ότι ένα άτομο που πάσχει από τη νόσο του Αλτσχάιμερ στα 77 του θα μοιράζεται ομοιότητες με ένα άλλο άτομο που πάσχει από τη νόσο του Αλτσχάιμερ που είναι 34 ετών.
15	Οι περισσότεροι ηλικιωμένοι λένε ότι είναι μόνοι.	Απάντηση: Λάθος - Η μοναξιά είναι ένας από τους μεγαλύτερους φόβους που οι άνθρωποι συνδέουν με το γήρας. Ωστόσο, πάνω από τα δύο τρίτα των ηλικιωμένων ενηλίκων αναφέρουν ότι σπάνια ή ποτέ δεν είναι μόνοι. Αυτό είναι ανάλογο με τον βαθμό μοναξιάς που βιώνουν οι νέοι και οι μεσαίοι ενήλικες. Συχνά, αυτός ο φόβος της μοναξιάς βασίζεται στη σκέψη της απώλειας του συζύγου και της επακόλουθης απομόνωσης. Αυτός ο φόβος δεν βασίζεται στην πραγματικότητα για τα περισσότερα άτομα. Η πλειονότητα των ανδρών ξαναπαντρεύεται μετά την απώλεια της συζύγου. Οι γυναίκες, ωστόσο, είναι πιο πιθανό να εμπλακούν σε νέες κοινωνικές σχέσεις και φιλίες με άλλες χήρες. Η έρευνα έχει επίσης δείξει ότι η αστική ζωή συνδέεται με υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Τα άτομα στις μικρές πόλεις αναφέρουν χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς
16	Το γήρας μπορεί συχνά να χαρακτηριστεί ως δεύτερη παιδική ηλικία.	Απάντηση: Λάθος - Η διάρκεια ζωής είναι μη κατευθυνόμενη. Οι ηλικιωμένοι είναι ενήλικες και θα πρέπει να αντιμετωπίζονται ως τέτοιοι ακόμη και αν ο ηλικιωμένος είναι ανίκανος από ασθένεια. Επιπλέον, ο μύθος υποστηρίζει την αντιστροφή των ρόλων μεταξύ γονέα και παιδιού. Έτσι, το ενήλικο παιδί που φροντίζει τον γονέα που δεν είναι τόσο καλά μπορεί να πει ότι ανέλαβε τον ρόλο του γονέα και ο μεγαλύτερος έγινε το παιδί. Ωστόσο, η φροντίδα για έναν γονέα που δεν είναι όσο καλά δεν ισοδυναμεί με αντιστροφή ρόλων. Στην πραγματικότητα, η πραγματική αντιστροφή ρόλων θεωρείται ως δυσλειτουργική.
17	Πάνω από το 12% του πληθυσμού των Ηνωμένων Πολιτειών είναι άνω των 65 ετών.	Απάντηση: Σωστό - Το ποσοστό των ηλικιωμένων στις Ηνωμένες Πολιτείες αυξάνεται σταθερά. Στην πραγματικότητα, το ποσοστό των ατόμων άνω των 65 ετών στις ΗΠΑ έχει αυξηθεί από κάτι λιγότερο από 5% το 1900 σε περίπου 12,4% το 2007 και αναμένεται να

		φτάσει το 22,9% μέχρι το έτος 2050. Το 2006, πάνω από 2,2 εκατομμύρια άτομα στις Ηνωμένες Πολιτείες γιόρτασαν τα 65α γενέθλιά τους. Την ίδια χρονιά, υπήρχαν 73.674 άτομα ηλικίας 100 ετών και άνω! Αυτά τα μεταβαλλόμενα δημογραφικά στοιχεία των Ηνωμένων Πολιτειών (καθώς και άλλων τόπων, π.χ. Ευρώπη, μέρη της Ασίας) θα έχουν δραματικές επιπτώσεις σε όλα τα στοιχεία του πολιτισμού και της κοινωνίας.
