

## ESPIRITUALIDAD EN EL ADULTO MAYOR

### ¿POR QUÉ VALORAR LA ESPIRITUALIDAD EN LA VEJEZ?

AUTORES: Dra.: KOHAN ADELA BEATRIZ  
Dr. TORASSA JAVIER  
Dra.: FOTEA LILIANA ESTELA

En nuestra práctica cotidiana valoramos al anciano como una unidad bio-psico-social y funcional. Este es un abordaje ambliope o ciclope, y muy parcial del problema.

¿Por qué no incluir en esta valoración, la dimensión espiritual?

De este modo evitaríamos el enfoque minimizante, estrecho, mecanicista y elementalista por otro, integral, holístico, totalizador y mucho más abarcativo, que evitaría “cosificar” el vínculo médico-paciente, y así poder reconocerse mutuamente como seres humanos.

Un enfoque globalizador, y holístico, aunque este último término tenga mala prensa entre los médicos, capta al ser humano como una totalidad, íntegra.

Es importante que el médico capte tribulaciones del paciente, sentimientos de desesperanza.

Debemos destacar, que poco comprenderemos de la espiritualidad de los hombres si no tenemos conciencia de nuestra propia espiritualidad.

Debemos conocer nuestras creencias, sensibilidades problemáticas para entender al interlocutor.

**“Como el agua refleja un rostro, un corazón responde a otro”. Proverbios 27:1**

Ser persona es ser portador de valores, sentimientos, ideales....

Estamos en el umbral de una nueva medicina en la que el cuerpo y el espíritu vibrarán en completa armonía, eliminando la enfermedad.

Espiritualidad del alma, es igual a perfección, propiedad o atributo esencial del alma humana, por lo cual es espíritu que se contrapone a lo material.

Este es el significado filosófico o psicológico de espiritualidad.

**El espíritu humano asciende a lo alto, el espíritu de la bestia desciende hacia la tierra.**

**Esclasiates 3 :21**

Para fines prácticos en el presente trabajo usaremos como sinónimos, alma y/o espiritualidad.

Alma es el modo de ser y comunicarse consigo mismo y con el mundo, y en nuestro saber es sinónimo de mente y espíritu.

Espiritualidad en su sentido más estricto, es una facultad del ser humano de llevar al consciente las funciones que condicionan su trabajo desde el subconsciente, traerlo a la conciencia y autofacultarse para el objetivo a cumplir.

Espiritualidad en el hombre es 1. Personal

2. Social

3. Inteligencia adaptativa al medio

4. Modo de actuar frente a situaciones vitales trascendentes.

Según algunos autores:

HEGEL: realiza tres aportes Lógica

Filosofía de la naturaleza

Filosofía del espíritu

Distingue “el espíritu absoluto”  
Idea de lo bello  
El ideal en su determinación y singularidad.  
Los distintos artes.

Nartog”En el principio estaba la función creadora, la única por la cual el hombre se a estructurado a sí mismo y por la que impone a su mundo el sello de su espíritu de manera perfectamente uniforme. La base creadora de tal acción es aquella ley antigua que siempre se designa como la del logos, la razón.

M. Scheelen Habla de los valores éticos fundamentales iguales lo bueno, lo noble, lo placentero, la pereza. Valores éticos destacados igual la verdad, la honradez, el valor, la confianza, la fidelidad, el dominio propio, la justicia, el amor al prójimo la veracidad, la humildad y sabiduría.

Walter Patheman: Mientras la razón está al servicio de lo útil, el alma que no piensa sino que contempla, tiene una sensibilidad instintiva para lo esencial.

Miguel de Unamuno expresa”El más trágico de todos los deberes de la filosofía es fundir las necesidades del pensar, con las necesidades del alma.”

Karl Jaspers:”yo como ser, soy en la raíz distinto de todo ser de las cosas, porque puedo decir ...yo soy”, una necesidad vital, es decir un recurso para segregar la ansiedad espiritual de la vida.

