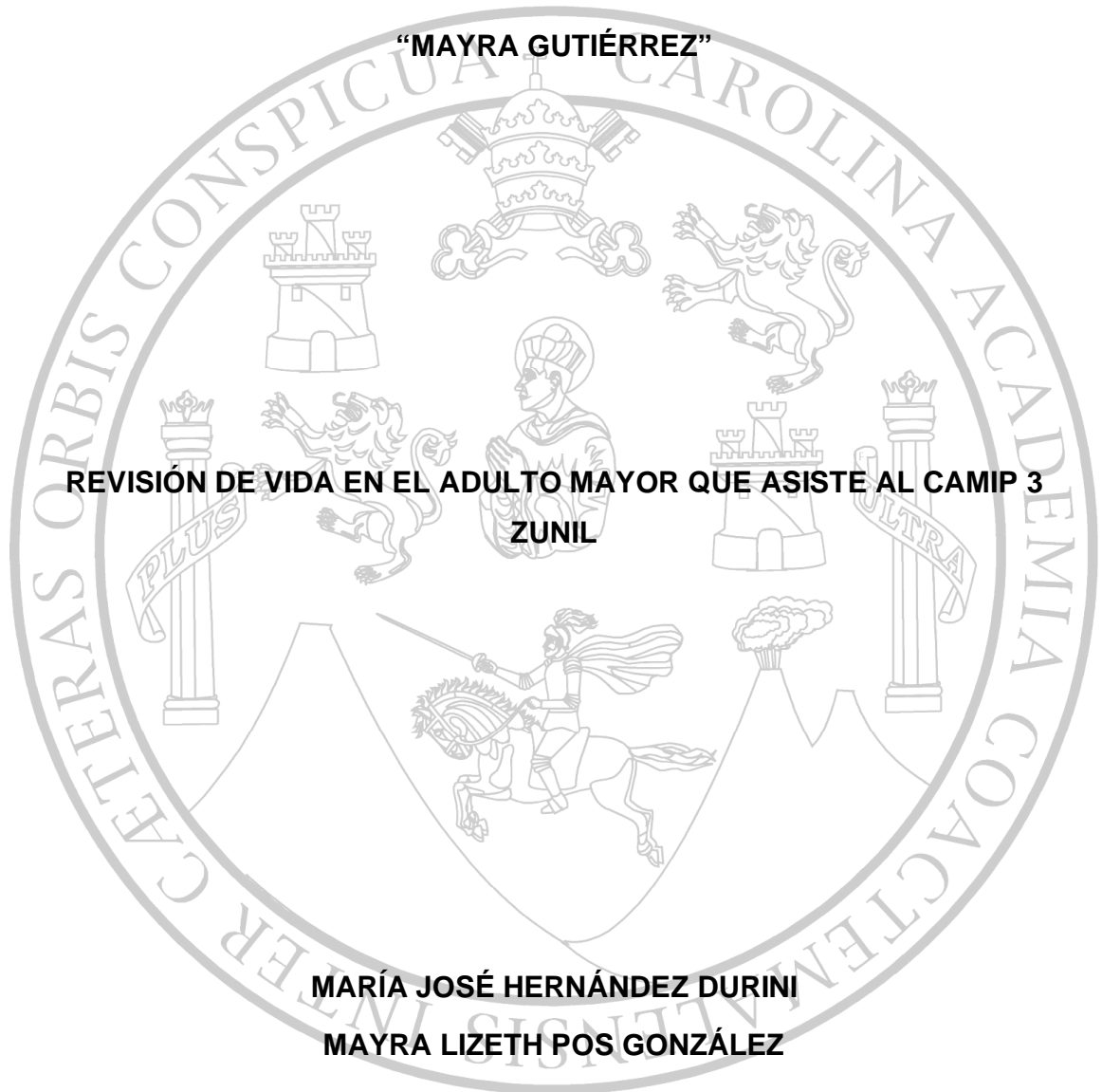


**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**UNIDAD DE GRADUACIÓN**  
**CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLGÍA –CIEPs-**  
**“MAYRA GUTIÉRREZ”**



**REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CAMIP 3**  
**ZUNIL**

**MARÍA JOSÉ HERNÁNDEZ DURINI**  
**MAYRA LIZETH POS GONZÁLEZ**

**GUATEMALA, OCTUBRE 2013**

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**UNIDAD DE GRADUACIÓN**  
**CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLGÍA –CIEPs-**

**“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**REVISION DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CAMIP 3**  
**ZUNIL**  
**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTANDO AL HONORABLE**  
**CONSEJO DIRECTIVO**  
**DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR**

**MARÍA JOSÉ HERNÁNDEZ DURINI**

**MAYRA LIZETH POS GONZÁLEZ**

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE**

**PSICÓLOGAS**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADAS**

**GUATEMALA, OCTUBRE 2013**

**CONSEJO DIRECTIVO**

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**Licenciado Abraham Cortez Mejía**

**DIRECTOR**

**M. A. María Iliana Godoy Calzia**

**SECRETARIA**

**Licenciada Dora Judith López Avendaño**

**Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez**

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

**María Cristina Garzona Leal**

**Edgar Alejandro Cordón Osorio**

**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

**Licenciado Juan Fernando Porres Arellano**

**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**



c.c. Control Académico  
CIEPs.  
Reg. 284-12  
CODIPs. 1835-2013

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

18 de octubre de 2013

Estudiantes

María José Hernández Durini  
Mayra Lizeth Pos González  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto TRIGÉSIMO SEXTO (36°.) del Acta CUARENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL TRECE (47-2013), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 16 de octubre de 2013, que copiado literalmente dice:

**TRIGÉSIMO SEXTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: **“REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CAMIP 3 ZUNIL”**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**María José Hernández Durini**  
**Mayra Lizeth Pos González**

**CARNÉ No. 1999-21860**  
**CARNÉ No. 2005-14093**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Eneida Raquel Reyes Fernández, y revisado por la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
M.A. María Iliana Godoy Calzia  
SECRETARIA



/gaby

CIEPs 832-2013  
 REG: 284-2012  
 REG: 006-2013

14:30 284-12  
INFORME FINAL

Guatemala 11 de octubre de 2013.

SEÑORES  
 CONSEJO DIRECTIVO  
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
 CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL  
 CAMP 3 ZUNIL.”**

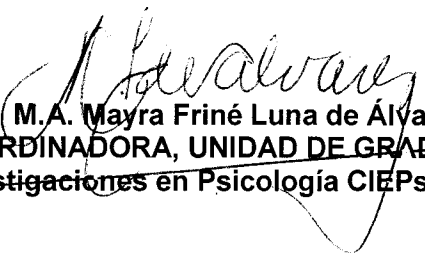
ESTUDIANTE:  
**María José Hernández Durini**  
**Mayra Lizeth Pos González**

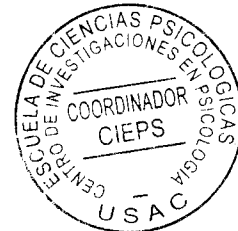
CARNÉ No.  
 1999-21860  
 2005-14093

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

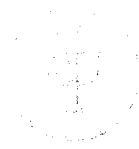
El cual fue aprobado por la Coordinación de este Centro el 07 de octubre del presente año y se recibieron documentos originales completos el 11 de octubre, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
**M.A. Mayra Friné Luna de Álvarez**  
**COORDINADORA, UNIDAD DE GRADUACIÓN**  
 Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. “Mayra Gutiérrez”



c.c archivo  
 Arelis



CIEPs. 833-2013  
REG 284-2012  
REG 006-2013

Guatemala, 11 de octubre 2013

Licenciada  
Mayra Friné Luna de Álvarez  
Coordinadora Unidad de Graduación  
Escuela de Ciencias Psicológicas

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**“REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL  
CAMIP 3 ZUNIL.”**

ESTUDIANTE:  
María José Hernández Durini  
Mayra Lizeth Pos González

CARNÉ No.  
1999-21860  
2005-14093

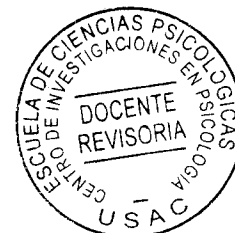
**CARRERA:** Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 17 de septiembre del año en curso, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
Licenciada **Suhelen Patricia Jiménez**  
DOCENTE REVISORA



Guatemala, 23 de julio 2013.

Licenciada  
Mayra Luna de Álvarez  
Coordinadora de la Unidad de Graduación  
Centro de Investigación en  
Psicología – CIEPs- "Mayra Gutiérrez"  
CUM

Estimada Licenciada Álvarez:

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del Informe Final de Investigación titulado "LA REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CAMIP 3 ZUNIL" realizado por las estudiantes MARÍA JOSE HERNANDEZ DURINI, CARNÉ 199921860 Y MAYRA LIZETH POS GONZÁLEZ, CARNÉ 200514093.

El trabajo fue realizado a partir de 20 de Abril 2012 hasta el día 23 de Julio de 2013.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el CIEPs por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,



Licenciada Eneida Raquel Reyes Fernández

Psicóloga

Colegiado No. 132

Asesor de Contenido

ER

cc. Archivo



*CAMP 3 ZUNIL*  
*Instituto Guatemalteco de Seguridad Social*

Guatemala, 08 de Julio de 2013

Licenciada  
Mayra Luna de Álvarez  
Coordinadora de la Unidad de Graduación  
Centro de Investigación en  
Psicología – CIEPs- “Mayra Gutiérrez”  
CUM

Estimada Licenciada Álvarez:

Deseándole éxitos al frente de sus labores, por este medio le informo que las estudiantes **MARÍA JOSE HERNÁNDEZ DURINI, CARNÉ: 199921860 Y MAYRA LIZETH POS GONZALEZ, CARNÉ: 200514093**, realizaron en esta unidad las entrevistas a pacientes que asisten a este centro para obtener atención médica en el periodo comprendido del 5 al 30 de junio del presente año, en horarios de 8:00 a 16:00 horas. Esto como parte del trabajo de investigación titulado **“REVISION DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CAMP 3 ZUNIL”**

Las estudiantes en mención cumplieron con lo estipulado en su proyecto de Investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra unidad.

Sin otro particular, me suscribo,

Dr. Gabriel Antonio Murga

Director Médico de Camp 3 Zunil

Tel: 24121224 ext. 84636  
[Gabriel.Murga@igssgt.org](mailto:Gabriel.Murga@igssgt.org)

GM/hj  
Archivo



PADRINOS DE GRADUACIÓN

POR MARÍA JOSÉ HERNÁNDEZ DURINI

RENATA CECILIA HERNÁNDEZ DURINI

LICENCIADA EN ARQUITECTURA

COLEGIADO 2979

POR MAYRA LIZETH POS GONZÁLEZ

MARÍA MARTA ROSALES VALENZUELA

LICENCIADA QUÍMICA FARMACÉUTICA

COLEGIADO 2847

BYRON RENÉ ROMERO LÓPEZ

MÉDICO CIRUJANO

ESPECIALIDAD EN MEDICINA INTERNA Y

MAESTRIA EN ADMINISTRACIÓN DE HOSPITALES

COLEGIADO 8163

## **DEDICATORIA**

- A Dios y la Virgen María: Por su amor, bondad y protección. Y sobre todo por sus bendiciones. Gracias Dios por ser parte de cada paso que he dado y daré en la vida.
- A mis padres: Por su amor y apoyo. En especial a mi madre Blanca Durini por su incondicional apoyo, por ser ejemplo de trabajo, paciencia y porque todos me los has dado.
- A mis hermanas: Renata y María Fernanda, porque son parte importante de mi vida. Por su amor y por ser motivación a buscar el éxito.
- A mi novio: Manuel, por tu apoyo, paciencia y amor. Por tener siempre gestos y palabras de aliento.
- A mis sobrinos: Por ser alegría en nuestra familia, por cada sonrisa y cada momento de unión familiar que propician.
- A mis amigos: Por todos los momentos que han aportado a mi vida, alegrías y aprendizajes. En especial agradecer a mi amiga y compañera de tesis Mayra Pos por su buena actitud en este proceso, por su paciencia y colaboración.

## **DEDICATORIA**

- A Dios: Por su infinito amor y misericordia, por ser mi fortaleza y cuidar de mí en cada uno de los días de mi vida, por todas las bendiciones a Él sea la gloria por el logro alcanzado.
- A mis padres: Por su amor, enseñanzas apoyo incondicional, por todas sus oraciones, por inyectarme su alegría y positivismo en las circunstancias adversas. Por cultivar en mí el deseo de superación, y por su interés de verme convertida en toda una profesional. Sé lo orgullosos que están, los amo mucho.
- A mi hermano: Porque es parte importante de mi vida. Por su cariño y por ser motivación a buscar el éxito.
- A mis sobrinos: Andreita, Marco Antonio y Lucy por cada sonrisa y cada momento de unión familiar que propician los amo mucho.
- A mis abuelos: Eulalio Mateo y Celestina Dionisio por ser la inspiradora de esta investigación, flores sobre su tumba.
- A mis amigos: Desde el más antiguo hasta el más reciente; los que estuvieron siempre al pendiente de mí brindándome apoyo y palabras de aliento elevando sus oraciones al creador como lo es Alejandra García, Lic. Nestor Miranda, Sara Veliz, Dina Veliz, Berly Ruano, Milena Trejo, Miriam López. Muchas gracias por los momentos compartidos en este largo camino, en especial agradecer a mi amiga y compañera de tesis Maria Jose Hernández por su paciencia, apoyo brindado, colaboración y cariño muchas gracias que Dios los bendiga los quiero mucho.

## **AGRADECIMIENTOS**

### **A la Universidad de San Carlos de Guatemala**

Por la formación académica, ética y social que brinda esta casa de estudios desde su inicio hasta su culminación, para que en un día como hoy, pueda ver un profesional más egresado, con el fin de brindar sus conocimientos al servicio del pueblo guatemalteco.

### **A la Escuela de Ciencias Psicológicas**

Por ser la cuna de nuestro conocimiento, por permitirnos vivir a través de ella experiencias que nos han hecho crecer en varias áreas de nuestra vida. Por permitirnos crear lazos muy fuertes con buenos amigos.

### **Al Señor Hugo Leonel Castañeda Toledo,**

Por colaborar atentamente con la orientación y brindarnos el tiempo necesario para poder realizar la investigación en Camp 3 Zunil.

### **A los adultos mayores que asisten al CAMIP 3 ZUNIL:**

Por permitirnos conocer los momentos especiales y significativos para ellos y ser aporte importante para este estudio.

## ÍNDICE

### RESUMEN

PRÓLOGO.....	1
--------------	---

### CAPÍTULO I

1.1 INTRODUCCIÓN.....	3
-----------------------	---

1.1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
---------------------------------------	---

1.1.2 MARCO TEÓRICO.....	6
--------------------------	---

ANTECEDENTES.....	6
-------------------	---

VEJEZ.....	8
------------	---

Gerontología.....	14
-------------------	----

Psicología de la vejez.....	15
-----------------------------	----

Características fisiológicas del envejecimiento.....	18
--	----

Funcionamiento sensorial.....	18
-------------------------------	----

Funcionamiento motor.....	19
---------------------------	----

Características psicológicas del envejecimiento.....	21
--	----

Funcionamiento cognitivo.....	21
-------------------------------	----

Función afectiva.....	23
-----------------------	----

Función social.....	24
---------------------	----

TEORÍAS PSICOLÓGICAS DE LA VEJEZ.....	27
Teoría psicosocial.....	28
Teoría del desapego.....	32
Teoría de la actividad.....	33
Teoría del tiempo social.....	34
AUTO-CONCEPTO.....	35
El auto-concepto en la vejez.....	37
Factores que intervienen en el auto-concepto.....	38
Impacto del auto-concepto en los estilos de vida.....	39
Enfoques del auto-concepto.....	42
Enfoque fenomenológico.....	42
Enfoque psicoanalítico.....	42
REVISIÓN DE VIDA.....	43
Diferencia entre revisión de vida y reminiscencia en la vejez.....	45
1.1.3. HIPÓTESIS DE TRABAJO.....	49
1.1.4 DELIMITACIÓN.....	49
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	
2.1. TÉCNICA.....	50
Selección de la muestra.....	50

Observación participante.....	50
Entrevista semi-estructurada.....	50
<b>2.2 INSTRUMENTOS.....</b>	<b>51</b>
Observación participante.....	51
Entrevista semi-estructurada.....	51
Escala de auto-estima de Rosenberg.....	51
Operacionalización de Objetivos.....	52
 <b>CAPÍTULO III</b>	
PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE	
RESULTADOS.....	53
Resultados de la entrevista semi-estructurada.....	56
Escala de Autoestima de Rosenberg.....	61
 <b>CAPÍTULO IV</b>	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	62
4.1 Conclusiones.....	62
4.2 Recomendaciones.....	64
BIBLIOGRAFÍA.....	66
ANEXOS.....	69
ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA.....	70
ESCALA DE AUTO-ESTIMA ROSENBERG.....	74

## **RESUMEN**

### **“REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR, QUE ASISTE AL CAMIP 3 ZUNIL”**

**Autoras:** **María José Hernández Durini**  
**Mayra Lizeth Pos González**

La presente investigación se realizó en el Centro de Atención Médica Integral CAMIP 3 Zunil, nuestro principal objetivo fue identificar la influencia de la revisión retrospectiva en el adulto mayor, proceso que pudimos alcanzar delimitando elementos como: identificar los sentimientos que genera la revisión retrospectiva, principales elementos que configuran el auto-estima, describir esta revisión como un elemento de valor terapéutico y analizar las relaciones que existen entre la revisión y la auto-estima. Surge el interés de estudiar este fenómeno debido a que, la cotidianidad, el auto-estima y el desenvolvimiento actual del adulto mayor se ve afectada al realizar esta revisión de vida,. Dentro del proceso de profundización de estos elementos surgieron algunas interrogantes, tales como: ¿De qué forma impacta la revisión retrospectiva al adulto mayor? ¿Qué sentimientos puede generar esta revisión? ¿Puede ser un elemento de valor terapéutico para los adultos mayores? Las respuestas a las interrogantes principalmente nos dieron a conocer que las categorías familiar y física son las que influyen más en su bienestar. Las técnicas que permitieron el abordaje a la población, comprendidas entre 60 a 70 años, hombres y mujeres fueron; la observación, la entrevista semi-estructurada y la escala de auto-estima de Rosenberg, por su flexibilidad, nos brindaron una profundización de la influencia de la revisión de vida en el desenvolvimiento actual del adulto mayor; también nos permitieron concluir que el adulto se percibe como una persona evolutiva, que contempla su vida a partir del recuerdo de experiencias vividas positivas o negativas. Por ello nuestra principal recomendación es reforzar los programas educativos, con el fin de encaminar y apoyar la aceptación de esta etapa de vida, crear espacios de inclusión que refuercen su auto-estima, para poder dirigir su vida con mayor plenitud.