18	Τους περισσότερους ηλικιωμένους απασχολεί ο θάνατος.	Απάντηση: Λάθος - Ο θάνατος είναι ένας αναπόφευκτος παράγοντας της ζωής. Οι στάσεις απέναντι στο θάνατο ποικίλουν πολύ, αλλά ορισμένες γενικές τάσεις μπορούν να εντοπιστούν στις Ηνωμένες Πολιτείες. Γενικά, οι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας είναι λιγότερο ανήσυχοι και πιο ουσιαστικοί για τον θάνατο. Καθώς κάποιος προχωρά στη διάρκεια της ζωής του, χάνει φίλους και μέλη της οικογένειάς του και αρχίζει να αποδέχεται τη δική του θνητότητα. Αυτό δίνει τη δυνατότητα στον ηλικιωμένο ενήλικο να μιλήσει πιο ελεύθερα για τον θάνατο και το τέλος της ζωής. Οι περισσότεροι νεαροί ενήλικες στις Ηνωμένες Πολιτείες αποφεύγουν να σκέφτονται ή να συζητούν τον θάνατο. Εάν το θέμα του θανάτου τεθεί από έναν ηλικιωμένο ενήλικο, μπορεί να κατηγορηθεί ότι ασχολείται με τον θάνατο. Ωστόσο, είναι οι νεότεροι ενήλικες κατά κύριο λόγο αυτοί που δεν συζητούν τον θάνατο.
19	Οι περισσότεροι ηλικιωμένοι έχουν εισοδήματα κάτω από το επίπεδο της φτώχειας.	Απάντηση: Λάθος - Η πλειονότητα των ηλικιωμένων έχει εισοδήματα πάνω από το επίπεδο της φτώχειας. Μέσο εισόδημα ανά μήνα για το 2006: Άνδρες: 1958 \$ / Γυναίκες: 1134 \$. Τα παραπάνω στοιχεία αντιπροσωπεύουν το μέσο εισόδημα ανά μήνα για άτομα 65 ετών και άνω με βάση το φύλο. Από το προφίλ των ηλικιωμένων Αμερικανών: Φτώχεια: ένας στους δεκατέσσερις (7,0%) ηλικιωμένους Λευκούς ήταν φτωχός το 2006, σε σύγκριση με το 22,7% των ηλικιωμένων Αφροαμερικανών, το 12,0% των Ασιατών και το 19,4% των ηλικιωμένων Ισπανόφωνων. Οι ηλικιωμένες γυναίκες είχαν υψηλότερο ποσοστό φτώχειας (11,5%) από τους ηλικιωμένους άνδρες (6,6%) το 2006. Οι ηλικιωμένοι που ζούσαν μόνοι είχαν πολύ περισσότερες πιθανότητες να είναι φτωχοί (16,9%) από τους ηλικιωμένους που ζούσαν με οικογένειες (5,6%). Τα υψηλότερα ποσοστά φτώχειας παρατηρήθηκαν μεταξύ των Ισπανόφωνων γυναικών (40,5%) που ζούσαν μόνες και επίσης από τις μεγαλύτερες μαύρες γυναίκες (37,5%) που ζούσαν μόνες.

20	Οι ηλικιωμένοι τείνουν να γίνονται πιο θρησκευόμενοι καθώς μεγαλώνουν. Αυτό είναι συχνά απόρροια του ότι αντιμετωπίζουν τη δική τους θνητότητα.	Απάντηση: Λάθος - Το επίπεδο θρησκευτικότητας τείνει να παραμένει αρκετά σταθερό σε όλη τη διάρκεια της ζωής. Οι ηλικιωμένοι τείνουν να είναι πιο θρησκευόμενοι από τους νεότερους στις Ηνωμένες Πολιτείες. Ωστόσο, ως ομάδα ήταν πάντα πιο θρησκευόμενοι αντανakλώντας την εποχή και την κουλτούρα μέσα στην οποία μεγάλωσαν.
21	Η συνταξιοδότηση είναι επιζήμια για την υγεία ενός ατόμου. «Πριν από έξι μήνες συνταξιοδοτήθηκε και τώρα είναι νεκρός, η σύνταξη τον σκότωσε».	Απάντηση: Λάθος - Η σύνταξη δεν σκοτώνει ανθρώπους. Για τη συντριπτική πλειονότητα των ηλικιωμένων, η συνταξιοδότηση είναι μια θετική εμπειρία. Υπάρχει υψηλή συνταξιοδοτική ικανοποίηση ιδιαίτερα για όσους σχεδίαζαν τη συνταξιοδότησή τους. Εκείνοι που πέθαναν μετά τη συνταξιοδότηση συνήθως συνταξιοδοτήθηκαν επειδή δεν ήταν καλά. Έτσι, ένα άτομο παθαίνει έμφραγμα και αποφασίζει να συνταξιοδοτηθεί. Λίγο αργότερα παθαίνουν άλλη μια καρδιακή προσβολή και πεθαίνουν. Η συνταξιοδότηση δεν σκότωσε αυτό το άτομο. Η καρδιοπάθεια τον/την σκότωσε.
