



Experiencias de vida que favorecen la plenitud y trascendencia del ser adulto mayor: estudio fenomenológico-hermenéutico*

Life experiences that favor the plenitude and transcendence of the elderly being: a phenomenological-hermeneutical study

Experiências de vida que favorecem a plenitude e transcendência do ser adulto idoso: estudo fenomenológico-hermenêutico

Como citar este artículo:

Guerrero-Castañeda RF, Prado ML, Menezes TMO, Galindo-Soto JA, Ojeda-Vargas MG. Life experiences that favor the plenitude and transcendence of the elderly being: a phenomenological-hermeneutical study. Rev Esc Enferm USP. 2019;53:e03476. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018029303476>

-  Raúl Fernando Guerrero-Castañeda¹
-  Marta Lenise do Prado²
-  Tânia Maria de Oliva Menezes³
-  Jonathan Alejandro Galindo-Soto¹
-  Ma. Guadalupe Ojeda-Vargas⁴

* Extraído de la tesis: "Trascendencia del ser adulto mayor: propuesta fenomenológica de enfermería", Universidad de Guanajuato, 2017.

¹ Universidad de Guanajuato, Departamento de Enfermería Clínica, Celaya, Guanajuato, México.

² Universidade Federal de Santa Catarina, Departamento de Enfermagem e Pós-Graduação em Enfermagem, Florianópolis, SC, Brasil.

³ Universidade Federal da Bahia, Escola de Enfermagem, Salvador, BA, Brasil.

⁴ Universidad de Guanajuato, Departamento de Enfermería y Obstetricia, Celaya, Guanajuato, México.

ABSTRACT

Objective: To understand the life experiences that favor the plenitude and transcendence of the elderly being. **Method:** Qualitative study of hermeneutical phenomenological approach. It was conducted from January 2014 to March 2017 in two social groups for seniors. Selection of participants was by intentional sampling with information saturation. Characteristics of participants: men or women aged 60 years and over. Data collection through a phenomenological interview. Study in compliance with the General Law of Health, Subject of Health Research and the Declaration of Helsinki. Analysis through the Heidegger's hermeneutic circle: Pre-understanding, understanding and interpretation. **Results:** Units of meaning arose. Ontologically, seniors are revealed in their historicity and temporality, emphasize fear and anguish in their daily life, and fall into a feeling of nothing with the need to be authentic that is achieved through care. This understanding of the being is transcendence, and its manifestation is enlightenment. **Conclusion:** Transcendence is favored by care in the life cycle. Nursing as a science of care can promote actions that facilitate the reach of the encounter of seniors at different stages of their lives.

DESCRIPTORS

Aged; Geriatric Nursing; Philosophy, Nursing; Hermeneutics.

Autor correspondiente:

Raúl Fernando Guerrero-Castañeda
Campus Celaya-Salvatierra
Ave. Eng. Barros Sierra, n°. 201, Esq. Ejido de
Santa María del Refugio – Baja California
CP 38140 – Celaya, Guanajuato, México.
ferxtom@hotmail.com

Recibido: 16/07/2018
Aprobado: 26/11/2018

INTRODUCCIÓN

Las políticas internacionales que abordan el envejecimiento⁽¹⁾ destacan el sostenido y profundo aumento de la población anciana a nivel mundial, la sociedad envejece en la medida del crecimiento de su población mayor de 60 años. México vive esta transición demográfica, enfrentándose al desafío de traducir el incremento de la esperanza de vida poblacional en experiencia de años vividos con calidad⁽²⁾, una política de salud mundial puede favorecer un envejecimiento activo, pleno, saludable y exitoso.

Las diferentes formas de envejecer señalan una vejez normal, sin enfermedades físicas o psicológicas inhabilitantes; la vejez patológica, con diferentes enfermedades a nivel orgánico y/o psíquico que provocan discapacidad; la vejez exitosa, con el desempeño de roles significativos en actividades que dan al adulto mayor satisfacción y sentido de su existencia⁽³⁾. Un envejecimiento pleno es un foco de estudio para el cuidado de enfermería, pues puede evocar formas de cuidado que potencialicen una vejez saludable.

El camino recorrido para tener una vejez plena y satisfactoria, mediante la exploración de factores que pueden influir en dicho proceso pueden llegar a expresar una visión general positiva respecto a su envejecimiento y la forma en cómo cada adulto mayor lo experimenta. Este camino es una forma de trascendencia cuya manifestación es la plenitud, la capacidad de comunicación, amor, gozo, disposición activa y creativa, y la elaboración de un sentido de la propia identidad, todas ellas propias del buen envejecer o de envejecimiento exitoso⁽⁴⁾.

Las experiencias de los adultos mayores pueden abonar a explorar este camino pues son una comprensión del ser humano en el mundo; es el conocimiento consecuencia de lo que observa, de lo que hace y de lo que vive en el mundo⁽⁵⁾: Eso mismo es la trascendencia, el ser mismo comprendido desde sí, se habla fenomenológicamente del ser-en-el-mundo viviendo experiencias⁽⁶⁾, éstas pueden reflejar la forma en que sus pares o adultos maduros pueden llegar al mismo fin: trascender.

La trascendencia es el fin último en la escala de necesidades⁽⁷⁾, es el punto personal culminante, más allá de la autorrealización. La logoterapia concibe la trascendencia como fuente y fin de los valores de la vida, cuando un hombre le ha encontrado "sentido" a su vida y se abre a otros mundos, incluso los espirituales⁽⁸⁾.

En enfermería se desarrolló el término autotrascendencia, a partir de trascender que es "ir más allá", una "sensación de plenitud" o bienestar y la función de enfermería es facilitar ese bienestar⁽⁹⁾, teniendo efectos directos sobre el bienestar de las personas y puede ser promovida por la enfermera a través de puntos de intervención⁽⁹⁻¹⁰⁾.