## PRÓLOGO

Actualmente se ha enfocado al adulto mayor como un elemento de disonancia en una sociedad orientada a la productividad, a la capacidad de trabajar y de generar riqueza; visualizándolo como una carga o un problema económico y social. Para nadie es un secreto la escasa cobertura y deficiente calidad de los distintos programas de jubilación, de atención a la población del adulto mayor en el país; situación que se agrava si se toma en cuenta la escasa infraestructura institucional para dar respuesta a las necesidades de dicha población.

Es por eso que se realizó el presente estudio para promover otra forma de comprender al adulto mayor; que permita conocer las situaciones que favorecen las condiciones positivas durante el paso por esta etapa. A lo largo de la vida, algunas personas no asumen su responsabilidad y no se proyectan a futuro de tal forma que cuando son parte de ese futuro, que no visualizaron se dan cuenta del tiempo y las oportunidades perdidas.

Se observó que la mayoría de los estudios dirigen sus objetivos a la salud del adulto mayor y no están dirigidos a intervenciones psicológicas. La razón que lleva a profundizar sobre el tema radica en la posibilidad de poder contribuir al desarrollo de teorías e instrumentos que permitan un acercamiento integral a los profesionales que atienden al adulto mayor en CAMIP 3 Zunil.

Como profesionales de la salud mental de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, el objetivo radica en promover el conocimiento integral y actualizado del adulto mayor. Es preciso mencionar que el aumento de dicha población requerirá en años posteriores el crecimiento de las Clínicas de Psicologías del CAMIP,

La presente investigación brinda una mirada a uno de los factores que puede estar incidiendo de forma determinante en el bienestar de este amplio sector de la población. Identificamos como ámbitos como el emocional, familiar y social pueden proyectar una imagen de sí mismos de discapacidad o de estima y valor propios. Identificar la influencia en la revisión de vida del adulto mayor, no solo fue un método de conocimiento, logramos por medio de éste, que los pacientes realizarán una descarga emocional por medio de una ayuda externa, la entrevista semi-estructurada fue la que nos permitió que las personas realizarán esta evaluación.

El estudio permitió hacer énfasis en el conocimiento del adulto mayor desde una perspectiva diferente, el CAMIP se encarga de atender la salud a nivel físico del adulto mayor, pero por medio de un adecuado acompañamiento psicológico puede realizar una labor integral, permitiendo que los pacientes que asisten al Centro logren compensar las pérdidas que son propias de la etapa y se adapten de mejor forma a la nueva realidad que enfrentan.

Ofreció también elementos de análisis para aquellos psicólogos que trabajan directamente con esta población, que se encuentran día con día con las dificultades de un sector que plantea nuevos retos para la comprensión de su mundo. Es de interés que los beneficios de la presente investigación establezcan un aporte positivo para los profesionales que están al cuidado de los adultos mayores, permitiéndoles un conocimiento más amplio de los beneficios de la participación de grupos recreativos con personas de su misma edad, así como el fortalecimiento de los lazos familiares para propiciar una mejora continua en el desarrollo de una mejor auto-estima.

## CAPÍTULO I

### 1.1 INTRODUCCIÓN

#### 1.1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El presente estudio evaluó como la revisión de vida, afecta la cotidianidad del adulto mayor y constituye un elemento clave para el auto-estima que va modificándose con el transcurrir de los años. Regularmente el ser humano vive en constante evaluación, algunas veces esa evaluación no tiene trascendencia, es decir no existe toma de conciencia respecto a esa experiencia de vida. Sin embargo “durante la tercera edad, la persona realiza esta revisión de una forma que no implica la toma de ninguna decisión y tiene implicaciones más profundas como significativas”.<sup>1</sup>

Se evidenció que la revisión que el adulto hace, puede ser no satisfactoria. Por lo tanto no depende de un cambio sino, de un darse cuenta de lo que pudo y no logro alcanzar. Así mismo, cuando la vida no ha sido positiva se ve frustrada a este nivel de vida.

Actualmente las evaluaciones que se realizan acerca de diversos eventos de vida por parte de las personas de la tercera edad, son subjetivas, se basan en creencias, expectativas, objetivos personales, percepciones e historias de vida. Si la evaluación se hace desde este punto de vista todas las conductas van a estar normalizadas, sin embargo por la ausencia de conocimiento de otra realidad se adoptan y así justifican su conducta.

El respeto y el cuidado personal deben cultivarse en el transcurrir del vivir para integrar condiciones favorables que motiven y generen sentido de vida. El

---

<sup>1</sup> Torres, O. Revisión de vida y Bienestar Psicológico en la vejez. Editorial Sol. México. 1998, Pág.276.

auto-estima es una condición que se forma a lo largo de la vida con las diferentes experiencias de la misma, la familia juega un papel importante para que esto se integre favorablemente. Las condiciones actuales del adulto mayor respecto a su sentido de vida, manifestaron la influencia de sus logros o frustraciones en acontecimientos del pasado en los pacientes que actualmente son atendidos en CAMIP 3 Zunil.

Es importante considerar que la auto-estima no es estática, sufre modificaciones constantes que se mantienen en continua evolución; estas se observaron cuando las personas tuvieron interacción con individuos que son significativos y desarrollaron experiencias conjuntamente. El auto-estima refleja una realidad que no solamente se refiere a lo físico, incluye también lo social y lo emocional de cada ser. El ser humano es una totalidad, es decir es integralidad.

La sociedad tiende a generar cada vez un mayor abismo entre las formas de vivir de los adultos mayores a los actuales estilos de vida. Si el anciano centra su revisión de vida en los errores que cometió en el pasado; esto quiere decir que no gozará de los placeres de la vejez y percibirá su existencia como carente de sentido.

Las observaciones realizadas dentro de las instalaciones del CAMIP 3 Zunil permitieron identificar, que los adultos mayores que asisten al Centro por consultas médicas de los grupos de servicio de trabajo social, realizan una revisión de vida de una forma particular, por lo cual surge el interés de estudiar este factor en dicho Centro. Profundizamos si esta revisión es significativa en su cotidianidad y que factores psicológicos predominan en ellos, como esto contribuye al desarrollo de sentimientos positivos que incrementen o desarrollen su auto-estima.

Abordamos la revisión de vida y los factores psicológicos que predominan en el adulto mayor por medio del enfoque psicosocial, ya que reconoce que el ser humano pasa por diferentes etapas, el éxito o conclusión de las etapas en las que se desarrolle influirá de forma determinante en la última etapa de Integridad vrs. Desesperación que planteo Erickson, acá El adulto mayor se enfrenta a una necesidad de aceptar su vida, con el fin de aceptar como próximo suceso la muerte. Se da una lucha por lograr un sentido de integridad, de coherencia y totalidad de la vida, en vez de dar vía a la desesperación sobre la incapacidad de volver a vivirla de una forma diferente, con ello se evidencia la importancia del presente estudio.

De tal forma que el presente estudio se centró en responder interrogantes tales como: ¿De qué forma impacta la revisión retrospectiva al adulto mayor? ¿Qué sentimientos puede generar esta revisión? ¿El auto-estima que en la actualidad maneja el adulto mayor es cultivo de sus experiencias pasadas? ¿Identificar cuáles son las principales categorías de vida que conforman un auto-estima elevado? ¿La revisión de vida puede ser un elemento de valor terapéutico para los adultos mayores?

Lamentablemente el centro de atención médica mencionado con anterioridad carece de personal suficiente para la atención de esas personas, es importante recordar que el adulto de hoy contribuyo de alguna forma al desarrollo integral del país, de tal forma que es importante que se implementen estrategias de intervención a la población y de esta forma recompensar el aporte brindado por el adulto mayor.

## 1.1.2 MARCO TEÓRICO

- **ANTECEDENTES**

Las autoras Claudia María García Molina y Marta Alicia Díaz Méndez realizaron la investigación titulada “Factores que intervienen en la calidad de vida del adulto mayor que asiste al centro de atención CAMIP” en el año 2009, con el objetivo de determinar si el deterioro biológico y el retiro del trabajo productivo constituye en los fundamentos del concepto de la vejez y adultos mayores, utilizaron los siguientes instrumentos para la recolección de los datos: guía de observación, entrevista y encuesta. Llegaron a las conclusiones que las relaciones sociales son muy importantes en la tercera edad, el soporte religioso en los adultos mayores ha ayudado aceptar cada una de las circunstancias de la vida como la situación económica, la vejez, los cambios en la salud y la falta de una red de apoyo familiar y social, produce un estado de desamparo en el adulto mayor cayendo en la pasividad, indiferencia o incluso en la depresión. Esta situación no hace más que debilitarlos y reforzar en sus relaciones las posibilidades de dependencia. Los factores que intervienen en la calidad de vida del adulto mayor son: las relaciones familiares, la situación económica, salud, redes sociales y soporte religioso, los cuales necesitan ser reforzadas con el fin de poder dar un soporte afectivo, cognitivo y psicológico para su ambiente integral.

Otro estudio que podemos mencionar de las autoras Gloria Aurora Zabala del Valle y Martha Zuleana Triboullier Gaytan titulado “Apoyo psico-social integral al adulto mayor desde una perspectiva de género” realizada en el año 2011, tuvo como principal objetivo, fortalecer y mejorar la salud mental en el adulto mayor enfocado principalmente a los trastornos afectivos, tales como la

depresión y la ansiedad, desde una perspectiva de género, utilizaron las técnicas de observación y entrevista, aplicaron el test de escala de depresión. También brindaron alternativas de solución, como talleres de sensibilización manual de apoyo psico-social con talleres recreativos, gimnasia cerebral donde ejercitaron el desarrollo neurológico de los adultos mayores. Concluyeron que los pacientes del asilo manifiestan estados depresivos y de ansiedad, siendo estos de mayor rango en el género femenino.

Así mismo, la autora Yomara Odette González López realizó la tesis titulada “La familia como equilibrio afectivo en la auto-estima del adulto mayor” realizada en el año 2009, con los objetivos de comprobar de que forma el estímulo afectivo que percibe el adulto mayor ayuda a que su estabilidad emocional se mantenga y hacer conciencia social a la familia de lo difícil que resulta la situación psicológica a la que es sometido el adulto mayor. Las técnicas utilizadas por la autora para esta investigación fueron; encuestas, muestra intencional o de juicio y la investigación de tipo descriptivo usando la comunicación directa. La autora llegó a las conclusiones; que en lo social la familia es un equilibrio emocional en la vida psíquica del adulto mayor, el adulto mayor representa una jerarquía piramidal en la vida de cualquier familia existente y los niveles emocionales ya sean altos y bajos dependerán de la buena relación del anciano con su familia. Otra conclusión muy importante fue que las leyes de protección para con el adulto mayor deberían de ser difundidas desde la escuela, para tener una mejor enseñanza de respeto y apego para con el anciano esto logrará sensibilizar más al ciudadano, también hace mención que la existencia de la asociación geriátrica guatemalteca, debería publicitar más el sentido social del adulto mayor, para que haya más presencia social de grupo. En lo psicológico concluyo que la seguridad que le da la familia al anciano se manifiesta en complacencia y apego, mientras que la inseguridad en rechazo y castigo.

Por último, la investigación realizada por las autoras Verónica Damaris Latán Vela de Acajábón y Susana Alejandra Puac Secaida titulada "Importancia del sentido de vida de las personas que asisten al comedor del adulto mayor de Santo Tomas Milpas Altas, Sacatepéquez" en el año 2007, planteó el objetivo general, de descubrir si las personas de la tercera edad que asisten al comedor del adulto mayor poseen o no sentido de vida. Las técnicas que permitieron el estudio de este tema fueron, observación institucional, entrevista profunda y estructurada, así mismo implementaron el taller grupal y de visitas comunitarias. El resultado de este taller reflejó un efecto positivo en los asistentes, ya que suplen las necesidades económicas, afectivas y emocionales. La socialización de este grupo permitió encontrar personas en similar situación con las que pueden dialogar, por lo consiguiente su comportamiento es sociable y amable, esto sirvió de estímulo para que su sentido de vida se fortalezca.

La presente investigación se diferencia de los estudios anteriores, derivado a que identificó los sentimientos que genera la revisión de vida que realiza el adulto mayor pensionado y beneficiario del CAMIP 3 ZUNIL. El abordaje metodológico fue también una de las variantes que presentó dicho estudio, ya que permitió el análisis de la relación que existe entre la revisión de las experiencias vividas y el auto-estima.

- **VEJEZ**

Las palabras y expresiones que designan la última etapa de la vida son diversas: senectud, vejez, ancianidad y tercera edad. La vejez es una etapa de la vida que termina indudablemente con la muerte, sus características tanto en sus condiciones no están claras, está asociada a la edad, pero no es igual a



ésta, decimos que una persona es “vieja” cuando apreciamos en ella una serie de características físicas como sociales. Este concepto implica el funcionamiento de nuestro organismo desde una perspectiva biológica, psicológica como social. Algunas de las investigaciones sobre el tema señalan la edad de 65 años como un punto de inflexión para el inicio de lo que se define al menos teóricamente como vejez. Otro punto importante que señalan las investigaciones es la edad de cuarenta años como un inicio del declive de la energía física; aunque también se señala un aumento de las enfermedades en este período.

Posteriormente a esta etapa, se viene un proceso que inicia con el aislamiento social; inicia por una ausencia de las actividades productivas, alguna vez por incapacidad física otras porque no le encuentra sentido a las mismas. Dependiendo del entorno que rodea a la persona ésta puede caer en un aislamiento agudo y el temperamento se puede complicar al punto de hacerse muy poco agradable el trato con las personas. “Representa entonces, una crisis el desarrollo desencadenada por condiciones cambiantes provenientes del propio organismo, también del medio social y cultural”.<sup>2</sup> Es por ello que agrupa una serie de circunstancias tales como: “disminución de las facultades físicas, mayor vulnerabilidad a padecimientos de enfermedades crónicas, disminución de los recursos económicos, aislamiento, pérdida de seres queridos, entre otros factores; que pueden favorecer la aparición de procesos psicopatológicos que le otorgan al adulto mayor unas características de vulnerabilidad especial que los constituyen en un importante grupo de alto riesgo que requiere un gran esfuerzo adaptativo”.<sup>3</sup>

Ya que es un proceso progresivo natural del ser humano, que cada persona experimenta con diferente intensidad, en la actualidad es difícil

---

<sup>2</sup> Papila, D. **Desarrollo Humano**. Editorial Mc Graw-Hill Pardo G. México, 2001. Pág.812.

<sup>3</sup> Palarea, Pascual. **Determinantes Psicosociales de la Salud Mental en la Población Anciana**. Editorial Intersalud. 2002, Pág.486.

establecer el comienzo de esta etapa de la vida en función exclusiva de la edad. Es importante también mencionar el concepto de envejecimiento psicológico, que es la consecuencia de la acción del tiempo vivido y percibido por el anciano sobre su personalidad

Regularmente los ingresos económicos en esta etapa ya no son los mismos de antes, en muchas ocasiones se tornan absolutamente insuficientes; esto se combina muchas veces con problemas crónicos de salud. La situación para la persona se vuelve sumamente complicada y por ende complica también a los que viven con ella o de quienes ella depende.

Surgen entonces problemas de índole social y psicológica para la persona adulta mayor. Las personas que constituyen su círculo familiar más cercano se muestran ya cansadas, la misma persona mayor no quiere convertirse en un problema para su familia; “sin embargo en muchas ocasiones no puede evitarlo puesto que su situación tanto económica como de salud lo tiene anclado al apoyo familiar. Para los familiares no es una situación cómoda; tenerlas a su cargo aunque estas sean muy queridas, se convierte en una complicación para cumplir con las metas los propósitos de sus vidas y la realización de sus proyectos”.<sup>4</sup>

Actualmente para describir y entender el tema de la vejez se toman encuentra tres tipos de edad:

a) Edad Biológica:

Que se refiere a las esperanzas de la vida.

b) La edad Psicológica:

---

<sup>4</sup>Molina, Silvia. **Aspectos Psicosociales del adulto mayor**. Editorial Universidad Nacional de Lanús. Argentina, 2004. Pág.136.

Que estudia en qué medida las personas mantienen conductas adaptativas.

c) La edad social:

Que se refiere a los roles desempeñados por una persona con relación a las expectativas de su entorno social.

Según la OPS, el envejecimiento es un proceso de interacción entre el individuo que envejece y su realidad contextual en un proceso permanente de cambio. Plantea que el adulto mayor hace esfuerzos constantes por alcanzar el nivel adecuado de adaptación, el equilibrio, entre sus propios cambios para aquellos otros que ocurren en su medio socioeconómico y cultural. Desde la perspectiva funcional, si cuenta con buena salud será capaz de enfrentar este proceso en un nivel adecuado de adaptabilidad funcional y satisfacción personal.

El envejecimiento individual ha estado siempre presente como objeto de estudio en todas las etapas del desarrollo social y ha sido siempre de interés para diferentes disciplinas. Sin embargo, durante los últimos años existe una situación singular: cada vez más personas exceden las barreras cronológicas que el hombre ha delimitado como etapa de vejez; el envejecimiento poblacional se ha convertido hoy en un reto para las sociedades modernas.

Incluye el conjunto de modificaciones morfológicas, fisiológicas como psicológicas que aparecen como consecuencia de la acción del tiempo sobre los seres vivos, que supone una disminución de la capacidad de adaptación en cada uno de los órganos, aparatos y sistemas, así como de la capacidad de respuesta a los agentes lesivos que inciden en el individuo.

Con esta etapa de la vida, comienza una serie de procesos de deterioro paulatino de órganos, funciones asociadas, enfermedades, como ciertos tipos de

demencia, enfermedades articulares, cardíacas, algunas localizaciones de cáncer han sido asociadas al proceso de envejecimiento. Por este motivo, la investigación a nivel celular de este proceso ha recibido especial atención.

Los biólogos interesados por el envejecimiento investigan dichos cambios o centran su atención en los déficit e incapacidades corporales que se acumulan con la edad si bien, éstos parecen ser un resultado más directo de las enfermedades, el estrés, o factores ambientales. No existe ningún consenso científico sobre la verdadera naturaleza del proceso del envejecimiento.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el siglo XX se produjo una revolución de la longevidad. “La esperanza media de vida al nacer aumentó 20 años desde 1950 y llega ahora a 66 años, y se prevé que para el año 2050 haya aumentado 10 años más. Este triunfo demográfico y el rápido crecimiento de la población en la primera mitad del siglo XXI significan que el número de personas de más de 60 años, que era de alrededor de 600 millones en el año 2000, llegará a casi 2000 millones en el año 2050, mientras que se proyecta un incremento mundial de la proporción del grupo de población definido como personas de edad del 10% en 1998 al 15% en 2025”<sup>5</sup>.

Ese aumento será más notable y rápido en los países en desarrollo, en los que se prevé que la población de edad se cuadruplicará en los próximos 50 años. En Asia y América Latina, la proporción del grupo clasificado como personas de edad aumentará del 8% al 15% entre 1998 y 2025, mientras que en África se prevé que esa proporción aumente sólo del 5% al 6% durante ese período, y que después se duplique para el año 2050.

---

<sup>5</sup> Corporación de Investigación, Estudio y Desarrollo de la Seguridad Social. **Los Desafíos Actuales del Adulto Mayor.** Universidad Católica de Chile. Facultad de Medicina. Chile, 2004. Pág.303.

Una transformación demográfica mundial de este tipo tiene profundas consecuencias para cada uno de los aspectos de la vida individual, comunitaria, nacional e internacional. Todas las facetas de la humanidad (sociales, económicas, políticas, culturales, psicológicas y espirituales) experimentarán una evolución.

En opinión de algunos autores, no existe una única teoría que explique las causas del envejecimiento. Debido a las observaciones registradas sobre el cambio que experimentan los seres vivos con la edad, son tan numerosos que han dado origen a decenas de teorías.

“Existen algunas teorías que explican el proceso del envejecimiento; los cambios progresivos que se van dando no solamente en los seres humanos, sino también en todas las especies que habitan el planeta. Ningún ser vivo puede escapar a este proceso de debilitamiento y desgaste que inevitablemente termina en la muerte”.<sup>6</sup> Este proceso sucede de forma inevitable; sin importar la salud de la persona, las enfermedades de las que padezca o el estilo de vida saludable que pueda llevar.

Existen dos conceptos que se parecen entre sí, regularmente tienden a confundirse estos son: vejez y envejecimiento, por esa razón, es importante remarcar la diferencia entre ambos conceptos. La diferencia principal está en relación al término “proceso”, la vejez es un estado de ser, mientras que el envejecimiento es un proceso en el que se dan los cambios que llevan a la ancianidad<sup>7</sup>.

---

<sup>6</sup> Ibid, Pag.150.

<sup>7</sup> Amescua, J. **Depresión en la Vejez: diferencia entre ancianos urbanos y rurales**. México , 1995. Pág.423.

Generalmente es difícil hablar de un envejecimiento normal; pero entenderemos por “envejecimiento normal” a aquél proceso de envejecimiento que sigue las pautas progresivas y regulares que se esperarían en condiciones ideales. Es en este proceso estandarizado en el que encontraríamos la intervención de los siguientes factores.

- El detrimento gradual de las capacidades físicas.
- El detrimento gradual de las facultades y las capacidades mentales.
- La transformación del entorno familiar y laboral.
- Las reacciones de la persona ante estos sucesos”.<sup>8</sup>

Los primeros tres factores listados influyen en la persona de forma directa y son el resultado de los deterioros físicos que se asumen por la edad; de la misma manera también influyen en el comportamiento de las personas. Es decir; las dificultades físicas y limitaciones biológicas influyen directamente en el comportamiento de las personas. En cuanto al factor número cuatro, podemos decir de él, que es el que describe mejor las reacciones psicológicas ante el proceso del envejecimiento.

## **Gerontología**

Es definida como la “ciencia que estudia el envejecimiento en todos sus aspectos e incluye las ciencias biológicas, médicas, psicológicas y sociológicas; además de la aplicación del conocimiento científico en beneficio del

---

<sup>8</sup>Ibid, Pag.187.

envejecimiento y de los adultos mayores. Proviene etimológicamente del griego geron = viejo y logos = estudio”.<sup>9</sup>

Al analizar al ser humano desde el enfoque integral de la Gerontología observamos que existen aspectos que permanecen en un constante inter juego, es decir que cuando se afecta uno de ellos necesariamente se afectan los demás, estos aspectos son:

- El aspecto Biológico
- El aspecto Psicológico
- El aspecto Social

Estos aspectos se relacionan entre si creando un solo sistema, el sistema humano. Este enfoque es un enfoque moderno que se ha comenzado a trabajar buscando el estudio integral de la vejez, para lograr en las personas un envejecimiento saludable.

En la actualidad la psicología del envejecimiento o psicogerontología es un área de estudio de la psicología bastante reconocido que se mantiene en un franco crecimiento.

## **Psicología de la vejez**

Desde los inicios de la humanidad ha existido un creciente interés por la vida, sus manifestaciones para su proceso de evolución; también por el proceso de pérdida de capacidades y envejecimiento en sí. Las culturas antiguas expresaron esta preocupación e interés a través de formular teorías, conceptos

---

<sup>9</sup> Morales Martínez, Fernando. **Geriatría y Gerontología**. Editorial Universidad Estatal a Distancia. Costa Rica, 2007. Pág. 209.

relacionados con la inmortalidad. Es por esta razón que empezaron a circular por el mundo antiguo, toda suerte de leyendas y fórmulas mágicas que prometían efectos para postergar el envejecimiento o garantizaban la longevidad.

En la edad media también fue un tema recurrente el de la vejez y sus procesos de desarrollo. Estas ideas son las que finalmente han permanecido a lo largo del tiempo y pudiéramos decir que han llegado y perdurado hasta nuestros días. Si hablamos de un estudio del tema de la vejez, con cierto rigor científico y desde la perspectiva psicológica, tendríamos que referirnos a los años de 1800; con algunos trabajos que ya buscaban establecer en el estudio de la vejez desde la perspectiva psicológica; sin embargo si hablamos de psicología de la vejez como tal; esta se inició formalmente en los años posteriores a la segunda guerra mundial; es decir a partir del año 1945. En estos primeros años la psicología de la vejez se centró principalmente en la búsqueda de solución para los problemas más comunes que presentaban las personas mayores.

Principalmente problemas de demencia senil, memoria, adaptación, niveles de actividad, depresión, ausencia mental; etc. Gracias a este primer “auge” se popularizó el estudio de este fenómeno entre los psicólogos de ese tiempo y desde allí empezó un proceso de crecimiento que no se detuvo hasta nuestros días; desde luego los enfoques han ido sufriendo un constante desarrollo y evolución, pero fue en este primer momento que se sentaron las bases para el estudio formal de la psicología de la vejez.

En este momento del desarrollo se realizaron diseños de investigación de forma transversal; los cuales buscaban documentar los cambios que se daban en el transcurso de los años. Algunos de esos estudios se extendieron hasta por cincuenta años en el tiempo.



“El mismo crecimiento de la psicología como ciencia impulso el crecimiento paralelo de la psicología de la vejez. Durante los años cuarenta se crearon dos importantes centros de investigación orientados al estudio, si bien el aporte al crecimiento y desarrollo de este tipo de psicología fue sumamente relevante por parte de este centro; en realidad destacaron de una forma más notable como centros de formación de investigadores en esta área específica de la psicología”.<sup>10</sup>

En las décadas posteriores surgieron muchos de estos centros, motivados en parte por el crecimiento de la población adulta mayor; misma que se dio paralelo al desarrollo de avances médicos que permitieron mejorar los niveles de salud. Esto redundó entonces en un incremento de la población adulta mayor por ende de un renovado interés en investigar, generar teoría y estudiar a esta población.

La década de los 80's marcó un importante espacio de investigación en la temática de los adultos mayores y las personas que ya en ese momento se iniciaban a denominar de la tercera edad.

Sin embargo, a pesar de este evidente avance y crecimiento en estas temáticas, aún queda un largo camino por recorrer en la explicación de los procesos que acompañan a la vejez. La situación económica actual a nivel mundial exige cada vez explicaciones y conocimientos más concretos sobre todos los tipos de población que habitamos el planeta; aún más de aquellos que el mercado considera ya poco productivos. Sin embargo con el crecimiento poblacional que sufre el planeta es cada vez más importante profundizar en el

---

<sup>10</sup>Ibid, Pag.65.

estudio de la comprensión de una población la cual formemos parte en algún momento.

## **Características fisiológicas del envejecimiento**

### **Funcionamiento sensorial**

La edad parece determinar grandes diferencias en la mayor parte de los indicadores de salud objetivos. A medida que se va incrementando la edad aunque la salud percibida no se modifica significativamente, los sujetos mayores informan de padecer más problemas crónicos, dolores que tienen más problemas de audición. Como bien mencionamos este proceso natural, continuo o acumulativo implica cambios orgánicos como funcionales considerados propios de la etapa. Existen claras diferencias entre la forma y estructura corporal de un organismo joven y del anciano.

Los cambios podemos verlos de forma gradual y a un ritmo diferente en cada persona, estos cambios se caracterizan por ser universales, progresivos e irreversibles pero están íntimamente relacionados con factores endógenos, tales como sexo, edad, raza, factores genéticos, entre otros

En el proceso de envejecimiento se aprecia en:

- Aumento de la grasa corporal
- Reducción de la grasa muscular
- Disminución de la masa ósea, mayor riesgo de enfermedades tales como osteoporosis, mayor riesgo de fracturas.
- Pérdida de la agudeza y deterioro visual
- Deterioro auditivo o sordera
- Reducción de la secreción de saliva y tendencia a sequedad bucal

- Pérdida de fuerza muscular mandibular
- El rendimiento motor disminuye y se presentan respuestas lentas.

Estas características son algunas de las más comunes que acompañan esta etapa de la tercera edad, todas ellas tienen un impacto profundo en la calidad de vida de la persona. Los padecimientos físicos en el adulto mayor son más frecuentes que en cualquier otra edad. El funcionamiento sensorial tiene una primordial importancia en la vida de todo ser humano. Los dos sentidos más afectados son la visión y la audición, estos pueden generar dificultades en el desenvolvimiento de la persona, son los más sustanciales para mantener el contacto con el mundo exterior.

“En cuanto a los problemas con el oído la cuarta parte de las personas que tienen alrededor de 65 a 74 años de edad sufren de presbiacusia, una disminución auditiva, es capaz de afectar la actividad social del anciano. La falta de tratamiento con este tipo de afecciones no solo puede desencadenar el progreso de la misma, a la vez puede favorecer el apareamiento de la depresión, trastornos de comportamiento o desarrollo de dependencia”.<sup>11</sup>

El gusto se ve afectado por la sensibilidad al sabor, ya que puede debilitarse. Con la edad se produce también una pérdida de elasticidad de la boca y de los labios, una disminución en la cantidad de saliva y fisuras en la lengua.

### **Funcionamiento motor**

Las modificaciones biológicas producen una falta de iniciativa principalmente por un enlentecimiento del funcionamiento psicomotriz, debido a

---

<sup>11</sup> Herrera Rubio, Ramona. **Aspectos psicosociales del envejecimiento, vejes con éxito y estilos de vida.** Editorial Granada. Fundación Universitaria Iberoamericana. México, 2004. Pág.264.

ello, el anciano adopta progresivamente actitudes y conductas sedentarias que contribuyen al aislamiento de su entorno, incidiendo negativamente en su proceso natural de envejecimiento.

La lentitud de la respuesta hace que los ancianos sean propensos a los accidentes porque no sintonizan con el ritmo del entorno. La seguridad con la que emiten respuestas también es un rasgo característico de la edad. “Dentro de los mecanismos de enlentecimiento podemos mencionar: tiempo de reacción, diciendo que es el intervalo de tiempo que transcurre desde la presentación de un estímulo hasta que se inicia una respuesta, tiempo de movimiento es el intervalo que transcurre entre el inicio y terminación de movimiento. Cabe mencionar que el rendimiento psicomotor es nuestra capacidad para responder de forma rápida”<sup>12</sup> y precisamente a tareas relacionadas con emprender una acción.

El Envejecimiento puede presentar ciertas peculiaridades que justifican el enfoque psicomotor, de forma que el rendimiento psicomotriz permita conseguir algunas transformaciones que mejoren la calidad de vida de esta población. Mantener el máximo dinamismo motriz, asegura la autonomía social de forma natural. Incentivar a romper círculos viciosos de inactividad profesional-aislamiento-sedentarismo-soledad es fundamental para mantenerles integrados de forma activa a su entorno social, haciéndoles menos vulnerables al deterioro de los años.

Los ancianos que son físicamente activos, atléticos tienden a presentar tiempos de reacción más rápidos o cortos, superan el rendimiento de la persona típica de su edad. Por lo que hacer ejercicio, mantenernos físicamente sanos y

---

<sup>12</sup>Belsky, Janet K. Psicología del envejecimiento. Editorial Masson. Traducción Dra. Bibiana Lienas Massot S.A. Costa Rica, 1996. Pág.379.

cuidar de nuestra salud podría reducir el alcance de las pérdidas en la rapidez de la respuesta. Las habilidades practicadas con mucha frecuencia parecen ser las más controladas por parte del adulto mayor aunque la complejidad de respuesta tiene mucho que ver con el control que se ejerza sobre estas.

## **Características psicológicas del envejecimiento**

### **Funcionamiento cognitivo**

La memoria es uno de los factores más estudiados en la etapa del envejecimiento, puede ser debido a que la queja subjetiva más generalizada en las personas mayores tiene que ver con su rendimiento amnésico. Hay que puntualizar que algunos aspectos de la memoria se deterioran con el paso de los años, pero otros se hallan bien preservados.

Entre los factores que determinan la aparición de falta de memoria, se incluyen el estilo de vida, nivel cultural, nivel de auto-cuidado, la disponibilidad de servicios de salud y los medios disponibles para un diagnóstico adecuado. La memoria para la ejecución de tareas y procedimientos, no parece verse afectada por el paso del tiempo (montar en bicicleta, conducir el automóvil), ya que dichos recuerdos se conservan en una especie de “modo automático”, y no requieren de la conciencia para su evocación.

El problema del olvido afecta en el sentido de no poder recuperar un determinado contenido, se suele considerar el olvido como fallos relativos a la codificación o la recuperación de la información. La razón que algunos científicos afirman es el principal motivo del olvido, es que el material nunca fuera codificado adecuadamente. Podemos considerar que las estrategias de repetición, repaso activo, para transferir a la memoria a largo plazo no fuesen suficientes.

La causa del déficit de memoria en los ancianos puede ser diversa. En algunos casos representa el comienzo de una enfermedad neurodegenerativa, como las demencias, en otros puede estar ocasionado por trastornos clínicos como la depresión y la ansiedad. En otros casos puede ser la codificación, no recuerdan porque utilizan estrategias de aprendizaje menos eficientes. Podemos mencionar que se utilizan menos mediadores, esto incluye formaciones de imágenes visuales, palabras y asociación de las mismas.

“Freud propuso que nuestra memoria se autocensura cuando el contenido a recordar es doloroso. Para proteger el concepto que tenemos de nosotros mismos y para minimizar la ansiedad, reprimimos los recuerdos dolorosos, pero el recuerdo sobrevive de alguna manera, con paciencia y esfuerzo podemos recuperarlo”.<sup>13</sup> Pero en realidad, olvidamos experiencias negativas, como las positivas. Hay estudios que demuestran que es posible mejorar la actuación en tareas cognitivas en la memoria de reconocimiento de rostros, tareas de resolución de problemas, y habilidades de inteligencia fluida.

Si el principal problema del individuo es la habilidad de aprendizaje deficiente, pueden aplicarse métodos tales como la práctica y el entrenamiento especial para hacer más eficaz su memoria. En la práctica podemos mencionar los ejercicios de memorización, los ancianos por lo general no practican ejercicios para mejorar la memoria y estos son los aspectos que requieren un cambio para optimizar la misma. En cuanto al entrenamiento especial, acá se practican ejercicios de asociación, razonamiento y los mismos por lo general se llevan a cabo fuera de presiones de tiempo, ya que como es sabido los tiempos de respuesta de los ancianos tienden a ser más lentos.

---

<sup>13</sup> Hans Thomaе, UrsulaLehr. **Psicología de la Senectud**. Editorial S.L. Traducción Constantino Ruiz-Garrido. España-Barcelona, 2003. Pág.493.

En la etapa de envejecimiento podemos resumir que conduce a la reducción de uno o más recursos cognitivos tales como:

- Incapacidad
- Estrategias ineficientes
- Entornos cambiantes
- Atención
- Memoria
- Energía mental

### **Función afectiva**

La OMG considera el placer sexual como el derecho humano básico, “la salud sexual es la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual, por medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor<sup>14</sup>”

Es así que la sexualidad en esta etapa se basa principalmente en la calidad de relación, aquí toman relevancia aspectos tales como la personalidad, intimidad, género, pensamientos, sentimientos, intereses, valores, etc. La sexualidad en el envejecimiento continúa siendo un tabú, esto está estrechamente vinculado al hecho que la sexualidad tiene como único fin la reproducción. Desde este marco todos los períodos humanos no reproductivos fueron considerados, como carentes de manifestaciones sexuales, privándolos así de todo derecho a recibir gratificaciones naturales de placer y afecto.

---

<sup>14</sup> Modulo I. Tendencias en Salud Publica: Salud Familiar y Comunitaria Y Promoción. Editorial La Serena. México, 2006. Pág.567.

La realidad de esta etapa es que el potencial sexual puede permanecer hasta la muerte aún cuando sea alterado por los cambios propios del envejecimiento. Esto puede variar en cada anciano y también puede verse fuertemente afectado por los problemas de salud o la falta de está.

“Podemos entonces mencionar que la expresión sexual en el adulto mayor sigue siendo una muestra de afectividad y forma parte de los elementos que dan una mejor calidad de vida. Basándose en la teoría diferencial de las emociones de Izard” las personas desde la edad adulta joven hasta la edad adulta tardía, tenían una importancia igualmente alta las emociones como ser feliz, sentirse angustiado<sup>15</sup>”. Los sentimientos en la edad avanzada a pesar de molestias físicas adquieren gran importancia. Todo el auto-concepto que pueda llegar a desarrollar el anciano, está íntimamente relacionado con factores tales como la profesión, situación familiar, la salud, el género, la cultura y entre otros con la afectividad, todas las relaciones sociales y grupos a los que pueda pertenecer.

La integración en grupos familiares, de amistad y sociales le permite al adulto mayor formarse una convicción de ser competente, exitoso, como adaptable. Si esta convicción permanece invariable durante toda la vida su autoconcepto le permitirá disfrutar del momento de vida y los cambios que conlleva la tercera edad.

## **Función social**

Actualmente las relaciones familiares del anciano atraviesan una crisis, por múltiples variables que han ido modificando las formas de relacionarse. Esto no quiere afirmar que la crisis sea de índole negativa sino que, como todo proceso que está en transición, implica oportunidades y dificultades que puede

---

<sup>15</sup> Hans Thomae, Op. cit. Pág.285.



abrir nuevos horizontes. En cuanto a la sociedad, es obvio que han existido cambios a través del tiempo. Dentro de los aspectos más importantes que podemos mencionar de esta transformación, es la población mundial como la esperanza de vida que va en aumento. La tecnología, alimentación y la medicina están enfocadas en dar una mejor calidad de vida al ser humano.

A pesar de esto, la concepción de la juventud como en el adulto joven con respecto a la última etapa de vida, es una imagen diseñada de manera fundamentalmente negativa, aquí predominan los estereotipos y las generalizaciones. Como por ejemplo, el bienestar en materia de salud, el propio estado de ánimo repercute en el juicio que realizan las personas sobre los ancianos.

Palmore piensa que, así como el racismo y los prejuicios contra las mujeres han perdido terreno en la sociedad, es también de esperar que la valoración negativa que se tiene de la tercera edad vaya a desaparecer".<sup>16</sup>

El cambio en el rol social del anciano que se tiene aun en la actualidad ve evidenciado por la dependencia, que afecta directamente sus relaciones sociales, tanto en el número como en la frecuencia. La movilidad del individuo se ve afectada, precisa de la asistencia de terceros.

No obstante, hay que precisar que cada sujeto afrontará su proceso de dependencia de forma distinta, en función de sus características y sus recursos personales propios. Además de la manera en la que las relaciones sociales de cada individuo se verán afectadas tendrá que ver con la personalidad y las habilidades sociales de cada dependiente que con la pertenencia a un colectivo específico.

---

<sup>16</sup> Ibid, Pág.517.

“Dentro de los rasgos característicos de las relaciones sociales en la tercera edad podemos mencionar:

- Preferencia por las relaciones primarias (familia y amigos), generalmente establecidas y reforzadas a lo largo de los años
- Menor motivación para establecer relaciones sociales nuevas

Necesidad de afrontamiento de diversas pérdidas relacionadas por la consecuencia lógica de la edad (fallecimiento de amigos, pareja) o por cambios en el rol social (pérdidas de relaciones establecidas en el ámbito laboral o a partir de la jubilación)”.<sup>17</sup>

En la vida cotidiana hay mayor tendencia a pensar en los aspectos psicológicos del envejecimiento que en los biológicos. Este estudio ha tenido mucha importancia en la disciplina de la psicología. Ya desde el siglo XIX se entendía la idea de un envejecimiento psicológico como un movimiento regresivo. Es por ello que los cambios psicológicos que se producen con la edad se deben de estudiar con una perspectiva del ciclo vital y en un contexto multidisciplinar, hay que tener en cuenta la experiencia formativa en edades tempranas así como las circunstancias biológicas y sociales.

Es por ello que se hace mención de las teorías del desarrollo del envejecimiento que son ramas de la psicología que estudia los cambios conductuales y psicológicos de las personas de la tercera edad, durante el periodo que se extiende desde su concepción hasta su muerte, y en todo tipo de ambientes, tratando de describirlos y explicarlos en relación con el propio sujeto, así como en relación con las diferencias que existen entre ellos; a fin de poder llegar a predecir los comportamientos y optimizar el desarrollo.

---

<sup>17</sup> Ibid, Pág.415.

Las teorías del desarrollo del envejecimiento suponen tres tareas:

- Describir los cambios en una o más áreas de la conducta o de la actividad psicológica.
- Describir los cambios en el cerebro en relación con otras áreas de conducta o actividad psicológica.
- Explicar el curso del desarrollo que se ha descrito.

#### • **TEORIAS PSICOLÓGICAS DE LA VEJEZ**

“Cuando los adultos entran en una etapa final de la vida, su tarea consiste en contemplar su vida en conjunto y con coherencia. Necesitan aceptar su propia vida tal como la han vivido y creer que lo hizo lo mejor posible en sus circunstancias. Si tienen éxito en esta tarea, habrán desarrollado la integridad del ego”.<sup>18</sup>

La integridad del ego sólo puede obtenerse tras haber luchado contra la desesperación. Cuando ésta domina, la persona teme la muerte, y aunque pueda expresar desprecio por la vida, continúa anhelando la posibilidad de volver a vivirla. Cuando impera la integridad, la persona posee la fuerza propia de su edad, que es la sabiduría. Con la sabiduría el adulto sabe aceptar las limitaciones. El adulto mayor sabio sabe cuándo aceptar el cambio y cuándo oponerse al mismo, cuándo sentarse en silencio y cuándo luchar.

El paso a la tercera edad no pone fin a la generatividad de una persona. A medida que la categoría de las personas mayores aumenta, Erikson predice que

---

<sup>18</sup> DiCaprio. **Teorías de la Personalidad**. Editorial Mc Graw-hill. México, 1985. Pág.467.

éstas permanecerán implicadas en los asuntos del mundo durante más tiempo. Contempla la tercera edad como un período más productivo y creativo que en el pasado. En su crisis final Integridad vs. Desesperación, se considera que las personas de edad avanzada enfrentan una necesidad de aceptar su vida, la manera como han vivido con el fin de aceptar su muerte próxima. Luchan por lograr un sentido de integridad, de coherencia y totalidad de la vida, en vez de dar vía a la desesperación sobre la incapacidad para volver a vivirla de manera diferente.

Las personas que han tenido éxito en esta tarea integradora final construyendo sobre los resultados de la crisis previa, ganan un sentido más amplio del orden y del significado de sus vidas dentro de un ordenamiento social más grande, pasado, presente y futuro. “La virtud que se desarrolla durante esta etapa es la sabiduría, un despreocupado e informado interés por la vida de cara a la muerte en sí misma; incluye aceptar lo vivido, sin arrepentimientos importantes sobre lo que pudo haber sido diferente, Igualmente las personas que no consiguen aceptar esto son desesperanzadas, porque ya no ven tiempo para reaccionar y enmendar aquello con lo que no están de acuerdo”.<sup>19</sup>

## **Teoría psicosocial**

Si revisamos la teoría psicosocial de Erikson; encontraremos que propone que cuando una persona llega a la tercera edad, las personas tienden a evaluar su vida como un todo, lo que les llevó a realizar unas cosas y no otras. En este momento el entender su vida y sus acciones pasadas se convierte en una verdadera necesidad para las personas mayores. Cuando las personas logran encontrar ese sentido que ha tenido su vida, cuando logran encontrar

---

<sup>19</sup> Ibid, Pág.289.

esos niveles de sentido; es cuando alcanzan lo que Erikson denominó: la integridad del ego.

Cuando la persona adulta mayor se encuentra en la etapa de desesperación, puede demostrar altos niveles de temor hacia la muerte. Si bien es cierto en muchos de los casos los adultos mayores pueden manifestar que ya se encuentran cansados de la vida (sobre todo en los casos en los que ya están muy enfermos y las limitaciones se hacen cada vez más graves) en general siempre mantienen en el fondo la esperanza o el anhelo de tener nuevamente la oportunidad de vivir su vida.

Desde luego que esta idea los mismos adultos mayores la entienden como descabellada y fuera de la realidad; es por eso que no la reconocen regularmente. Por otro lado, cuando la persona alcanza la etapa de la integridad del yo, es de esperarse que tenga un nivel de madurez que le permita entender para aceptar su realidad.

Esta madurez le permitirá entender su situación actual, así mismo aceptar las limitaciones que esto conlleva. “La vejez es una etapa con muchos cambios, regularmente conllevan limitaciones y pérdidas para las que no todas las personas están acostumbradas. Es por ello que Erikson plantea que cuando una persona ha llegado a un nivel de madurez que Él denomina etapa de integridad, sólo se ha superado el miedo anterior a la muerte; ya que se entiende que es inevitable, también se ha logrado conseguir la templanza para poder entender o afrontar los cambios y limitaciones que ésta etapa conlleva”.<sup>20</sup>

Es importante que hagamos un alto y señalemos un punto sumamente importante que no debe dejarse de lado. La llegada de la etapa de la vejez a

---

<sup>20</sup> Erikson, E. **La adultez**. Editorial Fondo de Cultura Económica. México, 1986. Pág.354.

una persona, no necesariamente implica que esa persona ya no es productiva o que no sirve para nada. Si bien es cierto que el deterioro normal de la persona implica una serie de limitaciones en muchos sentidos; también hay que mencionar que se cuenta con una experiencia y madurez que permite analizar los problemas y las situaciones de una forma que muchas veces los jóvenes no pueden, dada su misma juventud.

La vida laboral tampoco es ajena para la persona de la tercera edad; muchas de ellas se mantienen vinculadas al entorno laboral en el que pasaron toda su vida productiva, aportando ya no desde tareas operativas o que demanden un desgaste físico excesivo, pero sí desde los espacios en los que se requiera de su conocimiento, contactos y experiencia.

Es en esta etapa en que “los adultos mayores luchan por alcanzar un sentido de integración para su propia vida, buscan encontrar el sentido a los diferentes acontecimientos que les ha tocado vivir a lo largo de su existencia y encuentran que, aunque posiblemente han cometido errores, éstos les han enseñado algo en su vida que no deben ser asumidos como fracasos o traspies que solamente generaron dolor; optan elementos que contribuyeron a hacer de Él la persona que finalmente es. Sobreponiéndose a valoraciones sociales de éxito económico o reconocimiento social; y centrándose en su propia satisfacción de lo que ha hecho y el lugar en dónde está. Independientemente de cuál sea este”.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup>Corporación de Investigación. Estudio y Desarrollo de la Seguridad Social. Op.cit,Pág.169.

Erikson plantea que las personas que logran salir airoso de esta crisis es decir, que logran alcanzar la etapa de la integración; alcanzan un alto nivel de significado para sus vidas, encuentran en ellas el orden que necesitaban sentir. Pero no es que sus vidas hayan cambiado en lo absoluto, se trata simplemente de la percepción de las personas sobre sus vidas se ha transformado y ahora encuentran en ellas el sentido y la coherencia que quizás durante muchos años anhelaron y no lograban encontrar. Este estado de equilibrio no solamente dota de sentido los acontecimientos que se dieron en la vida de las personas, sino que también ayuda a las personas a entender de mejor manera el rol que han jugado otras personas significativas a lo largo de su vida; parejas e hijos. Es con este nuevo nivel de equilibrio que las personas entienden a quienes les rodearon y logran dejar de lado muchos rencores e insatisfacciones que les acompañaron durante mucho tiempo.

Esta etapa logra que las personas acepten los acontecimientos de su vida sin la inquietud de que algo de ellos hubiese sido diferente, acepta a aquellas personas que le acompañaron a lo largo de todo el viaje de la vida; sin rencores, entendiendo sus posturas y limitaciones en los momentos claves de su vida.

Del mismo modo, Erikson también manifiesta que hay personas que no logran llegar a la etapa de la integridad, se quedan “atrapadas” en la crisis entre identidad y desesperación; mostrando desde luego más características de la etapa de la desesperación; muestran falta de esperanza y bastante descontento con las oportunidades que la vida les ha brindado. No hay que dejar de lado que el miedo a la muerte característico de esta etapa también se mantiene.

Para Erikson la etapa de la vejez o de los adultos mayores; no está exenta de posibilidades creativas. Si bien es cierto, las capacidades corporales e incluso mentales pueden estar disminuidas, también es cierto que la creatividad en

ocasiones no necesita siquiera de lucidez mental para presentarse. En todo caso lo que Erikson plantea es que también existe la creatividad en las personas de la tercera edad y se presenta con bastante frecuencia.

### **Teoría del desapego:**

De acuerdo con la teoría del desapego, “en la medida que la persona envejece se va produciendo una disminución de su interés por las actividades y objetos que lo rodean, esto va generando un distanciamiento sistemático de toda clase de interacción social”.<sup>22</sup>

En Guatemala, gradualmente la vida de las personas que entran en la etapa del envejecimiento, se separa de la vida de los demás, se van sintiendo menos comprometidas emocionalmente, con problemas ajenos, está cada vez más pensativas en los suyos y en sus circunstancias. Esta desvinculación puede ser provocada por el mismo interesado o por los otros miembros de la sociedad.

Los puntos principales de esta teoría son:

- La vejez es un proceso universal, es decir que ha ocurrido y ocurre en cualquier cultura y momento histórico.
- Es un proceso inevitable, porque está derivado de procesos psicobiológicos.
- Es intrínseca, no está condicionada ni determinada por variables sociales.

---

<sup>22</sup> Salvarezza, L. **Psicogeriatría Teoría y Clínica**. Editorial Paidós. México, 1998. Pág.484.



## Teoría de la actividad

Cicerón filósofo romano consideraba que, para que los ancianos conservaran el entendimiento, el juicio, el raciocinio, como la sabiduría deberían ejercitar sus capacidades y virtudes durante toda la vida, promulgaba que la ausencia de actividad en la vejez conducía al deterioro.

En teorías más recientes “se postula que todas las personas sanas, aún durante la vejez, debiesen permanecer activos y exponerse a diversos estímulos; ya que en estas condiciones, se ha observado que se muestran más satisfechos de su existencia de esta forma cuanto más activa permanezca una persona mayor, más satisfactoriamente envejecerá.

Se considera que existen tres tipos de actividad:

- Informal: la cual hace referencia a la interacción social con familiares, amistades, y vecinos;
- Formal: la que se refiere a la participación en organizaciones voluntarias,
- Solitaria; la cual tiene que ver con leer, ver televisión y mantener algunos pasatiempos reposados”.<sup>23</sup>

Se asume que la forma en que pensamos sobre nosotros mismos esta relacionada con los roles y actividades en los que estamos inmersos, lo cual implicaría que su abandono genere una perdida de la identidad y valoración. También se plantea que la actividad informal es la que mas satisfacción produce.

---

<sup>23</sup> Motlis, J. El dado de la vejez y sus seis caras. Editorial Altalena. España, 1985. Pág.258.

## Teoría del tiempo social

Dentro de la teoría del tiempo social, “los ciclos de la vida se desarrollan dentro del tiempo histórico que le toca vivir a cada individuo. El tiempo social regula ciertos patrones de conducta, tales como el vestuario, los lugares de recreación, las amistades e incluso la vida sexual. El seguimiento de estas normas sociales propias de cada tiempo se traduce en conductas adaptativas al tiempo social, y su trasgresión pondría en evidencia el descontento con las circunstancias”<sup>24</sup>. Esto es sumamente importante ya que no debemos olvidar que cada sociedad percibe de diferente forma a sus ancianos, en muchas culturas, sobre todo aquellas asiáticas, ser viejo es un equivalente de sabiduría y respeto.

“A pesar de todos los deterioros físicos propios de la edad que pueden sufrir las personas mayores, muchos enfrentan dicha etapa, con una actitud positiva y juvenil, teniendo una vida activa. Su envejecimiento biológico es compensado entonces con un estilo de vida que los hace mantenerse en excelentes condiciones físicas hasta muy avanzada edad. Lo cual se puede lograr a través de las diferentes pautas”<sup>25</sup>.

Una de esas pautas consiste en considerar a la vejez como una etapa más de crecimiento personal, en la que las actividades, ilusiones y relaciones con los demás, pueden mantenerse en un primer plano. Desde luego que deberá tomarse en cuenta las limitantes que se presentan; por lo que deberán tener un contenido, ritmo y perspectiva social diferente a otras etapas. Esta etapa, enfrentada de esta forma; implica un crecimiento personal que se esperaría que

---

<sup>24</sup> Ibid, Pág.172.

<sup>25</sup> Conde Salas, JL. **Vivir la vejez positivamente**. Universidad de Barcelona. España, 2001. Pág.236.

fuese acompañado de una mayor serenidad, un mayor conocimiento o experiencia sobre sí mismo y sobre los demás.

Otra de las pautas importantes que promueve esta teoría es la defensa de la autonomía personal y social, en el sentido de ser capaz de hacer todo lo posible para conservar las capacidades físicas y de decisión sobre su propia vida. En un tercer lugar la adaptación a las limitaciones con los cambios que vienen con la edad. Otro punto importante que pudiera considerarse también como pauta para llevar una tercera edad sana, bajo esta perspectiva, es la que tiene que ver con una visión de la muerte como algo natural que forma parte de la misma existencia humana.

- **AUTO-CONCEPTO**

Como su propio nombre lo indica, es el concepto que tenemos de nosotros mismos. Previo analizar lo que es “el auto-concepto es importante mencionar que al igual que la autoestima, la autorrealización y la autoimagen, se manifiestan a través del self; que es sinónimo del concepto de “sí mismo”, según el psicólogo Rogers se concibe la personalidad como un todo constituido por dos dimensiones; el organismo y el self, y se relaciona con el modo según el cual cada individuo se percibe a sí mismo, con las actitudes o sentimientos que la persona adopta y que experimenta respecto a sí misma. Las cuatro caras del Self; son las siguientes: auto-imagen, auto-concepto, auto-realización y auto-estima<sup>26</sup>,

Estos cuatro aspectos no son componentes en sí mismos del self, sino distintos modos de manifestarse del fenómeno. Para la comprensión del

---

<sup>26</sup> Rogers, Carl. **Teoría de la Personalidad**. Editorial Mc Graw-Hill. México, 1992. Pág.140.

fenómeno del self, es preciso considerar las diferentes dimensiones o componentes del sistema, pero en términos de una relación interdependiente.

En lo que concierne al auto-concepto los diversos autores que tratan de definirlo coinciden en que es una característica muy propia del ser humano; además de que forma parte de su conciencia de ser y de estar.

Comprenderemos por auto-concepto, a la percepción y valoración que una persona tiene de sí misma. La cual se forma a través de sus experiencias, relaciones con el medio como su contexto, en donde tienen un papel sumamente importante los refuerzos ambientales de las personas significativas.

El auto-concepto es entonces un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refieren al sujeto. Como ejemplo de estas percepciones, tenemos: las características, atributos, cualidades, defectos, capacidades, los límites y relaciones que el sujeto reconoce como propios de sí mismo como datos de su misma identidad. “De esta forma podemos decir que el sí mismo es la zona más íntima de la vida, el cual desempeña un papel importante en la conciencia, en la personalidad y en el organismo.

Al describirnos a nosotros mismos, recurrimos frecuentemente a nuestro propio concepto del yo, que puede ser o no una representación exacta de nuestro yo real. En ese momento podemos tener una noción de lo que deseáramos ser, es decir, de “nuestra versión idealizada del yo, esta se adapta como el yo real, provocando intensos conflictos internos, al mismo tiempo que realiza una comparación entre los logros y los desempeños”.<sup>27</sup>

---

<sup>27</sup> Ibid, Pág.95.

## **El auto-concepto en la vejez**

Durante el período de la vejez las percepciones que un individuo tiene de sí mismo pueden ser diferentes e irse alterando con el paso del tiempo; dependiendo de la diversidad y la complejidad de situaciones a las que se enfrente su propia capacidad para ir las resolviendo lo más satisfactoriamente posible. Estas situaciones tendrán un efecto importante como relevante en su comportamiento dependiendo en buena medida de la personalidad del individuo mismo, es decir de su propia percepción de las situaciones.

La forma en que una persona se describe en este período puede modificarse de acuerdo a las situaciones de la vida y de sus propias capacidades para enfrentarlas satisfactoriamente. A diferencia del análisis de la evolución del auto-concepto en las primeras etapas del desarrollo, durante la vejez las personas se enfrentan a una mayor diversidad de experiencias personales.

El papel, rol social y posición de las personas mayores en la familia y en la sociedad ha ido sufriendo transiciones de acuerdo con el grado de desarrollo social, partiendo desde la comunidad primitiva de las tribus, donde los ancianos eran respetados e incluso venerados.

Cumplían una función destacada dentro de aquellas sociedades; hasta llegar a nuestros días en que el avance científico-tecnológico, entre otras causas, nos orilla que el anciano ceda en gran parte, sus funciones, roles sociales y se conforme con ocuparse de otras menos importantes.

La valoración, aprecio y respeto que uno tiene de sí mismo/a en la vejez depende en buena medida de cómo se percibe la realidad personal; situación

que en estos tiempos que corren depende de múltiples factores. De esta forma, la realización de un comportamiento determinado no sólo depende de las capacidades que cada sujeto tenga para realizarlo (condición psicofísica), también de la evaluación que realice acerca del mismo.

### **Factores que intervienen en el autoconcepto**

Existen cinco factores principales que influyen en el autoconcepto:

- Yo físico: Se refiere a la visión que se tiene del propio cuerpo, la apariencia, habilidades, salud y sexualidad;
- Yo ético-moral: tiene que ver con el aspecto espiritual, sentimientos de ser una buena persona o mala persona y el grado de satisfacción que tenga con respecto a la religión;
- Yo personal: Se refiere a la percepción que la persona tiene de su propio cuerpo y de sus relaciones con los demás. Refleja también el sentido de valor personal;
- Yo familiar: Este se refiere principalmente a qué tan satisfactorias son las relaciones familiares, es la percepción de la persona misma con respecto a los demás miembros de su núcleo familiar;
- Yo social: Son los sentimientos que las personas tienen acerca de su forma de relacionarse con los demás.

## **Impacto del auto-concepto en los estilos de vida.**

“Cuando nos referimos al estilo de vida hacemos mención en la forma de vivir, este concepto fue utilizado por la filosofía marxista y posteriormente por el Psicólogo Max Weber, recientemente por Coleman define los estilos de vida, como patrones generales de estilos cognitivos, de motivos, etc. debido que son los grandes definidores del envejecimiento”<sup>28</sup>.

Dentro de los patrones generales podemos mencionar, que el anciano al ver cubiertas sus necesidades materiales y de salud puede desarrollar entonces otros factores que le permitirán un estilo de vida de pleno.

El poder personal, la estima y el auto-concepto son factores que definen el estilo de vida. Definiendo el poder personal como una fuerza emocional. Como aquel poder con el que decidimos las formas de llenar nuestras necesidades positivas y saludables o negativas-destructivas.

Un auto-concepto positivo permite al anciano vivir en comprensión, este se siente libre de sus propias decisiones, ve fortalecido su potencial, a la vez le permite reconocer incluso sus propias limitaciones y debilidades.

“Un auto-concepto positivo permite el bienestar, que según la Real Academia de la Lengua Española bienestar es vida holgada o abastecida de cuanto conduce pasarlo bien y con tranquilidad” o “estado de la persona en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica”.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Castro Salas, Manuel. **Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia.** Ciencia y Enfermería de Chile. Chile, 2009. Pág.63.

<sup>29</sup> Ibid, Pág.50.

Desde el enfoque psicológico el bienestar es una percepción o apreciación subjetiva de hallarse bien, de sentirse satisfecho, que está estrechamente vinculado con las condiciones sociales y personales. A este enfoque le interesa investigar el desarrollo, crecimiento personal, los estilos de las maneras como las personas enfrentan los retos vitales, el esfuerzo al interés por conseguir lo que deseamos.

El bienestar psicológico se refiere al esfuerzo de perfeccionar el propio potencial, si esto se logra la vida adquiere un significado para uno mismo, con ciertos esfuerzos de superación para conseguir metas valiosas. La tarea central de las personas en su vida entonces podríamos afirmar que es reconocer de realizar al máximo todos sus talentos, interactuando de forma armoniosa con su entorno.

El bienestar psicológico es formulado por Ryff como un modelo multidimensional del desarrollo personal, sus seis dimensiones son:

- **Auto-aceptación:** es un criterio central para el bienestar, se manifiesta cuando la persona es capaz de experimentar una actitud positiva hacia sí mismo y hacia su vida pasada.
- **Relaciones positivas:** esta puede definirse como la capacidad de mantener relaciones estrechas con otras personas, las mismas con base en la empatía y confianza.
- **Autonomía:** esta es necesaria para poder mantener su propia individualidad, la misma estrechamente relacionada con la autodeterminación, este factor se encuentra fortalecido en aquellas



personas que por ejemplo saben enfrentar de mejor manera la presión social.

- **Dominio del entorno:** es la capacidad para crear o elegir ambientes favorables, para satisfacer los deseos como necesidades propias.
- **Propósito de vida:** este fin es importante ya que todas las personas necesitan trazarse metas, definir objetivos, que le permitan tomar un sentido y dirección de vida.
- **Crecimiento personal:** se relaciona con el desarrollo de las potencialidades, seguir creciendo como persona y llevar al máximo su potencial.

Para el adulto mayor un auto-concepto positivo permite entonces una superación de tareas físicas, su importancia se asocia al sentimiento de poder ser capaces de participar en la solución de conflictos que surgen de la vida cotidiana, aportando soluciones, todo esto les permite crear estrategias de afrontamiento necesarias para hacer frente a adversidades.

Cuando los ancianos no son capaces de desarrollar este auto-concepto positivo, no logran sentirse auto-eficaces y desarrollan sentimientos negativos sobre sus capacidades, ya no son capaces de solucionar aquellos estresores propios de la ancianidad, es más difícil para ellos motivarse con las capacidades o limitaciones propias de la edad y así desarrollarse.

## **Enfoques del auto-concepto**

### **Enfoque fenomenológico:**

El enfoque fenomenológico plantea que el autoconcepto, es la percepción que uno tiene de sí mismo y como se organiza este conjunto de percepciones de una persona en la realidad de su comportamiento íntimo.

“Es una configuración organizada de percepciones de sí mismo admisibles por la conciencia”. Para la psicología fenomenológica, el comportamiento se analiza a partir del fenómeno global, con la aceptación general de que el individuo se forja respecto a los acontecimientos y a la manera según la cual refleja esas percepciones en la organización de su comportamiento personal”<sup>30</sup>.

Dentro de esta misma categoría se encuentra el enfoque social, que estudia el autoconcepto en relación con los demás. “También se encuentra el enfoque individualista, que propone un estudio como tal, sin ninguna tendencia a relacionarse con otras personas, pero sin oponerse”<sup>31</sup>.

### **Enfoque psicoanalítico:**

Centrándonos ahora en el enfoque psicoanalítico, tendríamos que entender en un primer momento que el ego implica una dimensión perceptual, la cual incluye el sentido de la percepción de sí mismo. La formación sigue los mismos pasos que se siguen para la formación del ego. “Las primeras imágenes emergen de la percepción de forma gradual; surgen de la diferenciación entre el

---

<sup>30</sup>Dicaprio, Op.cit, Pág. 398.

<sup>31</sup>L'Écuyer, R. **El concepto de sí mismo**. Editorial Oikos-Tau. España-Barcelona, 1985. Pág.171.

sí mismo y el objeto de gratificación; de esta cuenta se ve reforzada progresivamente por las sensaciones agradables o desagradables para extenderse a una percepción cada vez más amplia del propio cuerpo. La teoría psicoanalítica contemporánea mantiene al ego, id y al superyó como los elementos básicos que constituyen el aparato psíquico, en este modelo el concepto de “sí mismo” constituye de por sí parte del constructo del aparato mental”<sup>32</sup>.

- **REVISIÓN DE VIDA**

La imagen de lo que somos no se construye ni existe aisladamente, siempre se encuentra dentro de una interpretación del mundo que hemos construido a lo largo de nuestras vidas. Aunque vivamos en el presente, le damos siempre significado a lo que somos en términos de nuestro pasado y de nuestro futuro.

Por ello, “la revisión de vida es un proceso universal que consiste en recordar eventos de la vida pasada, interpretarlos o evaluarlos, también implica luchar contra la discrepancia entre lo esperado por uno mismo o la sociedad y lo logrado en la realidad”<sup>33</sup>.

La revisión de vida también ha sido definida como el deseo o anhelo de cambiar ciertos pensamientos, sentimientos, acciones o logros del pasado, relativos a algunas cosas, personas, actividades o situaciones, si fuera posible revivir la vida pasada. Su importancia de recordar el pasado postula que “la revisión de vida induce al organismo a la reflexión, la revisión puede ser descrita

---

<sup>32</sup>Ibid,Pág.45.

<sup>33</sup>Molho, E. Autoconcepto, depresión y revisión de vida en el período de jubilación, Editorial Sol. México, 1999. Pág.167.

entonces en términos de memoria, mientras que el recuerdo de los acontecimientos depende de la carga emocional en la que se haya envuelto”.<sup>34</sup>

Todos los seres humanos tienen recuerdos, la vida se encuentra poblada de sucesos, acontecimientos, hechos, experiencias, acciones que quedan clasificadas en la memoria, algunos de estos recuerdos se centran en diferentes etapas de desarrollo y pueden ser rescatadas a la memoria por medio de fotos, música, imágenes, entre otros.

Otros autores indican que los recuerdos pueden contemplar numerosas funciones de adaptación, “Butler propone que los recuerdos facilitan la reconciliación con los conflictos del pasado, por otro lado otros autores únicamente encontraron cierta base para este acto de revisión de vida entre personas que se hallaban insatisfechas con el pasado y otros consideran fundamentales los recuerdos para lograr la integridad del propio desarrollo en la vejez”.<sup>35</sup>

Otros autores caracterizan a la revisión de vida como una función natural, intrínseca, universal y evolutiva que se presenta en las personas que se acercan a la vejez. También se interpreta la reminiscencia desde un punto de vista psicosocial, entendiéndola como una forma de “conocimiento del ambiente social y político que rodea un hecho pero que también permite construir y complementar historias de vidas familiares y personales”.

“Estudios realizados han encontrado que las evaluaciones positivas de la niñez, adolescencia y de la edad adulta temprana con respecto a las experiencias recordadas, tiene una correlación positiva en la calidad presente

---

<sup>34</sup>Rennemark, M. y Hagberg, B. **Patrones de redes sociales entre las personas mayores en relación con su historia de vida, Envejecimiento y salud mental.** Editorial Sol. México, 1997. Pág.46.

<sup>35</sup>Butler R. **La revisión de vida, una interpretación de la reminiscencia de la edad.** Editorial Anagrama. España, 1993. Pág.215.

de la vida. De esta forma, el propósito de la revisión de vida es hacer evidentes las ventajas de la vida, en vez de las desventajas”.<sup>36</sup>

### **Diferencias entre revisión de vida y reminiscencia en la vejez**

La revisión de vida es un proceso que puede darse en cualquier momento de la existencia, pero en el período de la vejez las personas son más sensibles a realizarla. Cuando se revisa la vida como un todo, este acto proporciona a algunas personas un sentimiento de realización, de una existencia bien vivida, de metas logradas; por lo que la etapa final de esas personas es mucho más satisfactoria.

La reminiscencia se definió como una función que permite recordar pensando o relatando hechos, actos o vivencias del pasado. Es una actividad mental organizada, compleja y que posee una finalidad instrumental importante, ya que permite al adulto mayor reafirmar sus capacidades.

Por medio de esta logramos el recuerdo de experiencias auto-biográficas esto quiere decir que, mientras la experiencia, la percepción y el pensamiento humanos son eminentemente sociales, vienen determinados por las formas que predominan en la sociedad. La memoria está aún más socializada, muestra un grado aún mayor de dependencia de las categorías comúnmente aceptadas de lo que recuerda una persona y cómo lo recuerda. “Cuando la reminiscencia se da en estas condiciones los individuos presentarán una vejez más plena, se referirán a su vida con más entusiasmo que aquellos al hacer una valoración de su vida transcurrida, se dan cuenta que no pudieron cumplir con su plan de vida

---

<sup>36</sup>Peachey, N. Ayudando a la persona de edad avanzada; resolviendo la integridad vrs. la desesperación. Editorial Base. México, 1992. Pág.384.

las personas que no logran hacer una revisión de vida satisfactoria, en muchos casos se resignan y pueden tener sentimientos de fracaso, son más propensos a padecer de depresión o de desesperación por el resultado de sus vidas”.<sup>37</sup>

Desde esta perspectiva debemos comprender a la reminiscencia como un proceso psicológico universal, el cual se caracteriza por un progresivo retorno a la conciencia de las experiencias pasadas por el resurgimiento constante de conflictos no resueltos.

Pero no siempre es una evocación del pasado, repetitiva y monotemática; cuenta también con múltiples dimensiones, las cuales se pueden comprender como una autobiografía que incorpora la historia familiar y la narración de los hechos vividos con el despliegue del enriquecimiento de una subjetividad reflexiva.

Aquellas personas que de algún modo, se han ido adaptando a los triunfos y fracasos inherentes a la vida misma, han logrado alcanzar un mayor grado de madurez. Cuando la tendencia a recuperar eventos del pasado se torna obsesiva, puede ser provocada por la desesperación que expresa el sentimiento de que ahora el tiempo que queda es corto, demasiado corto para intentar otra vida y para probar caminos alternativos hacia la integridad.

“El temor a la muerte puede influir en la revisión de vida de las personas, sobre todo cuando estas no están preparadas, ya que se puede presentar una sensación de que la vida se está terminando, que no hay nada por hacer, esto puede producir sentimientos de tristeza y trae implícita una disminución de la eficiencia en sus labores cotidianas”.<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup>Torres, Op. cit, Pág.215.

<sup>38</sup>Molho, E. Op. cit, Pág.78.

Para algunas personas el proceso de acercarse a la etapa de adulto mayor no es visto como un proceso negativo, se enfoca como un proceso de maduración intelectual, psicológica y emocional. Estas personas realizan una evaluación de su vida como de los acontecimientos que en ella han ocurrido.

En una revisión ideal o positiva; la persona ha desarrollado un nivel de pensamiento que le permite evaluar los acontecimientos que ha vivido como algo importante y útil. Encuentra su sentido particular, el sentido de su vida. Este tipo de persona entiende que la vida es un proceso único y personal.

Otro de los beneficios que se puede obtener de una revisión de vida es que la persona refuerza la propia identidad: debido a que recuerda acontecimientos importantes pero relacionados con su propia personalidad, es usada para definirse a sí misma. Contribuye a dar un sentido de continuidad y coherencia a la percepción de la propia vida.

La diferencia entre la visión integral de la vejez y un enfoque negativo de la misma; esta directamente relacionado con la salud mental de las personas en esta etapa. Para algunas personas la llegada del final de la vida laboral supone un momento de enfocarse en otras actividades; un retomar la importancia de la familia, viajar, disfrutar de su tiempo libre etc.

Otros enfocan este final de la vida laboral como algo negativo y complejo; en el que pierden el sentido de su vida al ver mermado su capital y capacidad económica y finaliza con una evidente pérdida de la auto-estima. Las personas que no logran enfocar adecuadamente la finalización de su vida laboral, se muestran mucho más tendientes a caer en conductas autodestructivas.

Dentro de los aspectos a nivel social que se enriquecen por medio de una revisión de vida, podemos mencionar el traspaso de información y aprendizajes de una generación a otra, para el adulto mayor representa llenar vacíos y fortalecer la relación abuelo-nieto. También favorece a la creación o mantenimiento de vínculos sociales, que propicien una comunicación empática con grupos de iguales.

Mencionamos todos los aspectos positivos que puede generarse a través de una reminiscencia, incluso hay teorías que la utilizan como estrategia de intervención gerontológica, ya que propicia el retraso de los efectos de la progresión de la demencia, beneficiando el contacto e interacción en el entorno. Permite a la vez la estimulación de funciones tales como el lenguaje, memoria, al establecer conexiones con el pasado, presente y futuro.

Existen confusiones con respecto a lo que es revisión y reminiscencia, ya que ambas utilizan la memoria y el recuerdo, pueden ser estructuradas o no, pueden tener material amnésico triste o alegre, se aplican principalmente para ancianos y tienen una función terapéutica. La Revisión de vida es un proceso mental que ocurre de manera natural, en el cual se traen a la conciencia las experiencias pasadas y los conflictos sin resolver. Su origen es espontáneo o natural y se caracteriza por el retorno progresivo a la conciencia de las experiencias pasadas, en particular al resurgimiento de conflictos no resueltos. Esta también centrada en la integración tanto de acontecimientos positivos o negativos. Tiene dentro de sus principales objetivos ayudar a las personas a obtener una visión de cómo se ha ido desarrollando su vida y como han llegado a ser quienes en el momento son.

Como herramienta terapéutica se utiliza de forma individual, entre paciente y terapeuta. La reminiscencia como técnica puede hacerse a nivel



individual y grupal, ya que tiene objetivo obtener y compartir recuerdos y experiencia de manera informal y libre de conflictos. Los principales objetivos de la misma es aumentar la sociabilidad y mejorar las habilidades de comunicación.

### **1.1.3 HIPOTESIS DE TRABAJO**

Este trabajo es de carácter cualitativo por lo que no se estructura hipótesis y se procederá a operacionalizar los objetivos en el capítulo II.

### **1.1.4 DELIMITACIÓN**

El siguiente estudio se llevo a cabo en el Centro de Atención Médica Integral para Pensionados CAMIP 3 ZUNIL, durante los meses de mayo a julio. Con adultos mayores, entre las edades de 60 a 70 años que participan en el Programa de trabajo social que incluye talleres de tai-chi y manualidades. Derivado a la demanda de atención a nivel psicológico de los pacientes en las clínicas del CAMIP, surge el interés de conocer más a fondo la importancia de la revisión de vida.

Una revisión retrospectiva puede permitir al adulto mayor conciliar las diferencias entre lo ideal y la realidad, identificando la vejez como una etapa de vida de continuidad, encontrando sentido y valor a su vida por medio de una adecuada integración de elementos interdependientes como lo son: lo familiar, social, económico y físico. Para poder lograr cambios en el adulto mayor, se requiere un estudio más profundo de variables como el auto-estima, una buena valoración del adulto mayor permitirá una mejor adaptación y por medio del reforzamiento de acontecimientos positivos puede generarse.

## **CAPÍTULO II**

### **2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **2.1 TÉCNICAS**

##### **Selección de la muestra:**

El Centro de Atención Médica Integral para Pensionados 3 ZUNIL, atiende dentro de sus instalaciones a una población de 100 adultos mayores, en las categorías de pensionado y beneficiarios. La población que tomamos en cuenta para el estudio fue de 30 personas entre las edades de 60 a 70 años de ambos sexos, con un nivel socio-económico bajo. El tipo de muestreo fue aleatorio, para lograr una homogeneidad, mediante la inclusión de personas que asisten con frecuencia a las actividades programadas por el área de trabajo social del Centro, en los talleres de tai-chi y manualidades.

##### **Observación participante:**

Nos permitió tanto el conocimiento del personal de la Institución y de la muestra. Logramos tener una visión de las condiciones en que se desenvuelven los ancianos con personas de su misma edad, su capacidad para socializar, así como su independencia.

##### **Entrevista semi-estructurada:**

Basada en 10 preguntas que nos permitieron una comprensión más profunda del adulto mayor, enfatizando en cómo impacta la revisión de vida su estado emocional y como las habilidades y debilidades conforman su auto-estima.

## **2.2 INSTRUMENTOS**

### **Observación participante:**

Se contactó al señor Director Departamental solicitando y proponiendo realizar la presente investigación sobre el adulto mayor, se obtuvieron los permisos y posteriormente iniciamos nuestra recopilación de información a través de visitas a los talleres impartidos, esta herramienta nos permitió identificar emociones, fortalezas, debilidades y actitudes que presentaron los pacientes ante diferentes circunstancias. Asistimos al Centro, los lunes por la mañana de 9 a 11am., los meses de mayo y junio para poder establecer rapport con los asistentes. La inserción a los talleres y la identificación de diferentes factores nos permitió el desarrollo de la entrevista semi-estructurada.

### **Entrevista semi-estructurada:**

Con cada participante se entablo un dialogo en base a las diferentes interrogantes de la entrevista, los pacientes por medio de esto enriquecieron los resultados que reflejamos en el análisis. La entrevista fue aplicada, los pacientes relataron diferentes anécdotas, sentimientos positivos y negativos que recordaron al momento de contestar las preguntas.

### **Escala de auto-estima de Rosenberg:**

Al concluir con las entrevistas, se procedió a aplicar la escala de auto-estima Rosenberg, misma que permitió una medición de la auto-imagen o satisfacción de la persona sobre sí misma. La división equitativa de la escala nos permitió obtener resultados sobre la concepción propia de los pacientes.

### Operacionalización de objetivos

OBJETIVOS	CATEGORÍAS	TÉCNICAS E INTERROGANTES
Identificar la influencia de la revisión retrospectiva en el adulto mayor.	Revisión retrospectiva: proceso universal que consiste en recordar eventos de la vida pasada, interpretarlos o evaluarlos.	Observación y entrevista semi-estructurada
Identificar los sentimientos que genera la revisión de vida que realiza el adulto mayor.	Sentimientos: son estados afectivos duraderos y estables que surgen como resultado de vivencias, experiencias.	Observación y entrevista semi-estructurada
Analizar las relaciones que existen entre la revisión de las experiencias vividas y el auto-estima.	Experiencias de vida: acontecimientos que al ser pensados por el ser humano dejan una enseñanza o comprensión. Auto-estima: percepción propia que conlleva una serie de pensamientos, sentimientos o incluso evaluaciones propias.	Entrevista semi-estructurada y Escala de Rosenberg
Identificar las principales categorías de vida que conforman un auto-estima elevado.	Categorías de vida: son clasificaciones que comparten características y pueden ser reconocidas de forma jerárquica. Tales como: categoría física, familiar, social y económica.	Entrevista semi-estructurada y Escala de Rosenberg
Describir la revisión de vida como elemento de valor terapéutico.	Elemento terapéutico: tratamiento que busca por medio del dialogo, estimular ideas o pensamientos que mejoren la salud mental.	Observación y entrevista semi-estructurada

### **CAPÍTULO III**

#### **PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

El centro de Atención Médico Integral CAMIP 3 Zunil, cuenta con 5 clínicas de Enfermedad Común y 14 Clínicas de especialización entre ellas la clínica de psicología y el departamento de Fisioterapia. También cuenta con una variedad de talleres, en los cuales los adultos mayores pueden desarrollar sus capacidades, como manualidades, tai-chi y charlas educativas como método de prevención de enfermedades comunes y crónicas.

Se consideró como objeto de estudio a los adultos mayores que asisten a consulta externa y que integran los talleres de tai-chi y de manualidades, conformados por hombres y mujeres, los cuales se llevan a cabo los días lunes de 9 a 11 am y días martes en 2 a 4 pm.

El grupo de adultos mayores estaba integrado por personas entre las edades de 60 a 70 años, los resultados obtenidos mostraron que el 100% de la población realiza una revisión de vida (ver Tabla No. 1) y considera este proceso como un factor determinante para la formación de su auto-estima.

La observación participante en los talleres de tai-chi y de manualidades nos permitió ver la interacción de los adultos mayores con otros participantes; conocer un poco más de sus creencias, concepciones e incluso anhelos, así como enriquecer la información obtenida por medio de los instrumentos utilizados.

Los entrevistados fueron 15 mujeres y 15 hombres, respondieron a las entrevistas, manifestando llanto, risas, preocupación, conmoción y algunas personas se sintieron desahogadas, porque manifestaron que a nadie les habían

contado cosas tan personales, estas expresiones enriquecieron el estudio y comprensión de esta etapa de la vida.

Constatamos que la etapa del adulto mayor es de continuos cambios, relacionados íntimamente con lo familiar, físico y emocional; los resultados obtenidos muestran que la revisión de vida forma parte de su cotidianidad, tiene un impacto sobre su auto-estima y la forma como se enfrenta la realidad. Los acontecimientos vividos han formado un auto-concepto que les permite interactuar de forma armoniosa con su entorno, aceptar sus debilidades y poder así desenvolverse en el papel que se encuentran actualmente, como abuelos, jubilados, entre otros.

Dentro de los factores más recurrentes encontramos que los entrevistados tienen una percepción de felicidad y motivación, mencionan que hacen uso de su independencia haciendo énfasis que al no poseer enfermedades físicas que los limite a la realización de algunas actividades, se consideran adultos seguros de sí mismos, que mantienen su auto-estima como resultado de los recuerdos positivos que les han sucedido a lo largo de su vida (ver resultado de la entrevista, pregunta No. 4).

Otro de los factores que expresan los entrevistados, tiene mayor impacto en su vida, es el recuerdo de pensamientos negativos (ve resultado de la entrevista, pregunta No. 5) los hombres manifestaron que es parte relevante de su vida el recordar lo negativo, no solo como experiencia sino como herramienta de aprendizaje para sus hijos y nietos. Las mujeres por el contrario afirmaron que recordar aspectos negativos de su vida únicamente les hacía revivir sentimientos de dolor y culpa, por lo que prefieren centrarse en lo positivo.

Los factores que mayor relevancia tienen para el bienestar del adulto mayor son la familia y en segundo plano lo físico. Lo familiar tiene un impacto

profundo para los ancianos, ya que los hijos han formado sus propias familias, un alto porcentaje ha perdido a su pareja, es por lo que se enfrentan a muchos momentos de soledad y hasta vacío existencial. El poder pasar tiempo con la familia influye para que los adultos mayores puedan llegar a alcanzar sentimientos de pertenencia, abundancia y plenitud. Este factor que el adulto mayor determina como predominante hace reflexionar sobre los aspectos a los que debe de presentar mayor atención en su vida (ver resultado de la entrevista, pregunta No. 7). Expresaron que la familia es lo primordial para Ellos, pero a la vez saben que deben de asumir actitudes diferentes para poder mejorar el tiempo que pasan Ellos y crear mayores espacios en donde puedan involucrar a toda la familia.

Los resultados de la escala de Rosenberg nos muestran que gran parte de la población investigada posee una auto-estima media y una autoestima baja, con lo que podemos añadir, que el grupo de autoestima media indicó conocer sus cualidades y defectos, aprendió a aceptar cambios propios de su edad. En este caso la población logra ver su vida de una forma integral, considera aspectos de su entorno, estilos de vida, educación como contribuciones y no como determinantes para gozar de la vejez.

Por el contrario las personas que poseen una auto-estima baja aceptan que fue por la falta de cumplimiento de metas, lo que no les permite considerarse una persona plena, la falta de lazos afectivos o mejores vínculos con su familia afectan de forma directa la concepción propia del anciano; en este caso el grupo estudiado mostraba una actitud más pasiva frente a los demás participantes, se mostraron en los talleres y charlas como espectadores y no como participantes, por lo que determinamos que esta actitud frente al entorno es la que nos les permite trabajar en cambiar su auto-concepción. Reflejando en su mayoría estados de aislamiento y tristeza.



Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Centro Universitario Metropolitano  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Centro de Investigación en Psicología –CIEPS- "Mayra Gutiérrez"  
 Investigadoras: María José Hernández y Mayra Pos.



**RESULTADOS DE LA ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA**  
**REVISIÓN DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR QUE ASISTE AL CAMP 3 ZUNIL**

No.	SEXO	EDAD	PREGUNTA No. 1	PREGUNTA No. 2	PREGUNTA No. 3	PREGUNTA No. 4	PREGUNTA No. 5	PREGUNTA No. 6	PREGUNTA No. 7	PREGUNTA No. 8	PREGUNTA No. 9	PREGUNTA No. 10
			¿Realiza usted con frecuencia una revisión de vida?	¿Cómo se percibe actualmente?	¿Qué expectativas de vida tiene?	¿Con qué frecuencia piensa en los momentos positivos que le han sucedido?	¿Con qué frecuencia piensa en los momentos negativos que le han sucedido?	¿Ha tenido una vida plena?	¿Qué factores necesitan mayor atención?	¿Qué factores contribuyen a su bienestar actual?	¿Qué le gustaría experimentar de nuevo?	¿Qué acontecimiento tuvo mayor impacto en su vida?
1	MASCULINO	60-65	SI: Para darse cuenta de lo positivos y lo negativos ya que es necesario para la toma de decisiones	Una persona bien motivada, positiva, una persona que no se encierra en la enfermedad	Tener vida sin tener que ser un estorbo a la familia y tener una meta a corto plazo la cual es bailar el blas de los 15 años de su nieta	SI para tener satisfacción personal y gozar en familia	SI: por tener problemas de alcoholismo y esto hace que se motive y no recaer en errores y ser positivo en la vida actual	NO: al 100% no porque han ocurrido ciertos errores y ciertas metas no cumplidas, pero si un 70 % de su vida ha sido plena	FAMILIA Y FÍSICO: para tener bienestar y disfrutar de los últimos años con su familia	FAMILIAR Y ECONÓMICO: ya que la familia es importante como también lo es el dinero para complementar el bienestar actual	Vivir nuevamente como pareja y familiar, ya que se ha desperdiciado mucho tiempo con la familia y su esposa	El casamiento de su hija y el nacimiento de su primer nieta porque empieza una nueva etapa
2	MASCULINO	65-70	SI: Platicar de las cosas actuales y hacer comparaciones y enseñar a los nietos	Extrovertido, entusiasta y feliz	El futuro es incierto	SI, porque ayuda a no deprimirse	NO: trata de olvidarlo para no sentir dolor	SI: porque lo que se ha propuesto lo ha realizado	FÍSICO Y ECONÓMICO: son los de mayor importancia ya que de ellos viene la estabilidad emocional	SOCIAL: para tener buenas relaciones con los demás	Quisiera ser joven con la capacidad de la vejez y la experiencia	El casamiento porque encontró un complemento para su nueva vida y el conflicto armado marcaron su vida para siempre
3	MASCULINO	65-70	SI: para dar a conocer la historia a sus nietos	Noble y satisfecha feliz de cumplir sus metas	Compartir con su familia ayudar en la cosas de la casa y salir de paseo	SI: da gracias A Dios los momentos positivos los recuerda con alegría porque así se siente feliz y para no tener los mismos problemas	NO: para borrarlos de los pensamientos	SI: porque desde joven ha tenido una vida sana, se considera un buen padre, logro las metas que se propuso no tiene culpa por sus hijos y porque se siente satisfecho	ECONÓMICO: porque no le alcanza la pensión de su jubilación,	FAMILIAR SOCIAL Y FÍSICO: porque complementa su felicidad y salud.	Estudiar para desenvolverse de una forma mas privilegiada	Los constantes accidentes que tuvo le causaron mucho impacto derivado a que tuvo muchas fracturas en su cuerpo y rostro
4	MASCULINO	60-65	SI: Para recordar la historia de su vida	Enfermo imposibilitado derivado a su derrame y triste por no poder realizar cosas que quisiera hacer.	Poder manejar, viajar y no depender de nadie de la familia	SI: para darse animo en el diario vivir	NO: porque no le traen ningún beneficio ni oficio	NO : porque no se le dio la oportunidad de realizar la mayoría de sus metas	FÍSICO: porque ya no puede valerse por si mismo y tiene que esperar una pensión la cual no le alcanza	FAMILIAR porque ha sido de gran apoyo	Volver a ser niño porque en esa época no se preocupa de nada	Negativo: el derrame y positivo el casarse
5	MASCULINO	60-65	SI: Se necesita una mirada en la actualidad	Como una persona feliz, alegre y satisfecha consigo misma	Vivir feliz lo que resta de la vida	SI: por que lo ayudan en la actualidad a vivir bien	NO: porque le hacen mucho daño y no vale la pena recordarlos	SI: porque consiguió lo que deseo a pesar de los altibajos que tuvo.	FÍSICO: para estar bien y alegre con la familia	FAMILIAR: para que los comprendan	Volver a estudiar y ser maestro del área rural	El nacimiento de su primera hija y el nacimiento de su nieta porque se sintió realizado



6	MASCULINO	65-70	SI: para recordar los momentos lindos vividos en aquella época tan linda y compartiría con los nietos	Como un hombre con principios lleno de vida, potente con muchas ganas aun de vivir feliz el resto de la vida	Vivir el día día con la familia	SI: lo llenan de vida y siente que vuelve a vivir	NO: hace daño y para qué, si ya no sirve de nada ya no se pueden arreglar y es mejor olvidarlo	SI: se realizo como padre hijo y fue un buen ciudadano	FAMILIAR: siente que se ha perdido mucho tiempo en el trabajo y ahora que es jubilado quiere estar en familia	FAMILIAR: lo ayudan a sentirse vivo porque y le guata que le apoyen	Volver a ser joven para poder tomar mejores desiciones y vivir con plenitud	Nacimiento de su primer hijo, fue increíble, inolvidable porque se esperaba con mucha alegría el nacimiento
7	MASCULINO	65-70	SI: para tener una mirada hacia el pasado y sentirse orgulloso de lo que realizo	Una persona buena feliz de estar cumpliendo 68 años	Salir a pasear y vivir el día a día entregado a Dios	SI: Para recordar con ternura el momento del nacimiento de su único hijo	NO: porque le hacen daño	SI: tuvo una familia muy bonita y numerosa en hijos	FAMILIAR Y ECONÓMICO: familiar porque quiere darle lo mejor aun en la vejez el amor a su nietos y en lo Económico porque con la pensión que recibe no alcanza	FAMILIAR: porque los nietos los hijos y la esposa que tiene es el mejor tesoro y ayudan para poder seguir con vida	Ser joven para poder viajar y comer de todo	La muerte de la madre
8	MASCULINO	65-70	SI para hacer una mirada al pasado y contárselo a los nietos	Un abuelito con energía para seguir hasta el ultimo dia feliz	Le gusta correr y le gusta hace deporte	SI: para disfrutar y vivir bien el presente	NO: para no opacar el momento ni el día	SI: a pesar de los bajones y los tratos de la vida ha llegado a ser un hombre feliz	FAMILIAR Y FÍSICO: familiar porque tiene hijos fuera del país que le gustaría verlo antes que la enfermedad lo lleve al cielo	FAMILIAR: porque a pesar de la distancia que existe hay una relación bonita por eso le ayuda a su diario vivir	Volver a ser joven con la sabiduría que tiene hoy en día	La muerte del padre ya que tenia una muy bonita relación
9	MASCULINO	65-70	SI para meditar y concientizar a los nietos e hijos	Buena persona amable aun simpático	Salir a bailar marimba	SI: para que el día con día no tenga lamentaciones	NO: no sirve de mucho pensarlo ya que no cambia nada	SI: Llegar a tener la edad que tiene dice mucho y que se siente pleno de haberla vivido	FAMILIAR Y FÍSICO: en la familia hay ciertos roces pero nada que no se pueda solucionar y en lo físico porque le encantan comidas que ya no puede comer	FAMILIAR y SOCIAL : porque a pesar del dilema no deja de ser un apoyo cuando se necesita y lo social para distraerse un poco de la rutina de tomar pastilla y pastillas	Ser joven estudiar nuevamente en la universidad y nuevamente elegir la carrera de Agrónomo y terminarla para poder graduarse	La noticia de ser padre
10	MASCULINO	60-65	SI: para analizar y pensar en que falló y que eso de ejemplo para los hijos	Una persona con armonia algo triste de vez en cuanto pero con mas armonio por haber cumplido mas de la mitad de las metas establecidas	Desea que por una vez en su vida abordar un avión	SI: porque la niñez es lo mejor que le sucedió	NO: para que recordarlos si ya pasaron	SI: porque se caso y porque fue padre de un niño adoptivo	FÍSICO por su diabetes que tiene y lo económico porque si tuviera mas dinero su esposa no trabajara y tampoco él	FAMILIAR: porque a pesar de los problemas económicos la familia se mantiene viva	Volver a ser joven para sentir esa alegría y fuerza que se tiene en esa época	Casarse con la mujer que le pidió a Dios
11	MASCULINO	60-65	SI: para encontrar el momento donde cambia totalmente su vida y contárselo a los nietos	Una persona con la alegría a veces con algo de tristeza peores parte de esta etapa que finalizare	Vivir y volver a sentir en sus brazos a su hija que esta en Canadá	SI: hacen que no se sienta en tiempo que falta para ver a su hija	SI: para no cometerlos nuevamente	SI: llego a sus metas y llego a ser papá y abuelo	FÍSICO Y ECONÓMICO: Económico porque no tiene mucho para poder curar su enfermedad en algún lugar privado y solo espera la voluntad de Dios	FAMILIAR: le hacen ver y sentirse querido	Estudiar y ser joven	La noticia de ser padre y ver el nacimiento de su hijo
12	MASCULINO	60-65	SI: para retroceder, para sentirse vivo ya que recordar es volver a vivir	Una persona tranquila, algo enferma pero así es la vida	Vivir al máximo los pocos días que le quedan en familia	SI: para sentirse feliz por un momento en esta ciudad tan violenta	NO: porque perjudican los días	NO porque no logro ser padre	FÍSICO Y ECONÓMICO: por la enfermedad que tiene no lo deja trabajar y eso le afecta económicamente	FAMILIAR: porque le da el apoyo para sobrevivir todos los días	Estudiar Viajar	Fue cuando conoció a Dios

13	MASCULINO	60-65	SI: para concientizar a los hijos y familiares a no cometer los errores del pasado	Una persona satisfecha con muchas metas aunque no le alcanza el tiempo pero con muchas metas	Convivir mas con su familia, ya que extraña los almuerzos familiares	SI: ayudan a sentirse mejor en los momentos tristes	SI: para consultar con el pasado y no volverlos a cometer	SI: porque tuvo 2 hijos planificados y una familia bonita	FÍSICO Y ECONÓMICO por lo económico en sus ingresos no es muy bueno y tiene que estorzarse mas para solventar sus gastos perjudicando su salud	FAMILIAR: es la única que apoya en todo momento son mas fáciles los problemas si ellos apoyan	Ser joven y estudiar	El accidente de su hijastro
14	MASCULINO	60-65	SI: para contarles la historia a los nietos y recordar muchas cosas buenas del pasado buenas y malas	Un abuelo viejo tranquilo feliz porque ayudo a su familia	Vivir en su pueblo ya que la ciudad esta muy contaminada y con mucha delincuencia	SI: porque en su niñez en su pueblo fue lo positivo que ha vivido	NO: porque no tiene tiempo de dañar su corazón	SI: porque logro casi todo lo que se propuso en la vida	FÍSICO Y ECONÓMICO: la hipertensión es muy delicada y en lo económico para dejar asegurada a su esposa cuando el muera	FAMILIAR: es el motivo de vivir y son las fuerzas para seguir adelante	Ser joven y estudiar y terminar su carrera para ser contador	Un accidente en moto que casi le quita la vida
15	MASCULINO	65-70	SI: Por ser parte del ser viejo recuerda todo aquello que hizo y ahora ya porque no puede	Se visualiza como una persona sana emocionalmente positiva, feliz y contenta con la vida de poderle permitir a sus hijos y nietos una vida sana	Llegar a vivir sano el tiempo de vida que Dios le regale	SI: lo hace sentir contento, piensa que al pensar en momentos gratos lo hará mas fuerte o al menos pasar mas activo el día	NO: no quiere sentirse triste por cosas que no se pueden cambiar	SI: porque tiene a sus hijos hizo una familia trabajo, salio satisfecho	FAMILIAR: porque es lo mas importante, no debe desatenderlos, quisiera pasar mas tiempo con hijos y nietos pero depende de su tiempo	FAMILIAR: porque si sus hijos están bien él esta contento	Tener la energia de joven ya que conforme va envejeciendo se queda solo más y más tiempo	La perdidas de la esposa tanto a el como a los hijos, solo puede reponerse de algo así tomado de la mano de Dios
16	FEMENINO	60-65	SI: Concientizar a sus hijos y poder orientar a su nietos también	Como una persona positiva, bonita, feliz contenta de llegar hasta esta edad.	Lograr y poder ser útil en todos los aspectos de vida y prestar un servicio comunitario	SI: porque la ha ayudado a vivir con tranquilidad	NO: porque causan dolor, las circunstancias, y tiene que olvidarlas porque porque no trae nada positivo en su vida.	SI: se pudo realizar como madre, trabajadora, esposa y poder desenvolverse en todo el aspecto del ser humano	FÍSICO: porque no le dan ganas de caminar y eso afecta en su convivencia	FAMILIAR: tiene buena relación con lo familiar hay reuniones y sirve para interactuar y apoyarse entre ellos.	La maternidad, porque es algo maravilloso poder escuchar llorar a su hijo cuando nacen	El matrimonio y conocer a su esposo
17	FEMENINO	65-70	SI: hay recuerdos que vienen a su mente y cree que es algo intencional	Como una mujer llena de vida con experiencias tristes y felices	Tener una vida sana que por lo menos le permita seguir siendo capaz de realiza las actividades sola	SI: porque es bueno pensar en los alegre que realizo tantos momentos de soledad y que es buen pensar en lo que hizo	NO: porque no quiere ponerse triste si viene recuerdos a su mente trata de no pensar mucho en lo triste	SI: porque ha vivido un poco de todo ha estado feliz y triste pero ha vivido bastante	FÍSICO: porque tiene que asistir con frecuencia al igss para controlar su presión y el problema del colon	FÍSICO: hace mención de que si se sintiera sana todos los días podría salir o hacer mas que haceres sin tanta complicación pero hay días que se siente muy muy mal	Compartir mas con sus hijas, tenerla mas tiempo a su lado	El nacimiento de sus hijas fue un cambio de vida, mas trabajo duro por ellas y mas satisfacción. El amor de madre es el mas importante
18	FEMENINO	60-65	SI: Hay que recordad tristezas y alegrías para orientar a los hijos	Bastante bien, una persona dependiente, luchadora feliz por sus metas bien vividas	A largo plazo llevarse mas con la familia seguir avanzando aún siendo anciana	SI: para no sentirse tan sola	NO: porque evita sufrimientos	NO: por tener un fracaso en el matrimonio	FAMILIAR: porque hay mucho distanciamiento entre ella y sus hijos	FAMILIAR: porque a pesar del distanciamiento es un motivo para seguir adelante	Volver a se niña porque tenia una gran unión con su padre	La separación de su matrimonio

19	FEMENINO	60-65	Si: hace comparación con el objetivo de ver los pensamientos de antes y el ahora para ver las consecuencias y para orientar a sus hijos	Una persona sana emocionalmente positiva, feliz y contenta con la vida	Ser una madre comprensiva, apoyar a sus hijas entregarse a su familia poder seguir a Dios, esperar poder vivir muchos años mas ser dependiente en todos los aspectos	Si: porque son los que la motivan a seguir siempre hacia adelante	NO: porque no quiere encerrarse en una depresión que no es bueno para ella y para la familia	NO: porque hay aspectos que logró llenar cuando el matrimonio y por ser madre soltera, hubo frustraciones en la carrera, los estudios quedaron pendientes	FAMILIAR Y FÍSICO: en lo familiar durante mucho tiempo están alejadas de ellas, en lo físico por la enfermedad y le gustaría bajar de peso, le gustaría tener mas agilidad y caminar mas rápido	FAMILIAR SOCIAL Y ECONÓMICO: porque se encuentra con muchas personas que la entienden y aprecian( los hijos las amigas y los hermanos) y no ha tenido tiempo de sentirse sola y en lo económico porque con su jubilación logra solventar sus gastos	Estudiar enfermería y trabajar en los hospitales por el servicio y apoyo que se brinda por estar a la par de la persona y sentir esa satisfacción tan bonita	La separación de su matrimonio y una perdida de un hijo
20	FEMENINO	65-70	Si: Asocia recuerdos pasados con su vida actual	Como una persona sana, con buena relación con su familia	Tener salud para no ser una carga familiar	Si: porque levantan su animo "ya que en su juventud puedo realizar cosas que disfruto"	Si: lo piensa pero no en gran manera para no desanimarse	Si: porque su hija y su madre la considera que es una bendición tenerla eso la motiva	FAMILIAR: es agradable tener a la familia en armonía, lo económico no puede sustituir el valor de la familia aunque también es importante	FAMILIAR porque tiene buena relación con Dios y la familia	Poder viajar al mar ya que es su lugar favorito	La muerte de sus tres niños y la muerte del padre de los niños, Dios la madre y hermana le ayudaron a recuperarse de eso
21	FEMENINO	65-70	Si: para recapitulación de su vida, y no cometer los mismos errores	Una persona que logro sus metas, ya no cuenta con las mismas fuerzas suficientes para cumplir con requisitos, pero feliz de haber vivido tantos años	Pasar el mayor tiempo en familia y disfrutar a los nietos, recuperar el tiempo perdido con los nietos y tener comunicación con la familia el mas tiempo posible	Si: piensa que hizo algo bueno analiza cada una de ellas para actuar en el presente	Si: pero no con la importancia porque no hay nada que se pueda hacer y eso no se puede cambiar	Si: porque tuvo oportunidad de tener familia, trabajo y porque realizo muchas cosas positivas	FAMILIAR para estar mas tiempo y vivir con ellos	FAMILIAR Y FÍSICO: porque la familia lo complementa y lo físico lo complementa en el trabajo	Ser joven para tener la experiencia que ahora tiene	La separación familiar
22	FEMENINO	65-70	Si: los recuerdos que le preocupan	Contenta realizada y feliz	Quiere llegar a cumplir 80 años	NO: porque le no soluciona nada y preocupa su diabetes	Si: por sus enfermedades (diabetes y colon )	Si: su forma de vida fue buena, ha cumplió con sus objetivos,	FAMILIAR: porque tiene poco apoyo de su familia para su enfermedad	ECONÓMICO: Porque es su sustento actual necesita de su trabajo y eso la ayuda a olvidar un poco	Ser joven para hacer una vida nueva con nuevos propósitos	La pérdidas de sus 2 hijos
23	FEMENINO	65-70	Si: para orientar a los hijos y recordar el vivir los acontecimiento que uno para mejorar los malos y recordarlos bien	Como una persona positiva, alegre y colaboradora llena de vida, bonita feliz	Vivir los años que quedan bien y lo mejor que pueda	Si: porque si piensa en positivo, toda su vida será positiva	NO: procura olvidarlo y volverlo a pensar porque le hace mucho daño y nubla la vida	Si: porque logro una familia unida y armónica	No tiene ninguno por ser independiente	FAMILIA SOCIAL: porque hay un poco de distanciamiento pero nada que no se pueda arreglar y en lo social en sus amistades encuentra apoyo	Casarse porque siempre ha existido el amor entre ella y su esposo siempre ha estado en las buenas y en las malas y cuando el amor es sincero no se muere	La perdida de un hijo en el nacimiento por ser su primogénito
24	FEMENINO	65-70	Si: para ser mejor en este proceso de la vida	Como una mujer activa	Viajar, trabajar sentirse viva y poder convivir con su familia	Si: para que vuelvan a sucedes	NO: porque no hacen nada bien para la persona	Si: Porque tiene una relación de matrimonio excelente	FÍSICO Y ECONÓMICO: porque de joven no realizo el ejercicio suficiente y ahora la vida le pasa la factura y en lo económico por no ahorrar no puede solventar sus gastos	FAMILIAR Y SOCIAL porque tiene cuenta con un grupo social y el apoyo de su familia	Viajar y casarse	el nacimiento de su primer hijo
25	FEMENINO	65-70	Si para meditar en los pocos o muchos problemas que sucedieron y de ellos sacar provecho	Satisfecha de vivir hasta este día, bonita y feliz	A corto plazo o a largo plazo vivir el día a día bien en familia	Si: para sentir esa emoción alegre del pasado	NO: porque duelen mucho y lastiman el corazón	Si: porque a pesar que la vida no fue justa realizo sus metas	FÍSICO: porque enferma es difícil realizar actividades que antes hacía	FAMILIAR: porque ha tenido mucho apoyo	Estudiar	Accidente que le deja un cicatriz en su cuerpo

26	FEMENINO	65-70	SI: para ser y sentir el pasado ya que es volverlo vivir y meditar par no cometer los mismos errores	Amable, servicial amante de la vida, bonita cariñosa con mucha paciencia	Vivir mas tiempo con su familia y nietos	SI: para volver a despertar una emoción que fue especial en su momento	NO: porque opacan el presente y no hacen nada bien	SI: logro su mayor reto graduarse y convertirse en madre	FÍSICO: porque no se cuidó de joven y las enfermedades no esperan	FAMILIAR Y FÍSICO: porque la familia ha estado presente ante cualquier situación y lo Social porque tiene amigos de la universidad	Volver a ser joven y a estudiar en la universidad	El nacimiento de su hijo y el fallecimiento de su padre
27	FEMENINO	60-65	SI: porque hace bien par ser mejor cada día y sentirse bien	Bonita, contenta y alegre	Ser una buena abuelita para sus nietos	SI: porque le hacen sentir bien y recordar lo lindo de la vida	NO: fueron cosas que pasaron y no trae ningún bien en la vida y por salud mental	SI: ha llevado su vida lo mejor posible	FAMILIAR: porque ha estado muy solo en estos momentos	FAMILIAR Y SOCIAL: Le gusta ser social ya que asiste a la iglesia y la familia la apoya bastante	Volver a ser niño porque la consentía su mamá	El conocer a Dios
28	FEMENINO	60-65	SI: Para ser conciente en el presente	Triste por su enfermedad	Reconsidera haces su EPS ya que su trabajo anterior no le permitió repasar sus estudios	SI: momentos con su hijos por ejemplo la graduación de su hijo	SI: Para consultar las consecuencias	NO: porque no pudo casarse no tuvo una pareja estable	TODOS: porque es necesario cuidarlos para sentirse bien	FAMILIAR: porque gracias a ellos ha logrado salir adelante	Volver a se una niña	Cuidar a su mama ya que por el trabajo no la pudo cuidar bien
29	FEMENINO	60-65	SI: y lo que mas recuerda es la muerte de su madre	Una persona no enteramente feliz	No tener incomodidades en su casa en el trabajo	SI: pero muy pocos porque le cuesta recordar	SI: lo ayudan a ser mejor y no tomar la misma actitud o desiciones y así no poner los mismos errores	NO: porque desde pequeña le atribuyeron responsabilidades muy grandes	FAMILIAR: porque desde la muerte de su mama ya no es igual la familia	SOCIAL : para distraerse ya que su familia solo la agobia	Ser profesional para estudiar	La muerte de la madre.
30	FEMENINO	60-65	SI: para ser mejor en el presente	Una persona con deseos de vivir y ser mejor, se percibe como una mujer llena de vida	Ser mejor cada día y valorar mas a las personas	SI: para que la ayuden a volver a sentirse viva	NO: hacen daño además ya paso mucho tiempo y no es conveniente	SI: porque ayudo a sus padres, logro todas sus metas y a pesar que no logro casarse se siente feliz	FÍSICO Y ECONÓMICO: porque la edad no le permite trabajar y por ende no solventa sus gastos	FAMILIA porque es un apoyo muy importante en su vida	Volver a jugar como cuando era niña	No casarse

## **CAPÍTULO IV**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **4.1 CONCLUSIONES**

- Concluimos que los adultos mayores de la muestra son individuos que evalúan su vida como un todo, esto tiene un impacto directo en el auto-estima que se ve reflejada en sus experiencias de vida actuales. Trasciende en la actitud que se va a tomar frente al momento actual y los cambios propios de esta etapa.
- El adulto mayor se enfrenta a una necesidad de aceptar su vida, se da una constante lucha por lograr un sentido de integridad, de coherencia y totalidad de la vida, para la aceptación a la muerte, esto genera sentimientos positivos y negativos. Dentro de los positivos podemos concluir que los de mayor recurrencia son: alegría, satisfacción personal, auto-realización, expectativas de vida, metas a corto plazo, deseos de vivir, entre otros. Cuando se recuerdan los sucesos positivos de más que los negativos, se alcanza un estado emocional gratificante. Entre los sentimientos negativos que manifestó la población encontramos: frustración, cólera, tristeza, angustia, resentimiento, soledad, amargura, desesperación.
- Se concluye que en todo ser humano hay un auto-estima, siendo esta muy importante en la tercera edad, debido al impacto que esta tiene en el fortalecimiento de la salud mental del anciano y a que esta misma ha sido formada por el transcurrir de la vida y no por los avances u objetivos logrados en el presente.

- Se evidencia que la principal categoría que conforma el auto-estima del adulto mayor es la familiar, específicamente la convivencia dentro de este núcleo, ya que permite el desarrollo de su bienestar emocional. En un segundo plano la población manifestó que el factor físico es determinante y en tercer lugar lo económico.
- La revisión de vida es un elemento de valor terapéutico ya que permite reforzar la propia identidad, evaluar los acontecimientos vividos según su importancia. A nivel social permite el mantenimiento de vínculos sociales y propician mejoras en la comunicación con grupos de iguales, como observamos en el grupo estudiado.

## 4.2 RECOMENDACIONES

- Recomendamos a la Universidad de San Carlos, específicamente a la Escuela de Ciencias Psicológicas incluir dentro del pensum de estudio alternativas terapéuticas que ayuden a enriquecer la preparación y formación de los egresados del área de salud, sobre todo en el tema de la vejez.
- A la sociedad y/o a instituciones educativas a crear espacios de inclusión para el adulto mayor, donde puedan tener acceso a la recreación y a la vez se les permita aportar sus experiencias a la juventud, todo ello con la finalidad de elevar el auto-estima, la socialización del anciano y el desarrollo de sentimientos positivos hacia sí mismo.
- Proporcionarle al adulto mayor que asiste al CAMIP 3 ZUNIL más herramientas, para educarlo y ayudarlo a enfrentar momentos difíciles que no pudieron cambiar, que la relación con otros adultos mayores les permita estar en paz consigo mismos y con los demás, sobre todo crear en la persona un auto-estima elevada y fortalecer la salud mental para que la misma se refleje en esta etapa de la vida.
- Realizar más investigaciones del adulto mayor que asisten al CAMIP o a otros centros de atención, con el fin de brindar una perspectiva diferente, en donde se realicen esfuerzos por atender las diversas necesidades de este sector de la población, haciendo énfasis en la inclusión de la familia, para permitirle un desarrollo más integral.

- Se recomienda al Instituto Guatemalteco de Seguridad Social reforzar sus talleres y sus charlas educativas, con el objetivo que vayan encaminados a apoyar el fortalecimiento y aceptación de esta etapa de vida, que lleva consigo múltiples cambios físicos y sociales. Reforzar por medio de programas que incluyan la revisión de vida como elemento terapéutico para poder dirigir su vida a la plenitud y aceptación.



## BIBLIOGRAFÍA

- Amescua, J. **Depresión en la Vejez: diferencia entre ancianos urbanos y rurales.** México, 1995. Pág.423.
- Belsky, Janet K. **Psicología del envejecimiento.** Editorial Masson. Traducción Dra. Bibiana Lienas Massot S.A. Costa Rica, 1996. Pág.379.
- Butler R. **La revisión de vida, una interpretación de la reminiscencia de la edad.** Editorial Anagrama. España, 1993. Pág.215.
- Castro Salas, Manuel. **Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia.** Ciencia y Enfermería de Chile. Chile, 2009. Pág.63.
- Conde Salas, JL. **Vivir la vejez positivamente.** Universidad de Barcelona. España, 2001. Pág.236.
- Corporación de Investigación, Estudio y Desarrollo de la Seguridad Social. **Los Desafíos Actuales del Adulto Mayor.** Universidad Católica de Chile, Facultad de Medicina. Chile, 2004. Pág.303.
- DiCaprio. **Teorías de la Personalidad.** Editorial Mc-Graw-hill.México, 1985. Pág.467.
- Erikson, E. **La adultez.** Fondo de Cultura Económica. México, 1986. Pág.354.

- Hans Thomae, UrsulaLehr. **Psicología de la Senectud.** La personalidad y el envejecimiento. Editorial S.L. Traducción Constantino Ruiz-Garrido. España-Barcelona, 2003. Pág.493.
- Herrera Rubio, Ramona. **Aspectos psicosociales del envejecimiento, vejes con Éxito y estilos de vida.** Editorial Granada, Fundación Universitaria Iberoamericana. México, 2004. Pág.264.
- L'Écuyer, R. **El concepto de sí mismo.** Editorial Oikos-Tau. España-Barcelona, 1985. Pág.171.
- Modulo I: **Tendencias en Salud Publica: Salud Familiar y Comunitaria Y Promoción.** Editorial La Serena. México, 2006. Pág.567.
- Molho, E. **Autoconcepto, depresión y revisión de vida en el período de jubilación.** Editorial Sol. México, 1999. Pág.167.
- Molina Silvia. **Aspectos Psicosociales del adulto mayor.** Editorial Universidad Nacional de Lanús. Argentina, 2004. Pág.136.
- Morales Martínez, Fernando, **Geriatría y Gerontología.** Editorial Universidad Estatal a Distancia. Costa Rica, 2007. Pág.209.
- Motlis, J. **El dado de la vejez y sus seis caras.** Editorial Altalena. España, 1985. Pág.258.

- Palarea, Pascual. **Determinantes Psicosociales de la Salud Mental en la Población Anciana.** Editorial Intersalud, México, 2002. Pág.486.
- Papila, D. **Desarrollo Humano** Editorial Mc Graw-Hill Pardo G. México, 2001. Pág.812.
- Peachey, N. **Ayudando a la persona de edad avanzada; resolviendo la integridad vrs. la desesperación.** Editorial Base. México, 1992. Pág.384.
- Rennemark, M. y Hagberg, B. **Patrones de redes sociales entre las personas mayores en relación con su historia de vida, Envejecimiento y salud mental.** Editorial Sol. México, 1997. Pág. 46.
- Rogers, Carl. **Teoría de la Personalidad.** Editorial Mc Graw-Hill. México, 1992. Pág.140.
- Salvarezza, L. **Psicogeriatría Teoría y Clínica.** Editorial Paidós. México, 1998. Pág.484.

## **ANEXOS**



Universidad De San Carlos de Guatemala  
 Centro Universitario Metropolitano  
 Escuela de Ciencias Psicológicas  
 Centro de Investigación en Psicológica –CIEPS- “Mayra Gutiérrez”  
 Investigadoras: María José Hernández y Mayra Pos.

**ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA  
 REVISION DE VIDA Y EL IMPACTO EN EL AUTO-CONCEPTO DEL ADULTO  
 MAYOR**

**Datos Generales:**

Género: F  M  Rango de Edad: 60-65  65-70

**Instrucciones:** Responda de forma personal las siguientes preguntas, no hay respuesta correcta o incorrecta.

1) ¿Realiza usted con frecuencia una revisión de los acontecimientos ocurridos en su vida?

Sí

No

¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

2) ¿Cómo se percibe usted en la actualidad?

---

---

---

---

---

---

---

---

3) ¿Qué expectativas de vida tiene?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

4) ¿En su mayoría y/o con frecuencia piensa en los momentos positivos que han sucedido a lo largo de su vida?

Sí  No

¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

5) ¿En su mayoría y/o con frecuencia piensa en los momentos negativos que han sucedido a lo largo de su vida?

Sí  No

¿Porque?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

6) ¿Considera usted que ha tenido una vida plena?

Sí

No

¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

7) ¿En qué factores de su vida debe prestar mayor atención?

Familiar

Social

Físico

Económico

¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

8) ¿Qué factores considera contribuyen a su bienestar actual?

Familiar

Social

Físico

Económico

¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

9) ¿Qué le gustaría experimentar de nuevo en su vida?

¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

10) ¿Qué acontecimiento cree usted que tuvo un mayor impacto en su vida?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACION.**





Universidad De San Carlos de Guatemala  
Centro Universitario Metropolitano  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Centro de Investigación en Psicológica –CIEPS- “Mayra Gutiérrez”  
Investigadoras: María José Hernández y Mayra Pos.

### **ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG**

**Instrucciones:**

A continuación encontrará una lista de Afirmaciones en torno a los sentimientos o pensamientos que tiene sobre usted. Marque con a X la respuesta que más lo identifica.

<b>PREGUNTA</b>	<b>MUY CIERTO</b>	<b>DE ACUERDO</b>	<b>EN DESACUERDO</b>	<b>MUY EN DESACUERDO</b>
Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
Creo que tengo un buen número de cualidades				
En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a				
Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a de mí.				
Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a.				
Desearía valorarme más a mí mismo/a.				
A veces me siento verdaderamente inútil.				
A veces pienso que no soy bueno/a para nada.				