Hemos encontrado en artículos publicados por el National Cancer Institut donde se hace referencia a como el bienestar espiritual, y religioso por medio de la fe, plegaria, la meditación, las creencias sobre la vida y la muerte conducen a una mejor calidad de vida, pues genera: menos ansiedad, depresión, soledad. Mejor adaptación a los efectos de la enfermedad y su tratamiento. 1-Tranquilidad de espíritu. 2-

Menor sentimiento de vivir la experiencia en soledad. 3-Mejor capacidad para seguir disfrutando la vida 4-. Sentimiento de crecimiento 5-. Mejor respuesta inmunológica 6-. Mejor convivencia con la familia y cuidadores 7-. Mejor afrontamiento de la enfermedad y el por venir.

Donde se utilizan creencias y comportamientos religiosos se ha visto que previenen y/o alivian las consecuencias negativas de sucesos estresantes, así como facilita la resolución de problemas.

Actualmente los avances de la neurociencias ratifican la posibilidad de neurogenesis en el adulto, capacidad de cambios estructurales y dinámicos que se logran a través del entrenamiento de la mente por medio de la meditación, lo que conocemos como neuro plasticidad. Estudio que se hizo con los monges seguidores del Dalai Lama (premio Nobel de la Paz), por lo que inferimos que con la espiritualidad puede desarrollarse.

Consideramos que espiritualidad es un término muy diferenciado de religiosidad.

Se puede ser religioso sin ser espiritual, y se puede, ser espiritual sin ser religioso.

¿Cómo evaluamos la espiritualidad? Interrogando acerca de (Tomado del Instituto del Cáncer de EE.UU. y modificado por los autores del presente trabajo)

**1º denominación religiosa si la hay.**

**2º creencias y filosofía de vida.**

**3º prácticas espirituales o rituales de importancia.**

**4º uso de la espiritualidad o religión como fuente de fortaleza.**

**5º participación en una comunidad religiosa**

**6º uso de la oración y la meditación**

**7º pérdida de la fe.**

**8º conflicto entre las creencias espirituales o religiosas y los tratamientos indicados**

**9º modo en que los cuidadores del paciente deben abordar sus necesidades espirituales.**

**10º idea del sentido de muerte.**

**11º proyectos para el fin de la vida.**

Las personas pueden expresar sus necesidades espirituales, según sus tradiciones culturales y religiosas así como los médicos deberían estar preparados para dar consuelo, apoyo y ayuda, así como a los representantes de credos religiosos.

..Es por ello que debemos que incluirlo en la historia clínica del paciente, pues nos permitiera proyectar como, el paciente vive la experiencia de la misma vida, la enfermedad, la vejez y la muerte.

**“una persona debe verse a sí misma y al mundo como dos pesas igualmente equilibradas en la balanza; haciendo una buena acción inclina la balanza y trae redención y salvación a sí mismo y a todo el mundo” Maimónides. Leyes del arrepentimiento 3;4**

## BIBLIOGRAFIA

- 1) Benyacar Monty - “Lo disruptivo.” –Ed. Biblos 2003 Bs. As.
- 2) Damasio Antonio – “El error de Descartes” - Ed. Critico 2006 Barcelona.
- 3) Decortes – “Lectura de Mensajes”.
- 4) Enciclopedia Esparsa 2008.
- 5) Entrevista A. A. M. I. 2006 con Dalai Lama.
- 6) Frankl Víctor E. – “El Hombre en busca del Sentido” – Ed. Henderson 2001.
- 7) Frankl Víctor E. – “El Hombre en busca del Sentido Ultimo” - Paidos 2002, Argentina.
- 8) Kancyper L. – “Resentimiento y remordimiento estudio psicoanalítico” - Paidos 1992, Bs. As.
- 9) Kovadloff S. – “El silencio primordial” - Emece Bs. As. 1993.
- 10) Lazar Sara Hospital General de Massachussets 2007
- 11) Lazarus y Folkman Psicología de la religión y la Espiritualidad 1997
- 12) Maimónides – “Leyes del arrepentimiento”.
- 13) Winnicott D. – “La capacidad de estar solo” - Paidos Bs. As. 1958.
- 14). Biblia del pueblo de DIOS
- 15) Scheneerson M. M. – “Hacia una vida plena de sentido” - Argentina Bs.As. 1997.
- 16) Allegro – “El reduccionismo y el holismo en medicina” – Psicofarmacología 2006.
- 17) Freud S. – “Psicopatología de la vida cotidiana ” – “Tótem y Tabú” – Ed. Porteña 1994.
- 18) Levy Primo – “¿ Si es esto un hombre?” – Ed. Mila, 1985.