La trascendencia evoca la comprensión del ser adulto mayor en este momento de su vida y lo que se busca es ese significado que le ha permitido a lo largo de su historia lograr esa plenitud que lo hace ser quien es hoy⁽¹¹⁾, se hace viable el camino a través de la historicidad de la persona, el camino recorrido del ser adulto mayor trascendente; focalizar las características y conocer la forma en cómo se condujo

durante su historia. La fenomenología de Heidegger aborda la trascendencia como comprensión de la historicidad y temporalidad del ser, por lo que el camino a través de la fenomenología de Heidegger resulta relevante para comprender este fenómeno desde el punto de vista del adulto mayor a lo largo de su vida.

Así, la enfermera puede proponer modelos de prevención y acciones de cuidado al adulto mayor, no sólo en esta etapa sino desde las diferentes etapas de la vida, para llegar al envejecimiento pleno^(6,11). El objetivo de este estudio fue comprender las experiencias de vida que favorecen la plenitud y trascendencia del ser-adulto mayor.

MÉTODO

TIPO DE ESTUDIO

Estudio cualitativo fenomenológico-hermenéutico basado en conceptos de Martín Heidegger.

ESCENARIO

Se llevó a cabo en dos grupos de adultos mayores: centro casa día y una asociación civil de jubilados donde se reúnen cada semana, se realizó una aproximación al escenario por cuatro meses (mayo-agosto 2016), esta aproximación fue un acercamiento informal, el investigador principal se involucraba en las actividades de los adultos mayores y se llevaban a cabo conversaciones informales con la finalidad de ganar la empatía de los adultos mayores, en el centro casa día acuden adultos mayores a diversos talleres y a la asociación de jubilados tiene actividades diversas, entre ellas el cuidado de un jardín en una escuela. En ambos grupos los adultos mayores acuden para convivir y realizar actividades diversas.

CRITERIOS DE SELECCIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Los participantes fueron adultos mayores de 60 años y más, género masculino y femenino, que referían sentirse plenos en la aproximación al escenario. Se les realizaba una pregunta ¿Se siente usted pleno en esta etapa de su vida?, pues la plenitud es consecuencia de la trascendencia según la literatura revisada y resultaba ser comprensible por los participantes. Como criterios de no selección: adultos mayores que manifestaran no sentirse plenos y aquellos con dificultad para la comunicación verbal. Al responder afirmativamente se le invitaba a participar del estudio, se concretaba la entrevista fenomenológica y se le leía el consentimiento informado. Once participantes fueron seleccionados al alcanzar la saturación teórica de la información, se logró al escuchar detenidamente cada entrevista posterior a su realización y a través de la sensibilidad teórica del investigador para determinar que las unidades de significado emergentes en su convergencia proporcionaban un esquema explicativo del fenómeno. Cinco adultos mayores manifestaron plenitud más no desearon participar y quince manifestaron no sentirse plenos en la vejez. Se les asignaron nombres ficticios para cuidar el anonimato, se asignó un nombre en sánscrito.

RECOLECCIÓN DE DATOS

Se realizaron entrevistas fenomenológicas, en Casa Día se dispuso de un lugar proporcionado por el centro, un lugar cómodo para llevarlas a cabo, en el grupo de jubilados las entrevistas fueron realizadas en sus hogares a petición del grupo, dado que ellos sentían comodidad y confianza de esa manera; se les realizó una pregunta detonadora⁽¹²⁾: Platíqueme ¿qué experiencias de su vida favorecen a que hoy usted se sienta pleno en esta etapa de su vida?

La Entrevista fenomenológica es un encuentro social donde hay una conjunción de percepciones mutua a través de la empatía y la intersubjetividad⁽¹³⁻¹⁴⁾ para construir conocimiento sobre percepciones del sujeto entrevistado respecto a lo humano situado en el mundo, así “aquello que pregunta en la pregunta que se trata de desarrollar es el ser (...) aquello que se pregunta, el sentido del ser, un repertorio peculiar de conceptos (...) aquello a lo que se pregunta en la pregunta que interroga por el los entes mismos”⁽⁶⁾. Las entrevistas fueron audiograbadas y conducidas por el investigador principal, estas tuvieron una duración promedio de 70 minutos. La mínima de 50 minutos y la máxima de 2 horas 20 minutos.

ANÁLISIS Y TRATAMIENTO DE LOS DATOS

La transcripción y análisis inicial se llevó a cabo el mismo día de la entrevista individual en Word 2016 para rescatar las unidades de significado. Se devolvieron las entrevistas a los participantes en enero de 2017, fueron devueltas validadas y se procedió a un nuevo análisis ontológico en el que se involucraron todos los investigadores. Las construcciones de datos a partir de los discursos se realizaron a través del Círculo Hermenéutico de Heidegger^(6,15): 1) Precomprensión, 2) Comprensión e 3) Interpretación.

ASPECTOS ÉTICOS

Se aplicaron los principios éticos establecidos en la Ley General de Salud en materia de Investigación⁽¹⁶⁾. Se obtuvo la aprobación del Comité de Investigación del Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato con el código CIDSC-2560519. Se obtuvo el consentimiento informado libre por escrito de los participantes.

RESULTADOS

En la Tabla 1 se presenta la caracterización de los participantes.