22	Ο πόνος είναι ένα φυσικό επακόλουθο της διαδικασίας γήρανσης	Απάντηση: Λάθος - Ο πόνος δεν είναι φυσικό μέρος της διαδικασίας γήρανσης. Μάλλον είναι σημάδι τραυματισμού ή ασθένειας. Ως εκ τούτου, ο πόνος δεν πρέπει να αγνοηθεί. Δυστυχώς, πολύ συχνά οι άνθρωποι αποδίδουν τον πόνο σε υπερβολική γήρανση και περιμένουν πολύ καιρό για να αναζητήσουν ιατρική βοήθεια με αρνητικά αποτελέσματα. Ένας άντρας πηγαίνει στο γιατρό παραπονούμενος για πόνο στο δεξί του γόνατο. Ο γιατρός του λέει "Πρέπει να το περιμένεις. Γερνάς". Στο οποίο ο άντρας απαντά: «Το άλλο μου γόνατο είναι εξίσου παλιό και δεν πονάει». Είναι αλήθεια ότι ορισμένα άτομα θα βιώσουν περισσότερο πόνο καθώς γερνούν, αλλά αυτό είναι αποτέλεσμα της συσσώρευσης τραυματισμών ή ασθενειών. Έτσι, ο πόνος οφείλεται πάλι σε τραυματισμό/ασθένεια και όχι σε ηλικία.
23	Στην πλειονότητά τους οι ηλικιωμένοι ενήλικες λένε ότι αισθάνονται εκνευρισμένοι ή θυμωμένοι στο μεγαλύτερο διάστημα.	Απάντηση: Λάθος - Οι ηλικιωμένοι δεν είναι περισσότερο θυμωμένοι ή εκνευρισμένοι από τους νεότερους. Τα άτομα που είναι θυμωμένα ή εκνευρισμένα ένα μεγάλο μέρος του χρόνου ενώ τα νεότερα θα είναι πιθανώς άτομα που είναι θυμωμένα ή εκνευρισμένα ένα μεγάλο μέρος του χρόνου σε μεγάλη ηλικία.
24	Σπάνια κάποιος άνω των 65 ετών παράγει ένα σπουδαίο έργο στο πεδίο της τέχνης,	Απάντηση: Λάθος - Η δημιουργική και επιστημονική δουλειά των ηλικιωμένων είναι πραγματικά εκπληκτική. Μια μελέτη, έδειξε ότι η ηλικία των 60 περιλαμβάνει τα πιο

	της επιστήμης ή της ακαδημαϊκής καριέρας.	παραγωγικά χρόνια για ιστορικούς, βοτανολόγους, εφευρέτες, φιλοσόφους και συγγραφείς. Είναι ο Γκαίτε που τελειώνει τον Φάουστ στα 82 του, ο Μιχαήλ Άγγελος που τελειώνει τον τρούλο του Αγίου Πέτρου είτε ο Θερβάντες γράφοντας τον Δον Κιχώτη σε μεγάλη ηλικία. Τα στοιχεία για σπουδαία έργα μετά τα 65 είναι ξεκάθαρα εμφανή. Ο I. F. Stone έγραψε τη Δίκη του Σωκράτη όταν ήταν στα ογδόντα του. Στις ευχαριστίες του, έγραψε: "Επιτέλους, ρίχνω μια σπονδή στον επεξεργαστή κειμένου Macintosh. Ο μεγάλος παχύς μαύρος τύπος Chicago Bold 24 σημείων μου επέτρεψε να ξεπεράσω έναν καταρράκτη και να γράψω το βιβλίο." - καταρρίπτοντας έτσι πολλούς από τους μύθους σχετικά με τη γήρανση.
25	Με την ηλικία έρχεται η σοφία.	Απάντηση: Κυρίως Λάθος - Η σοφία είναι μια πολύ απατηλή έννοια. Λίγες μελέτες έχουν διεξαχθεί σχετικά με τη σοφία και την ηλικία καθώς η σοφία είναι δύσκολο να οριστεί. Μερικές μελέτες προσπάθησαν να ορίσουν την έννοια της σοφίας και να δοκιμάσουν τις διάφορες ηλικίας. Τα άτομα που διαθέτουν σοφία έχουν διορατικότητα, κρίση, αυτογνωσία και την ικανότητα να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τη ζωή τους. Η έρευνα δεν επιβεβαιώνει ότι οι ηλικιωμένοι ενήλικες έχουν καλύτερη απόδοση από τους νεότερους ενήλικες. Με άλλα λόγια, υπάρχουν άτομα νέοι και μεγάλοι που διαθέτουν σοφία. Θα πρέπει ωστόσο να σημειωθεί ότι μερικοί από τους μεγαλύτερους σκόρερ ήταν ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας.