

Reaprendiendo el amor a la vida: Estudio fenomenológico en beneficiarios del Centro del Adulto Mayor de EsSalud-Huaraz”

Magali Nancy Camino Sánchez¹
Sebastián Bustamante Edquén²

Camino S., Magali Nancy; Bustamante E., Sebastián. Reaprendiendo el amor a la vida: Estudio fenomenológico en beneficiarios del Centro del Adulto Mayor de EsSalud-Huaraz. Revista Peruana Enferm. investig. desarro. 2004 Enero–julio 6(1):9-17

El propósito del presente estudio cualitativo fenomenológico fue interpretar la vivencia de ser adulto mayor. Se entrevistaron a diez adultos mayores de ambos sexos, que asisten regularmente al Centro del Adulto Mayor (CAM) ESSALUD – Huaraz. Las categorías que emergieron del estudio fueron: Ajuste témporo–espacial en la vida familiar, percepción de soledad, percepción de fuerza/ vitalidad, articulando pasado, presente y futuro, modulando la socialización familiar–social, reafirmando el compromiso familiar – social y reaprendiendo el amor a la vida. Estas categorías permiten aproximarnos a la percepción que tienen las personas acerca de cómo vivencian la etapa de adulto mayor, con la finalidad de tener en cuenta dichas percepciones en el momento de crear programas de atención de Enfermería, lo cual permitirá mejorar las prestaciones de salud que se dan día a día a este grupo poblacional.

Palabras clave: Adulto mayor, fenomenología

Introducción

En el Perú, pese a que la población, predominantemente, es joven, se viene produciendo un paulatino proceso de envejecimiento que, en el contexto de países de América Latina y el Caribe, equivale a un nivel intermedio. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática, para el año 1999, el volumen de la población adulta mayor era de 796 mil 300 personas, dicha cifra se incrementó a 1 millón 848 mil 330 personas en el año 2000 (7, 2 % de la población total), se estima que para el año 2025 este número ascienda a 4 millones 479 mil, lo que constituiría el 12, 6 % de la población total, estas tendencias demográficas tendrán efectos sobre todas las áreas y dimensiones del desarrollo de nuestro país, haciéndose, pues, imperiosa la necesidad de reformular los planes y programas que orientan la prestación de servicios de salud que, en la actualidad no se encuentran preparados para hacer frente a

las múltiples necesidades que traen consigo nuestros adultos mayores.

Durante la trayectoria de la investigadora como enfermera, ha desarrollado empatía por este grupo poblacional, con los cuales ha realizado diversas actividades asistenciales, preventivo-promocionales y recreativas, en este interactuar constante es que surgió la inquietud de saber qué es para una persona llegar a ser adulto mayor, esto con la finalidad de identificar aspectos vivenciales y ayudar a promover un mayor acercamiento con los usuarios que atendemos, con lo cual tenderemos a lograr una atención más personalizada y humana.

Muchas veces como enfermeras sólo vemos, desde nuestra óptica profesional las dolencias de nuestros usuarios, casi nunca nos ponemos “en los zapatos del otro”, por tanto la Enfermera como administradora del cuidado holístico del ser humano, debe incluir además de los aspectos clínicos y biológicos, uno, que

¹ Enfermera, Magíster en Salud Pública de la Escuela de Postgrado de la Universidad Santiago Antunez de Manolo- Huaraz.

² Doctor en Enfermería, Profesor Principal de la Facultad de Enfermería y de la Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional de Trujillo. E-mail: edquen@zipmail.com

a menudo se soslaya, constituido por la vivencia misma del ser humano, referido por él mismo, lo cual unido a la experiencia profesional y el conocimiento devendrá en brindar una mejor atención.

Abordaje Metodológico

El estudio se realizó en adultos mayores, que asisten regularmente al Centro del Adulto Mayor de ESSALUD – Huaraz, donde comparten actividades recreativas, educativas y productivas. Los datos se obtuvieron a través de las entrevistas que se aplicaron a los adultos mayores que accedieron voluntariamente participar en el estudio, durante los meses de Agosto a Noviembre del 2002.

Una vez identificadas las unidades de estudio se procedió de acuerdo a la metodología adoptada, se interrogó acerca de las vivencias, en relación al significado de ser adulto mayor, considerándose colaboradores a aquellos que respondían afirmativamente a la pregunta de rigor: ¿Qué es para usted vivir la etapa de adulto mayor?.

La vertiente de fenómeno situado es una modalidad de la investigación cualitativa fenomenológica, cuyo objetivo es buscar la esencia del fenómeno que debe mostrarse a través de las descripciones de los discursos de los colaboradores (Muñoz, 1993). En el presente estudio la esencia de la estructura del fenómeno fue la vivencia del ser humano frente a la tercera edad.

Un total de 10 colaboradores constituyeron los sujetos del estudio, personas que asisten y participan de todas las actividades que se realizan en el Centro del Adulto Mayor de ESSalud- Huaraz.

Es así como en el presente estudio, emergieron las siguientes categorías: Ajuste témporo-espacial en la vida familiar, percepción de soledad, percepción de fuerza/vitalidad, articulando pasado, presente y futuro, modulando la socialización familiar-social, reafirmando el compromiso familiar – social y reaprendiendo el amor a la vida.

Resultados y discusión

El envejecimiento es un proceso individual de adaptación a condiciones cambiantes, provenientes del propio organismo, del medio social o de ambos, envejecer es un fenómeno natural, inherente a nuestra finitud biológica, sin embargo son las características de la sociedad las que condicionan tanto el promedio de años de sus habitantes como la calidad de vida durante los años de vejez.

Esta calidad de vida o nivel de bienestar se logra cuando el adulto mayor es capaz de enfrentar los cambios que ocurren en su estructura biológica y en su ámbito social, con un grado de adaptación adecuado que conlleve a la satisfacción personal; por lo tanto al realizar un análisis de este fenómeno no podemos circunscribirnos solo al aspecto biológico, nuestro abordaje tiene que ser holístico para comprender cómo el envejecimiento condiciona la calidad de vida de las personas.

Las siguientes proposiciones nos indican la esencia del fenómeno que significa ser adulto mayor, esto se logró relacionando las diferentes unidades de significado extraídas de los discursos muestrales, en los cuales se buscaron convergencias, divergencias e idiosincrasias o individualidades, llegando de esta manera a determinar generalidades o categorías presentadas en el cuadro nomotético que permitió la comprensión del fenómeno estudiado.

Ajuste témporo – espacial en la vida cotidiana

A través de estas categorías se puede percibir un sentimiento común de resignación de los colaboradores con respecto a la tercera edad.

Es dejar de trabajar, sentirse diferente, ya no activa. Me dedico a mi hogar con toda tranquilidad ya no estoy pensando que la hora pasa. Al principio me sentía extraña, ahora uno tiene que resignarse.

Barros (1993), manifiesta que “envejecer no es sólo una condición social, sino también un proceso individual, cada individuo es artífice de su destino personal, puesto que elabora una forma peculiar de pensar, sentir y actuar su vejez dentro del marco de referencia definido por la sociedad”.

En un estudio realizado en adultos mayores (Universidad de Chile, 1991), la mayoría de ellos concibe su propio envejecimiento como un proceso natural de cambio que debe aceptarse con resignación y ante los cuales es necesario adaptarse.

Las narrativas siguientes:

Siento alivio por tener más tiempo, por ejemplo para asistir al Centro del Adulto Mayor. Considero que es una etapa bonita porque tiene más tiempo libre para realizar otras actividades

Nos resaltan un aspecto importante que se debe tener en cuenta, cual es, el tiempo libre con que cuenta la mayoría de adultos mayores, cuando este tiempo libre es aprovechado positivamente surge en el adulto mayor una serie de satisfacciones personales de lo contrario puede perjudicar la salud física y mental del individuo, pues el aburrimiento, el no saber qué hacer, lo hará más sedentario y lo conducirán a un sentimiento de inutilidad. De ahí que sea necesario, no estancarse y seguir creando, pues el “hombre para sentirse satisfecho debe interesarse en lo que ocurre en el mundo, tener un conjunto de actividades que realizar y un propósito o proyecto de vida que cumplir” (Newman, 1984).

A medida que las personas envejecen se retiran del mercado de trabajo, ello ocurre porque así lo establece la ley, por las fuertes presiones sociales y por la discriminación de la que son objeto, en una sociedad donde predomina una forma de organización cuya meta fundamental es la producción de bienes y servicios, el trabajo aparece como el medio por excelencia para ganar el respeto por los demás y cimentar la autoestima, existe un modelo cultural que valoriza al hombre por sus logros

y efectividad en la esfera económica, ocurre pues que retirarse de la actividad laboral es culturalmente sinónimo de “no hacer nada” y que esto quiere decir “no ser nadie” socialmente, de ahí, se deriva la falsa percepción de que los adultos mayores son inútiles y faltos de identidad social.

Percepción de soledad

Según Anzola (1993), al llegar a la edad avanzada el ser humano puede presentar sentimientos de pérdida, vacío, soledad y no porque sea él, quien se aísla, sino por la actitud negativa de la sociedad hacia la edad avanzada, lo que puede producir estado de crisis, cambios en su estilo de vida, entre otros. Lo que es reflejado en la siguiente narrativa:

Uno no tiene con quien conversar, lo que me causa ansiedad y depresión. Desde que enviudé me veo sola no tengo con quien compartir mis penas y alegrías.

En Gerontología se habla mucho de la soledad de los adultos mayores, se llega a considerar incluso, la soledad como uno de los principales problemas de la vejez, que conlleva a un empobrecimiento de la calidad de sus relaciones sociales ocasionando la reducción de experiencias vitales con los suyos, sin embargo es necesario analizar un poco más el fenómeno de la soledad dentro de nuestra sociedad, que ha tenido que pagar un alto precio por los procesos de industrialización, tecnificación y globalización, pues para aumentar la producción y la riqueza ha sido necesario aceptar los criterios de una extrema división del trabajo, la antigua estructura social se ha ido esfumando lentamente, convirtiéndonos en agregados humanos sin relaciones primarias, hemos dejado de ser personas lugareñas, vecinos de barrio con amplias relaciones de parentesco, fidelidad y amistad para convertirnos en anónimos trabajadores que se identifican por su labor o su rendimiento económico, en tal sentido nuestra suerte depende exclusivamente de la relación laboral y económica con la sociedad que en cierto modo ha reemplazado a nuestras

familias y aquellos que no están “protegidos” bajo este sistema, como es el caso de los adultos mayores, quedan al olvido o pasan a ser un “problema social”, acentuándose de esta manera los sentimientos de soledad y abandono, (Romieux 1998).

Percepción de fuerza/vitalidad

Dentro de esta categoría las unidades de significado se refieren a la percepción que tuvieron los colaboradores en cuanto a su estado de salud, fuerza física y vitalidad al llegar a la tercera edad, la mayoría de los adultos mayores coincidieron en señalar un declive en cuanto a la vitalidad física, como podemos observar en las siguientes unidades:

Hay diferencias en mi salud, ya no es juventud, siempre duele algo. Ya no me muestro activa. Estoy más pesada ya no es como cuando era joven, el cuerpo ya no permite hacer las cosas que hacía antes.

A medida que las personas envejecen aumenta en forma gradual el riesgo de enfermarse y de tener dificultades funcionales motoras y sensoriales entre otras. Los individuos se sienten más fatigados y lentos, (Newman, 1984)

En torno a los cambios biológicos mencionados se configuró el llamado “modelo médico tradicional”, que concibe la vejez en términos de déficit y de involución, acentuando con ello la percepción de que se trata de un proceso degenerativo, lo cual constituye una verdad a medias, si bien es cierto que el organismo humano experimenta el desgaste consustancial a la finitud de los seres vivos, esta disminución no significa necesariamente déficit, ya que el organismo funciona con niveles variados de superávit o de reserva y lo que es más importante existe la posibilidad de intervenir para atenuar y contrarrestar los efectos de tal desgaste sobre la capacidad de los individuos de seguir desempeñando por sí mismos sus actividades cotidianas, lo que fue rescatado por la Organización Panamericana de Salud al definir el estado de salud de los que envejecen no en

términos de déficit sino de mantenimiento de la capacidad funcional .

En la siguiente narrativa de esta misma categoría:

Me percibo joven en comparación con mis amigos, no me siento acabado. Considero que llegar a tener más de 60 años no tiene mucho interés, siento como si tuviese menos edad.

Aquí la percepción de los colaboradores, es una percepción positiva, acerca del fenómeno de ser adulto mayor, esto se contrapone a la ideología del “viejismo” que prevalece en muchas sociedades y que considera a la vejez como una etapa de decadencia física y mental y proyecta sobre los adultos mayores una imagen de discapacidad, inutilidad social, obsolescencia y rigidez. Aunque estas ideas son objetivamente falsas, se las cree verdaderas por el solo hecho de que forman parte de nuestra cultura, llegándose al extremo de denigrar y descalificar la vejez y desvalorizar al adulto mayor discriminándolos y marginándolos del quehacer colectivo, esto repercute sobre ellos que al hacer suyas las ideas mencionadas acaban por percibirse a sí mismos es esos términos, de ahí que acepten su deterioro como algo fatal y tiendan a adoptar una actitud de resignación y apatía frente a lo que acontece, inhibiendo así cualquier iniciativa de superación.

Articulando pasado, presente y futuro

Dentro de las unidades que conforman esta categoría, se percibe que a pesar de que los colaboradores viven recordando el pasado, ello no impide que puedan vivir el presente y proyectarse hacia el futuro, como se puede observar en la unidad:

Evoco el pasado, pero ... tengo ganas de seguir haciendo las cosas. Esta es una etapa de más seriedad.

El pasado es un recurso natural de la persona que ha tenido una larga vida de experiencias variadas, que se convierte en algo positivo cuando los adultos mayores muestran

la capacidad para valerse de su vida pasada a fin de darle más valor a su vejez.

Cuando mostramos interés por el pasado del adulto mayor, podemos ayudarlo de varias formas; el proceso de hablar acerca de su pasado con otra persona le permite ser más objetivo, le permite retroceder y mirar con nuevos ojos las experiencias que han estado cercanas a él. Parte de la desilusión y el resentimiento que pueden haber influido en su punto de vista acerca de su pasado puede llevar a cabo no sólo a una evaluación más positiva del pasado sino también a una actitud confiada hacia el presente y el futuro. Tal como es dicho por Viguera (2001): *“No existe una restricción de edad para volverse hacia el pasado en busca de ayuda para enfrentarse a los retos del presente y del futuro, parte del aparente uso excesivo del pasado mostrado por ciertos adultos mayores, se relaciona con la reducida oportunidad que se les presenta de compartir sus experiencias con todos, así como los escasos estímulos y oportunidades que se les presenta en el ambiente actual”*.

Modulando la socialización

Al analizar las unidades podemos apreciar el efecto positivo que tiene sobre el bienestar de los colaboradores el hecho de participar en las actividades del Centro del Adulto Mayor, como lo muestran las siguientes narrativas:

En el CAM (Centro del Adulto Mayor) ya no estás solo, se tiene compañía. Desde que asisto al CAM, estoy mejor, gracias a los ejercicios ha mejorado mi artritis

La vejez, puede ser muy bien una etapa productiva, llena de nuevas y variadas oportunidades donde el adulto mayor pueda desarrollar diversas capacidades dentro de un grupo social al que pertenece, el interactuar con otras personas que de una u otra forma comparten las mismas características, genera dentro de ellas sentimientos y estados de ánimo positivos, pues ya no se sienten “solos”, sino que comparten con sus compañeros los problemas que suelen aquejarlos, encontrando

un soporte bastante importante para poder vivir el presente y enfrentar el futuro con más proactividad.

Así mismo es importante señalar el efecto benéfico que tiene sentirse parte de una familia:

El hecho de estar con mi familia hace que me encuentre tranquilo

La familia actúa como agente ideológico que transmite y perpetúa las acciones y normas sociales, por lo tanto juega un papel importante en la transmisión de las actitudes que se deben adoptar frente a la tercera edad.

Rearfirmando el compromiso familiar y social

Esta categoría agrupa las manifestaciones de los colaboradores que se relacionan con las percepciones que tienen acerca de la satisfacción que significa para ellos el hecho de haber conseguido logros, tanto con sus hijos como con ellos mismos.

Me siento bien, como cuando era joven, porque todavía soy útil a la sociedad, además está la satisfacción de que todos mis hijos son profesionales

A través de lo manifestado por el colaborador, podemos rescatar la importancia que tiene para todas las personas, pero sobre todo para los adultos mayores, el hecho de seguir siendo útiles a la sociedad y de haber logrado ciertas metas y propósitos durante su vida, que conducen a la autorrealización que consiste en el desarrollo integral de las posibilidades personales.

Algunas necesidades son fundamentales para la realización humana, si no las satisfacemos, existe el riesgo de sentirnos vacíos o incompletos, la esencia de estas necesidades se puede sintetizar en la frase “Vivir, amar, aprender, dejar un legado”. Vivir es nuestra necesidad física en lo que respecta a alimentos, vestimenta, vivienda, bienestar económico y salud. Amar es nuestra necesidad social de relacionarnos con los demás, amar y ser amados. Aprender es nuestra necesidad

mental de desarrollarnos y crecer, por último la necesidad de dejar un legado equivale a la necesidad espiritual de poseer un sentido del significado, el propósito, la coherencia personal y la contribución” (Covey, 1999) que en este caso estaría representado por el legado profesional que los colaboradores manifiestan haber dejado para sus hijos, hecho que los hace sentirse realizados.

Reaprendiendo el amor a la vida

A través de esta categoría podemos apreciar las ganas de seguir aprendiendo, el agradecimiento a Dios, y los sentimientos de alegría y felicidad, tal como podemos mostrar en las unidades

Hay tranquilidad, resignado, sin mayores preocupaciones, los cambios en mis hábitos los asumo con hidalguía. Siento deseos de aprender y enseñar más.

“Envejecer no tiene porque ser sinónimo de estancamiento y aislamiento, puesto que es posible seguir desarrollando las propias potencialidades y comprometiéndose con la vida. Es decir, debe mantenerse una función generativa, por un lado producir, crear y por otro, relacionarse con los demás y sentirse responsable por ellos”(Erikson, 1985).

Esta categoría tiene mucha relación con el concepto del homo amans, que manifiesta que el enriquecimiento del sentido de nuestra vida se da mediante el amor a la vida, vale decir viviéndola como algo valioso que proporciona bienestar. Esto significa que debemos intentar descubrir la belleza de las cosas cotidianas y disfrutar al máximo los momentos de recreación y alegría, no aislarnos, querer y ser queridos, preocuparnos y responsabilizarnos por los demás.

Consideraciones finales

El análisis de las categorías obtenidas a partir del discurso de los colaboradores, nos han permitido percibir que los adultos mayores al vivenciar esta etapa realizan cambios y ajustes en cuanto al tiempo y espacio que les toca vivir para mantener un

equilibrio adecuado, surgiendo así el AJUSTE TEMPORO – ESPACIAL EN LA VIDA COTIDIANA, generalmente las personas se acostumbran a tener una rutina más o menos establecida a lo largo de su etapa laboral, encontrando al llegar a la edad adulta más tiempo libre, principalmente como producto de la jubilación o retiro de alguna actividad económica productiva, al inicio este “tiempo libre” percibido, causa un sentimiento de inutilidad; posteriormente, los adultos mayores encuentran y desarrollan actividades que llenan los espacios vacíos y pasan de tener momentos aburridos a actividades más significativas como las que encuentran en las asociaciones de adultos mayores o las que desarrollan dentro del seno familiar.

Se comprendió también que durante esta etapa de la vida, la PERCEPCIÓN DE SOLEDAD es intensa, originando muchas veces la desvinculación del adulto mayor con su entorno, pudiendo surgir a partir de estos hechos, estados patológicos que agraven más la situación de este grupo etáreo.

Percibir esta soledad, produce en los adultos mayores mucho sufrimiento, a menudo no tienen cerca a alguien con quien poder conversar y compartir las cosas que les suceden, en otras circunstancias pese a estar acompañados no logran conservar el vínculo comunicativo debido a las diferencias intergeneracionales que actúan como barrera entre ellos y su familia, todo esto hace muchas veces que se sientan como “extraños”, en espacios que anteriormente les eran familiares.

Los adultos mayores de este estudio manifestaron haber sufrido cambios en cuanto a la PERCEPCIÓN DE FUERZA / VITALIDAD, referido al aspecto físico, cambios que inicialmente son asumidos con cierto negativismo y se podría decir hasta con cierta ira, posteriormente como un mecanismo de defensa, se produce una etapa de aceptación en la cual los adultos mayores se perciben incluso con menos edad, con más vitalidad, resignados ante el hecho de estar envejeciendo.

La percepción que ellos tienen de sí mismos, depende mucho del entorno en el que se desenvuelven, del cariño de la familia y del apoyo de la red social, éste último sobre todo juega un papel importante en los sentimientos de valía que tiene el adulto mayor, si la red social proyecta conductas de aceptación hacia este grupo etéreo y lo ve como una forma natural a la cual todos llegaremos, se logrará un mejor afrontamiento en esta etapa, de lo contrario se propiciará aún más la relegación y el aislamiento social. Buscar el autoconocimiento y promover el cambio de comportamientos pueden propiciar una mejor calidad de vida. Es preciso que el adulto mayor comprenda el lenguaje de su cuerpo y acepte que para alcanzar la transformación y llegar a la autenticidad necesita coraje para salir de lo cotidiano haciendo cosas que puedan ayudarlo a buscar su esencia.

Los adultos mayores de este estudio han enfocado sus vivencias hacia el pasado, tal vez como una forma de compensar la falta de protagonismo que tienen en esta etapa tanto en el ámbito familiar como social, mientras que sus expectativas para el futuro se centran en permanecer lo más sanos posible, sin estar afectados por dolencias físicas ni por carencias materiales, surgiendo así la categoría: ARTICULANDO PASADO, PRESENTE Y FUTURO.

La categoría MODULANDO LA SOCIALIZACION, surgió del análisis de los discursos donde los adultos mayores manifiestan, que asistiendo al Centro del Adulto Mayor se sienten menos solitarios, piensan de manera más positiva y tienen un mejor afrontamiento con respecto a esta etapa, a pesar de que nuestras redes sociales no funcionan todavía de manera adecuada, se constituyen de alguna manera en soportes sobre los cuales los adultos mayores pueden seguir realizando actividades productivas, que combinan con la parte recreativa, curativa y educativa; es importante también volver a mencionar el papel fundamental que tiene la

familia para el logro de un mejor nivel de vida en este grupo etéreo.

REAFIRMANDO EL COMPROMISO FAMILIAR Y SOCIAL, es una categoría que habla acerca de las conquistas personales, familiares y sociales que los adultos mayores manifestaron haber logrado a lo largo de las diferentes etapas de sus vidas, estos hechos los llevan a sentirse satisfechos consigo mismos y a seguir reafirmando el compromiso que tienen con sus familias y con la sociedad. Los sentimientos de utilidad que perciben, los llenan de profunda satisfacción y los impulsan a seguir adelante, mirando el futuro con más alegría y optimismo.

Durante el trayecto de vida que nos toca atravesar como seres humanos existen etapas en las que el aprendizaje se hace más ávido y constante, no significando este hecho que al llegar a adultos mayores los seres humanos no tengamos nada que aprender, todo lo contrario, las mismas situaciones cambiantes hacen que busquemos nuevas formas de enfrentar los retos que impone la realidad, los adultos mayores de este estudio manifestaron que al principio de esta etapa sentían en cierta forma que todo estaba acabado, que ya no había nada que hacer, sólo esperar la muerte, sin embargo, ellos manifiestan que poco a poco van surgiendo nuevas motivaciones para vivir, deseos de seguir aprendiendo, sobre todo de seguir REAPRENDIENDO EL AMOR A LA VIDA, esta categoría refleja la percepción que tienen los colaboradores frente a la alegría que significa seguir viviendo y que el hecho de tener 60 o más años no significa que todo ha acabado, por el contrario, cada día significa un nuevo comenzar, un aprender y reaprender permanente.

Las aproximaciones conceptuales antes referidas, nos acercan a comprender el significado que encierra el ser adulto mayor, en base al análisis de todos los discursos que ellos nos han referido, pues nos hemos adentrado al mundo-vida de nuestros colaboradores.

Realizar esta investigación, ha sido muy enriquecedora en el ámbito personal y profesional de la investigadora, ya que ha permitido apreciar la individualidad del ser humano, comprender su verdadera esencia y percibirlo holísticamente; es también una experiencia única e irrepetible, para acercarse a la esencia humana.

Es importante señalar que con el incremento de la edad la persona no se torna más homogénea, sino todo lo contrario, por lo tanto, es una paradoja cuando hablamos de los adultos mayores como un grupo homogéneo, cuando precisamente las diferencias entre estas personas se van haciendo más marcadas a medida que van progresando en edad; es por ello que el desafío está en diseñar programas tomando en cuenta con mayor precisión el grado de individualidad de los adultos mayores, pues existe un hecho controvertible pero cierto y es que a veces el lenguaje de la oferta de servicios no coincide con el lenguaje de la demanda, es decir a veces damos a las personas lo que nosotros sabemos dar, pero no lo que las personas necesitan.

Se hace necesario también analizar el nivel de vida de los adultos mayores, no sólo desde el punto de vista de las condiciones del entorno, pues existe una influencia notable de los prejuicios, de la cultura, del reloj social y de cómo percibe el adulto mayor esta etapa, que sin duda influyen en el logro de un nivel de vida adecuado.

El reto que se nos presenta en el presente siglo es el aumento progresivo de la población mayor de 60 años, es el personal de enfermería el que está más directamente involucrado en brindar servicios de atención tanto asistenciales como preventivos, en tal sentido una de las formas de lograr que nuestros cuidados sean más humanizados e individuales, es tomar en cuenta los resultados de investigaciones cualitativas como ésta, que en mi opinión se constituyen como el método más apropiado para poder conocer las vivencias de las personas que transitan por esta etapa de la vida.

Frente a estas manifestaciones la fenomenología ha facilitado comprender algunas facetas de las personas que están atravesando por la etapa del adulto mayor, así mismo abre un espacio para poder realizar algunas reflexiones necesarias para comprender aspectos relativos a esta etapa.

Referencias Bibliográficas

- Anzola, E. (1993). *Enfermería Gerontológica*. Washington. Serie PALTEX. OPS.
- Anzola, E. (1997) *La Atención de los Ancianos un desafío para los años noventa*. Washington: OPS.
- Bustamante, S. (2001). *La Fenomenología como vertiente metodológica*. Huaraz. Impreso. Huaraz: Escuela de Postgrado Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo.
- Covey, S. (2001). *Primero Lo Primero*. Madrid: PAIDOS.
- Ericsson, E. (1985). *El ciclo vital completado*. Buenos Aires: PAIDOS.
- Hegel, G. (1995) *Fenomenología del Espíritu*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Kinsella, K. (1994) *La atención de los ancianos: Un desafío para los años 90*. Washington: OPS.
- Lopez, C. (2000) *Enseñar a pensar desde la Fenomenología*. www.iva.upf.es/formats/formats3/cat_ehtm. accesado: 12, julio, 2003.
- Martins y Bicudo (1989). *A pesquisa qualitativa em psicologia: Fundamentos e recursos básicos*. Sao Paulo: Moraes.
- MINISTERIO DE PROMOCION DE LA MUJER Y DEL DEDSARROLLO HUMANO. (2002) *Lineamientos de Política Para las Personas Adultas Mayores*. Lima: Promoción de la Mujer y Des. Hum.
- Neuman, B.(1984) *El desarrollo a través de la vida*. Illinois: The Dorsey Press.

Ortiz de la Huerta, D. (2001) *Aspectos Sociales del Envejecimiento*. [http:// aspectos sociales del envejecimiento.htm](http://aspectos-sociales-del-envejecimiento.htm). Accesado: Julio 10 de 2003.

Romieux M (1998). *La Antropología y la Gerontología Social*. Santiago de Chile: Revista de Antropología de la Universidad de Chile

Viguera V(2001). *Prejuicios, mitos e ideas erróneas acerca del envejecimiento y la vejez*. Cali: Hospital Geriátrico San Miguel.