Las unidades de significado son construidas en base a los elementos lingüísticos clave para la comprensión del fenómeno, constituyen el primer momento del círculo hermenéutico (reducción fenomenológica), describiendo el fenómeno aún no desvelado, una precomprensión, vaga y mediana^(6,17). Después de la lectura de los discursos emergieron siete unidades de significado:

1. El Ser en el miedo: la adversidad. El adulto mayor reconoce experiencias en su vida que identificó como amenazantes y buscaba cómo mejorarlas, identificando amenazas. Ello se refleja en problemas con la pareja, abusos de tipo físico, verbal, psicológico, abandono. Tal como expresa el siguiente discurso:

(...) la cuestión es de que empezaron problemillas de celos y este pues fueron agrandándose (...) al grado de que ya no iba al super, cuando iba a cortarme el cabello, a pintarme, a hacerme el manicure tenía que ir con mi hijo, entonces no se podía vivir así, me empezó a tirar mis cosas papeles, no tengo (...) (Omana).

Las participantes reconocen hacerle frente a este tipo de situaciones críticas de diversas maneras, usaron estrategias para afrontar diversas situaciones como la confrontación y la planificación para intentar resolver la situación.

2. El Ser ante experiencias dolorosas y la angustia. El adulto mayor refiere también experiencias dolorosas que no fueron decididas por él, sino que se han presentado a lo largo de su vida y que en ese movimiento de temporalidad supo cómo hacerles frente configurándolo como es hoy, reconoce que ante cada caída se tienen posibilidades y en su caso él ha decidido posibilitar levantarse de la caída y avanzar, tal como se manifiesta en el siguiente discurso:

(...) para mí la pérdida de mi mamá eso fue lo más doloroso y lo más difícil, aunque luché y no luché en vano pero creo que hice lo que pude (...) Todas esas cosas que a mí me pasaron fueron las que me hicieron reflexionar y de porque quería ser (...) (Vani).

Tabla 1 – Caracterización de los participantes – Celaya, Gto, México, 2017.

Nombre	Edad /sexo	Estudio	Trabajo	Recibe Pensión	Vive con	Religión
Omana (<i>Comienzo de vida</i>)	74 M	Licenciatura	Empleada	No	Sola	Católica
Vidya (<i>Conocimiento</i>)	74 M	Licenciatura	Jubilada	Si	Hijo	Católica
Madhavi (<i>Primavera</i>)	70 M	Licenciatura	Hogar	Si	Sola	Católica
Reva (<i>Él que se mueve</i>)	63 M	Primaria	Hogar	Si	Sola	Cristiana
Naidu (<i>Protector</i>)	63 M	Licenciatura	Jubilada	Si	Sola	Católica
Ura (<i>Corazón</i>)	63 M	Licenciatura	Jubilada	Si	Hijo	Católica
Muni (<i>Desinterés</i>)	74 H	Licenciatura	Jubilado	Si	Esposa	Católico
Saati (<i>Longevidad</i>)	78 M	Secundaria	Hogar	Si	Hija	Católica
Vani (<i>Elocuencia</i>)	64 M	Secundaria	Hogar	No	Hija	Católica
Nayat (<i>Líder</i>)	60 H	Ingeniería	Jubilado	Si	Esposa	Católico
Karuna (<i>Compasión</i>)	60 M	Técnico	Jubilado	Si	Hijo	Católica

3. El ser con conciencia de finitud y muerte. El adulto mayor identifica su finitud corporal, identifica que la vida tiene un final temporal, se prepara para ella y se conecta consigo mismo para ese momento, manifiesta ímpetu por seguir adelante, manifiesta serenidad sin miedo a la muerte física. Tal como lo manifiesta el discurso:

(...) Dios me permite vivir, no sé cuánto más me permita vivir, de acuerdo a las circunstancias (...) trato de entender, de comprender, no me considero mala, pero tampoco soy perfecta (...) lo que Dios me preste de vida tratar de ser feliz, y hacer felices a los que me rodean, si yo estoy con alguien que también este feliz y no ser negativos (...) (Ura).

La muerte se concibe también como finitud, un proceso de la vida: soledad, tristeza, vacíos refieren para los adultos mayores “un estar muerto”, es decir, no hay existencia, el adulto mayor concibe el proceso de la muerte corpórea asimilándolo como un vacío existencial. Algunos hablan de renacer como el siguiente participante:

(...) no tranquila de que ya no tengo nada que hacer, sino que digo: ya llegué a esta edad no hay nada para adelante, porque siempre va a haber algo por delante (...) (Omana).

4. La conciencia de un poder superior para la trascendencia del ser. El adulto mayor reconoce la presencia en su vida de un poder superior llamándolo Dios, reconociendo que le ha ayudado a lo largo de toda su vida, ese Dios es quien sostiene sus pasos, mantiene su vida, le da estabilidad y fuerza, salud, bienestar, sino reconoce que esa fuerza superior le ha acompañado. Tal como expresan los siguientes discursos:

(...) fue muy pesado pero gracias a Dios, por eso digo yo que se siente uno pleno porque se logró lo que uno quería, hubo mucha ayuda, este se puede decir espiritual y pues ya de ahí en adelante ya yo seguí preparándome (...) (Vidya).

(...) conozco de Dios, confirmo más porque una hoja de un árbol no se mueve sino es por la voluntad de Él y qué bueno y que yo siento que he sido bendecida (...) (Reva).

5. Ser-con la familia y coexistencia en grupo. El adulto mayor identifica la presencia de la familia, se remonta a la base familiar que se constituía por el fomento de valores, creencias y enseñanzas sobre cuidado de sí, así como resaltar el ejemplo de los padres, destaca también los que ven esa falta familiar o consideran que fue negativa pero que ahora les permite ser trascendente. De igual manera, reconoce la convivencia con los hijos y nietos como importante para sentirse bien. Tal como expresan el siguiente discurso:

(...) gracias a los Dios que me dio mis nietas, que me dio mi hija y pues soy feliz con ellas (...) cuando nació mi hija para mí fue lo más hermoso que Dios me dio un regalo divino cuando mi hija, no sé (...) me sentí plena plena feliz satisfecha cada que nacían mis nietas me sentía plena feliz satisfecha (...) (Naidu).

(...) me gusta platicar con los nietos tengo que ponerles ejemplos de lecturas sencillas (...) (Muni).

El adulto mayor relata la importancia de la convivencia en grupo con otros adultos mayores, algunas veces esos grupos de adultos mayores son una fuerza para recuperar la autoestima y superar pérdidas, el estar en grupo, convivir con

los demás, viajar con ellos, sentir el afecto, genera en ellos una sensación de satisfacción, las relaciones con sus pares le otorgan un sentido de identificación y un soporte más allá de los lazos familiares, esto se refleja en el siguiente discurso:

(...) ahorita estoy en dos asociaciones civiles de mujeres activas y positivas, tenemos juntas, nos vamos a pasear, tenemos convivencia, es muy bonita (...) este me siento plena por eso y estoy muy contenta (...) (Naidu).

6. El Ser como Cuidado: ocupación, preocupación y procuración del otro. El adulto mayor se concibe como un ser que cuida de su salud física, ese cuidado lo remonta como parte de su haber sido en el tiempo, mismo que continúa haciendo para mantener una buena salud. El adulto mayor identifica haber llevado buenos hábitos desde la infancia que conservan hasta el día de hoy cuidando de su alimentación y su actividad física como caminar, yoga; tal como lo expresa el siguiente discurso:

(...) acuérdate de tu alimentación (...) pues mira, llevo una dieta baja en grasas, baja en sal, baja en azúcar y es todo y así ha sido desde niña (...) tú sabes yo que cada voy al que cada vez voy al médico. Pues casi nunca sólo que como ahorita que me hacen un examen médico (...) (Vani).

Los adultos mayores reflejan el cuidado de sí en relación a los hábitos personales de alimentación saludable y ejercicio físico. Además el adulto mayor refleja el cuidado espiritual y religioso, como lo manifiesta Karuna:

(...) retomé hace un año de meterme al grupo católico (...) estoy muy contenta porque bailamos y alabamos a Dios con cantos Y eso también me gusta mucho (...) (Karuna).

Algunas veces el adulto mayor cuida de otros, este cuidado puede ser producto de diversas situaciones, algunas como parte de la relación familiar con la persona que cuida. Así lo manifestaron algunas participantes que hablan de estas formas de cuidado del otro:

(...) ahorita mi mamá tiene demencia senil, entonces éste yo la cuidó cada 8 días, un día... me siento muy contenta cuidando a mi mamá (...) (Naidu).

(...) te puedo contar todo lo que hice fue por mis hijos los trabajos por los hijos, cuidarlos (...) (Sati)

El cuidado es una forma de comprensión de sí mismo como ser humano de cuidado, eso se proyecta en el espacio hacia los demás en una razón de relación con el otro demasiado íntima. El cuidado nace del ser humano y se expande como reflejo de su sentido humano.

7. Proyecto de vida como búsqueda de autenticidad. El adulto mayor cuando se abandonaba en la cotidianidad carecía de sentido, viéndose en una situación que le era inauténtica. La falta de oportunidades para estudiar, su caída en lo cotidiano. El adulto mayor refiere buscar conseguir sus metas, se fija retos al futuro y busca lograrlos, tal como expresa el siguiente discurso:

(...) en un inicio de mi vida la única aspiración era ser albañil tener ocho hijos, tener una casa en obra negra y hasta ahí y una bicicleta y san se acabó (...) tuve esa fortaleza de decir Yo puedo hacer, puedo salir adelante puedo ser un profesionista puedo servir a mis semejantes (...) (Nayat).

Esta posibilidad de elegir su camino y orientarse a su propio significado, se ha abordado desde la perspectiva existencialista como voluntad de sentido: la motivación intrínseca del ser humano para orientarse hacia el sentido de su vida guiado por la libertad personal.

El adulto mayor al cuidarse y proponerse un proyecto de vida ha atravesado por una serie de metas propuestas cuyo sentido le da satisfacción, encuentro consigo mismo, identificación de sus fortalezas, una aceptación personal, una autenticidad que le genera libertad; los siguientes discursos manifiestan esto:

(...) eso me ayudó, no sé si me sacó mi sentimiento, mi coraje fue todo, si, no sé si se mezcló todo me hizo fuerte me hizo decisiva porque yo me decidí por hacer algo, por ser alguien (...) sí desde ese momento dije tengo que ser alguien (...) (Vani).

(...) yo tuve que perdonar a mucha gente y la principal: Pues a mí misma (...) el estar aborita en dónde estoy más más lo que me está sirviendo para alcanzar mi plenitud mi madurez emocional verdad que me está ayudando a recuperarme (...) (Karuna).

Estos discursos se enlazan con el propósito de vida, que no se separa del significado que el adulto mayor buscó y continúa buscando. El adulto mayor busca alcanzar metas y crecer, desarrollarse y sentirse auténtico y propio de sí mismo en el sentido de ser quien desea ser.

Así, el adulto mayor consciente de su paso por la vida, reconoce que ha tenido una trayectoria: una historicidad que lo hace único, que lo hace pleno, marcado por una serie de eventos temporales, sin embargo, estos eventos a veces amenazantes, el sufrimiento, el dolor, que hacen experimentar un vacío, un sentimiento de nada: esta temporalidad le ha configurado quien es hoy, reconoce que la caída antes diversas situaciones le ha hecho fuerte, de tal manera que hoy reconoce en esta etapa una sensación de plenitud, gozo y satisfacción; tal como expresan los siguientes participantes:

(...) te digo, independientemente físicamente porque estoy bien gracias a dios, porque yo me siento plena (...) (Omana).

(...) ya comencé con que me detectaron "la azúcar" y este soy hipertensa de hace muchos años, pero ahí la llevé (...) fuera yo digo que estoy muy bien (...) ahora tengo 2 años ya yo solita este yéndome a viajes y éste yo siento que me siento plena me siento como que bien (...) (Reva).

(...) porque trata uno de salir adelante contra el viento y marea, hubo un momento en que me hundí, pero salí adelante y este por eso te digo que si me creo una persona en plenitud (...) (Madhavi)

Para lograr comprender su historia de vida se ha valido del cuidado como base para comprender lo que le acontece, el cuidado es multidimensional y a pesar de los estereotipos negativos que rodean a la vejez, los adultos mayores manifiestan aspectos positivos que vienen en esta etapa, acercándose a una sensación de bienestar, plenitud y autoaceptación.

DISCUSIÓN

La trascendencia del ser adulto mayor se puede visualizar a través de la temporalidad, momentos específicos a lo largo

de la historia de vida de una persona, por lo tanto, la trascendencia es continua, es infinita y se repite constantemente a lo largo de la vida.

Esos momentos de temporalidad constituyen la cotidianidad del ser, sucesos continuos manifestados en un haz de tiempo, donde el adulto mayor inmerso en la cotidianidad suele enfrentarse a situaciones desafiantes, diversos momentos que rompen la autenticidad de su ser y donde aparece el miedo ante lo desconocido, situaciones amenazantes o tristes, duelos, pérdidas, todo se presenta como un desafío para darle solución, entonces aparece el miedo, el adulto mayor detecta esta situación amenazante y puede elegir entre varias posibilidades.

Pues, "el 'temer por' como 'atemorizarse de que' 'abre' siempre (...) y con igual originalidad de los entes intramundanos en su ser amenazador y el "ser en" en su "ser amenazado"⁽⁶⁾, el ser adulto mayor considera que se sintió aturdido por diversas situaciones que desafiaban su valía en el mundo, le daban una perspectiva de que su vida era inauténtica y sin sentido. Eventos traumáticos o negativos a lo largo de la vida del adulto mayor pueden favorecer a la aparición de síntomas depresivos en la edad adulta por la falta de soporte⁽¹⁸⁾, por lo que el ser adulto mayor refirió sentirse amenazado en diversos momentos.

Toda posibilidad de recuperar su autenticidad es válida, sin embargo, el adulto mayor probó quizá varias posibilidades, el adulto mayor consigue afrontar las situaciones amenazantes; el afrontamiento solía ser activo al controlar la situación y sentimientos positivos ante la resolución de la amenaza, recurriendo al apoyo social y la reintegración con la familia, apoyo espiritual, apoyo emocional profesional⁽¹⁹⁾. Cuando el adulto mayor experimentó algo amenazante o un evento que no podía controlar comenzó a experimentar la angustia, un vacío que proviene de lo amenazante donde se encuentra sin sentido pues algo no está funcionando bien y le angustia; sin embargo, consideran que las pérdidas brindan coraje ante la vida, esto permite tener visión, pues "el angustiarse abre original y directamente el mundo como mundo (...) la angustia lo que como modo del encontrarse abre por primera vez el mundo como mundo"⁽⁶⁾, de esta manera, el angustiarse es el momento para reconocer que debe hacer algo para salir de su angustia y buscar su camino al bienestar.

En este momento la angustia le hace sentirse vacío y el adulto mayor experimenta la caída, el adulto mayor se da cuenta de su humanidad y de su vulnerabilidad ante las diversas situaciones dolorosas y temibles, el adulto mayor es parte del mundo, otros lo manifiestan como una sensación de devastación, otros simplemente como oportunidades que la vida da para aprender; pero ante todo evento doloroso venía una caída.

La caída es una forma de absorberse en el mundo, no encontrar salida y no encontrar el sentido de la misma vida, "el "ser ahí" es inmediatamente siempre ya "caído" de sí mismo en cuanto "poder ser mismo" propiamente y "caído" en el "mundo". El estado de "caído" en el "mundo" muestra el absorberse en el "ser uno con otro"⁽⁶⁾.

En esa caída se vive la nada, la nada es quizá el momento más crítico, pues en la nada se experimentaba el posible

comienzo, la situación puede continuar, si continúa, el adulto mayor será inauténtico porque no le encontrará un sentido a lo vivido: el dolor, la muerte física, el duelo, la enfermedad, la violencia, el abandono; muchas situaciones que desafiaron su sentido de vida, que lo encuentran con el sentimiento de nada, de vacío, de inexistencia. La caída lo mueve, pues, “la caída no se limita a ser una determinación existencial del ‘ser en el mundo’”. El torbellino hace patente a la par el carácter de “estado de movimiento”⁽⁶⁾.

La caída ayudó al adulto mayor para encontrarse a sí mismo, en la nada se redescubre el encuentro con el mundo pues ve que requiere hacer algo para culminar esa situación y poder lograr sentirse auténtico, ve entonces su sentido de muerte y finitud, la muerte de lo angustiante, la nada y la posibilidad de una apertura a nuevas oportunidades, el adulto mayor reconoce la muerte como una finitud y “en el morir se muestra que la muerte está constituida ontológicamente por el ‘ser en cada caso mío’”⁽⁶⁾, por lo que le pertenece encontrarse consigo mismo, la muerte viene a reconsiderar un nuevo comienzo.

Aunque el envejecimiento se relaciona con el proceso de morir por ser la última etapa del ser humano y después de ello viene el declive y la muerte, es importante señalar que la muerte si bien se ha asociado a la última etapa de la vida⁽²⁰⁾, aquí toma el significado de algo que llega a su fin: la finitud. La muerte se torna un encuentro desde una perspectiva filosófica donde el ser humano muere en el sentido de culminar una fase, una etapa o un ciclo; por lo cual la muerte resulta más acercada al proceso de múltiples muertes en una sola vida, es una experiencia para resurgir de nuevo, un mundo nuevo de oportunidad⁽²¹⁾.

Reconoce que todo proceso muere, termina y así logrará salir de esa inautenticidad que le llevó a la caída y la nada, el ser se da cuenta de su facticidad, es decir, tiene la intención de ser quien desee ser, eligiendo entre las posibilidades que le da el mundo, de ahí, que recurre a lo que le rodea, pues “lo a la mano del cotidiano “andar en torno” tiene el carácter de la cercanía”⁽⁶⁾, esa cercanía la toma como suya y la hace posible en acciones que realiza para salir de ese sentimiento de nada, lo que requiere para ello lo encuentra en su mundo cercano.

Todo lo que está a la mano del ser y que hace suyo para sobrepasar la nada es llamado cuidado, el cuidado es cura, pues restaura la inautenticidad del ser, el cuidado cura al ser vacío y caído y se manifiesta en su cotidianidad, donde “son inherentes modos de ocupación o curarse de, que permiten a los entes “de” que “se cura” hacer frente de tal suerte que se hace visible la “multiformidad” de lo intramundano”⁽⁶⁾.

El cuidado como cura es una acción ejercida por el ser, todo lo que hace es efectuado en búsqueda de un significado o sentido de vida, un encuentro consigo mismo que le permita sentirse auténtico nuevamente, dar una nueva comprensión a su ser, la preocupación es en sentido superficial lo que el ser adulto mayor hizo para sí mismo, “ónticamente están todas las maneras de conducirse del hombre transidas de “cura” y dirigidas por una entrega a algo”⁽⁶⁾, esa entrega será a sí mismo para comprender el mundo y poder encontrarse pleno.

El cuidado es parte del ser, en el momento que aparece la intención por ejercerlo le lleva a querer curar lo que está caído por el miedo, así el cuidado puede ser promovido y es multidimensional, pues involucra el cuidado de sí mismo tanto físico expresado como un Procurar, un cuidado propio, pues “también el curarse de alimentar y vestir, el cuidar del cuerpo enfermo es “procurar por”⁽⁶⁾. Ese es el primer cuidado para curarse, su autocuidado, el cuidado de lo físico destaca como un sentido de procurar su bienestar corporal; además se manifiesta también en el cuidado espiritual, espiritualidad y religión están presentes, un sentido de conexión relacionado con la teoría de la gerontotranscendencia que habla de comunión con lo cósmico, la espiritualidad es una de ellas y aumenta en la última etapa de vida: la vejez, encontrando una relación de lo sagrado en la espiritualidad que conceptualizan como Dios⁽²²⁻²³⁾. Fenomenológicamente la espiritualidad se funda en la vivencia del ser humano para la plenitud, así “el fenómeno principal es la fe en poder obtener la presencia de Dios, con lo que está también conjuntamente dado en principio, el imperativo ético (...) la religiosidad original consiste en la experiencia fáctica de la vida”⁽²⁴⁾.

El cuidado se expresa además en el cuidado de estar con los demás y hacer por los demás, el cuidado para sí lo encuentra en su propia familia, el adulto mayor refleja una constante vinculación entre su propia familia a lo largo de su vida, la familia se convierte en un recurso para curarse, donde se protege y se cura, la familia se centra entonces en un mecanismo de enseñanza, amor, protección y cuidado⁽²⁵⁾ y otorga a cada integrante de recursos que le permitan ser quien es dentro y fuera de ella.

Además, el adulto mayor hace uso del cuidado en el apoyo social como parte de su crecimiento emocional y que se puede encontrar en los grupos de convivencia, donde no sólo confluye la amistad, sino se vinculan experiencias vividas similares, pérdidas, características, vivencias, con personas que atraviesan la misma etapa de vida⁽²⁶⁾.

El cuidado del otro se convierte en un reflejo del cuidado personal⁽²⁷⁾, el cuidado de todo como un conjunto, el cuidado como cura del mundo del ser-ahí, donde el ser habita y vive su cotidianidad también debe ser curado, refleja la intención del ser de ver reflejado su sentido de autenticidad y de vida.

El cuidado como cura se expande como un fenómeno de proyección del ser, la necesidad de que su nada se vuelva sentido de vida, hace que sea compartida, por ello el ser es un ser-con, se abre a otros en el mundo para curarse incluso a sí mismo, “este “estado de abierto” propio modifica con igual originalidad el “estado de descubierto” del “mundo” fundado en él y el “estado de abierto” del “ser ahí con” de los otros”⁽⁶⁾.

Toda acción de cuidado se compone de una necesidad de salir de la nada, una necesidad de encontrar un sentido y que lo lleva a comprender la situación por la cual atravesó desde el inicio, esta comprensión es la trascendencia del ser; cuando el ser cuida de sí, de los otros, de su ambiente, cuida de su conjunto continúa siendo fáctico, es decir, tiene un propósito, este propósito es salir de la nada, buscar y encontrar un sentido a su existencia, a sus vivencias temporales y conformar su historicidad.

El ser humano está en constante búsqueda de su propósito en la vida; siendo este un componente del bienestar humano en la esfera psicoemocional, el propósito en la vida es un recurso que el ser humano emplea donde se fija una meta y se direcciona hacia ella guiado por un significado de su propósito⁽²⁸⁾.

Comprender las situaciones adversas y la elección de posibilidades para cuidarse y curarse reflejan la trascendencia del ser adulto mayor a lo largo de la vida, el adulto mayor resiliente busca adaptarse de forma positiva a situaciones adversas, sobrepasando el estrés y vivir de manera satisfactoria después de la adversidad⁽²⁹⁾, el adulto mayor trascendente permite comprender la autenticidad y experimentar la plenitud sin ataduras y con libertad.

Por ello, la trascendencia del ser es la estructura esencial de una persona, la comprensión del por qué y para qué de su vida, “únicamente a partir de la trascendencia brota la articulación comprensiva del ser”⁽¹¹⁾. La comprensión de su sentido que lo lleva a cuidar de sí para sanarse de la nada, le proporciona después de las adversidades que lo llevaron a la caída, una sensación de bienestar y plenitud, esa sensación hace que el ser se ilumine, iluminación que logró a través del cuidado, por lo que el cuidado como cura es el fundamento de la comprensión del ser para sentirse pleno, cuando el ser se siente pleno se dice que es un ser iluminado, un ser trascendente.

Al comprender su sentido de vida, “fuera de sí de los éxtasis del devenir, él sido y el presente, es la condición de posibilidad de que sea un ente que existe como su “ahí” (...) es un ente iluminado”⁽⁶⁾, así, el ser es trascendente a lo largo de su vida a través de momentos en su temporalidad que lo constituyen. La trascendencia es la manifestación de la existencia del ser adulto mayor, reconociendo su pasado, presente y futuro, donde se ven las posibilidades de comprender un sentido de vida y poder encontrar la plenitud tras las continuas situaciones que lo amenazan.

El cuidado es la base del encuentro del sentido de plenitud, por lo que la enfermería al ser la disciplina del cuidado puede intervenir en diversas formas de cuidar, desde la promoción del autocuidado físico y espiritual, la enseñanza, la sanación, el cuidado del otro. El objetivo del cuidado en la enfermería sería ayudar al ser adulto mayor

a comprender que lo que le acontece tiene un sentido y permite orientar las acciones del ser para lograr iluminarse, sentirse pleno, íntegro y satisfecho.

Para la enfermera es necesario comprender que su quehacer gerontológico aborda al adulto mayor como un ser humano íntegro⁽³⁰⁾, que tiene una historia de vida, que ha construido una historicidad de sí mismo. El cuidado ha fundamentado la comprensión de un sentido de vida del ser adulto mayor hasta el día de hoy en su vejez, por lo cual la enfermería puede abordar los momentos temporales del ser y explorar cómo ha elaborado su propia comprensión e sí para sentirse pleno, pudiendo así transferir el cuidado a otros. La trascendencia es un fenómeno que puede ser abordado teóricamente y en la práctica generar modelos de cuidado que promuevan este estado de comprensión de la vida en diversas situaciones.

La relevancia del estudio fue explorar la forma en cómo los adultos mayores refieren su plenitud, para poder construir comprensivamente un enfoque fenomenológico de la trascendencia y plenitud, lo que permite debatir las teorías y filosofías existentes respecto a la trascendencia y cómo la enfermera puede involucrarse en ella. Las posibles limitaciones son la no generalización de los resultados, sin embargo, esta limitación se convierte en fortaleza ya que se pueden transferir a otros escenarios.

CONCLUSIÓN

La trascendencia es consecuencia de un proceso de comprensión del ser, el ser-adulto mayor comprende su ser en un sentido de totalidad, es posible desentrañar el proceso de trascendencia de cada suceso manifestado en su vida.

El cuidado es la esencia de la trascendencia del ser y es multidimensional, de manera que el ser se cuida de sí, de los demás, cuida su mundo y cuida de todo. El cuidado es el sustento de la existencia, pues al ser acción es manifestación y la manifestación es existencia. La enfermería ejerce el cuidado, lo promueve y lo vive, por lo cual puede promoverlo al ser-adulto mayor para trascender, al ser la trascendencia un proceso en toda la vida, en la vejez puede ser reforzado y promovido con una fuerte base de cuidado a lo largo del ciclo vital.

RESUMEN

Objetivo: Comprender las experiencias de vida que favorecen la plenitud y trascendencia del ser-adulto mayor. **Método:** Estudio cualitativo con enfoque fenomenológico hermenéutico. Se llevó a cabo de enero 2014 a marzo 2017 en dos grupos de convivencia de adultos mayores. Selección de participantes por muestreo intencional con saturación de información. Características de participantes fueron: tener 60 años y más, hombres o mujeres. Recolección de datos mediante entrevista fenomenológica. Cumplió con la Ley General de Salud, Materia de Investigación en Salud y la Declaración de Helsinki. Análisis a través del círculo hermenéutico heideggeriano: Pre-comprensión, Comprensión e Interpretación. **Resultados:** Ónticamente surgieron unidades de significado. Ontológicamente el ser-adulto mayor es desvelado en su historicidad y temporalidad, destacando en su cotidianidad el temor y angustia, cayendo en un sentimiento de nada con necesidad de ser auténtico, logrado a través del cuidado; esta comprensión del ser es trascendencia cuya manifestación es la iluminación. **Conclusión:** La trascendencia se favorece con cuidado en el ciclo vital, enfermería como ciencia del cuidado puede promover acciones que faciliten alcanzar el encuentro del ser-adulto mayor en diferentes etapas de su vida.

DESCRIPTORES

Anciano; Enfermería Geriátrica; Filosofía en Enfermería; Hermenéutica.

RESUMO

Objetivo: Compreender as experiências de vida que favorecem a plenitude e transcendência do ser-adulto idoso. **Método:** Estudo qualitativo com enfoque fenomenológico-hermenéutico. Foi realizado de janeiro de 2014 a março de 2017 em dois grupos de convivência de idosos. Seleção de participantes por amostragem intencional com saturação de informação. As características dos participantes foram: ter 60 anos ou mais, homens ou mulheres. Coleta de dados por meio de entrevista fenomenológica. Foi cumprida a Lei Geral da Saúde, Matéria de Pesquisa em Saúde e a Declaração de Helsinki. Análise por meio do círculo hermenêutico heideggeriano: Pré-compreensão, Compreensão e Interpretação. **Resultados:** Onticamente surgiram unidades de significado. Ontologicamente o ser-adulto idoso é revelado na sua historicidade e temporalidade, destacando na sua cotidianidade o temor e a angústia, caindo em um sentimento de nada com necessidade de ser autêntico, obtido por meio do cuidado; essa compreensão do ser é transcendência, cuja manifestação é a iluminação. **Conclusão:** A transcendência é favorecida com o cuidado no ciclo vital; a enfermagem como ciência do cuidado pode promover ações que facilitem o encontro do ser-adulto idoso em diferentes etapas da sua vida.

DESCRITORES

Idoso; Enfermagem Geriátrica; Filosofia em Enfermagem; Hermenêutica.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Ginebra: OMS; 2015.
2. Klein A. De la ancianidad al adulto mayor. Desacatos [Internet]. 2016 [citado 2016 oct. 17];50:156-69. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/139/13943562011.pdf>
3. Limón Mendizábal MR. Envejecimiento activo. Crítica [Internet]. 2015 [citado 2016 oct. 17];(998):22-7. Disponible en: <http://www.revista-critica.es/2015/09/10/el-envejecimiento-activo/>
4. McCarthy VL, Bockweg A. The role of transcendence in a holistic view of successful aging: a concept analysis and model of transcendence in maturation and aging. *J Holist Nurs*. 2013;31(2):84-92. DOI: <http://dx.doi.org/10.1177/0898010112463492>
5. Minayo MCS. Los conceptos estructurantes de la investigación cualitativa. *Salud Colect [Internet]*. 2010 [citado 2016 oct. 17];6(3):251-61. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-82652010000300002
6. Heidegger M. El ser y el tiempo. México: Fondo de Cultura Económica; 2015.
7. Frager R, Fadiman J. Teorías de la personalidad. 6ª ed. México: Alfaomega; 2010.
8. Frankl V. Psicoanálisis y existencialismo. México: Fondo de Cultura Económica; 2014.
9. Reed P. The Theory of self-transcendence. In: Smith MJ, Liehr PR, editors. Middle range theory for nursing. New York: Springer; 2013. p. 109-40.
10. Haugan G, Moksnes UK, Løhre A. Intrapersonal self-transcendence, meaning-in-life and nurse-patient interaction: powerful assets for quality of life in cognitively intact nursing-home patients. *Scand J Caring Sci*. 2016;30(4):790-801. DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/scs.12307>
11. Heidegger M. Principios metafísicos de la lógica. Madrid: Síntesis; 2007.
12. Gil AC, Yamauchi NI. Elaboração do projeto na pesquisa fenomenológica em enfermagem. *Rev Baiana Enferm*. 2014;26(3):566-73. DOI: <http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v26i3.6613>
13. Paula CC, Padoin SMM, Terra MG, Souza IMO, Cabral IE. Modos de condução da entrevista em pesquisa fenomenológica: relato de experiência. *Rev Bras Enferm*. 2014;67(3):468-72. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/0034-7167.20140063>
14. Guerrero-Castañeda RF, Menezes TMO, Ojeda-Vargas MG. Características de la entrevista fenomenológica en investigación en enfermería. *Rev Gaúcha Enferm*. 2017;38(2):e67458. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2017.02.67458>.
15. Kempfer SS, Prado ML, Sebold LF, Girondi R. A hermenêutica heideggeriana como fonte de dados em um estudo fenomenológico. *Atas CIAIQ2015 [Internet]*. 2015 [citado 2016 nov. 1];108-12. Disponível em: <http://proceedings.ciaiq.org/index.php/ciaiq2015/article/viewFile/25/24>
16. México. Secretaria de Salud. Reglamento de la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud: los aspectos éticos de la investigación en seres humanos [Internet]. México: SSA; 2014 [citado 2017 sep. 30]. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compilrgsmis.html>
17. Heidegger M. Marcas do caminho. Petrópolis: Vozes; 2008.
18. Gameiro GR, Minguini IP, Alves TCTF. O papel do estresse e de acontecimentos cotidianos para o desenvolvimento da depressão na terceira idade. *Rev Med*. 2014;93(1):31-40. DOI: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v93i1p31-40>
19. Rajaei AR, Khoynzhad GR, Javanmard J, Abdollahpour M. The relation between positive psychological states and coping styles. *J Fundam Ment Heal [Internet]*. 2016 [cited 2016 Nov 5];18(1):57-63. Available from: http://eprints.mums.ac.ir/2184/2/JFMH_Volume%2018_Issue%201_Pages%2057-63-2.pdf
20. Anjos D, Silva EAA, Santos JM, Oliveira SCF, Saldanha AAW. Um olhar qualitativo sobre a percepção de finitude na terceira idade. *Indagatio Didact [Internet]*. 2013 [citado 2016 set. 22];5(2):1-17. Disponível em: <http://revistas.ua.pt/index.php/ID/article/view/2459/2330>
21. Menezes TMO, Lopes RLM. Significados do vivido pela pessoa idosa longeva no processo de morte/morrer e luto. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2014;19(8):3309-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232014198.05462013>
22. Jewell AJ. Tornstam's notion of gerotranscendence: re-examining and questioning the theory. *J Aging Stud*. 2014;30:112-20. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaging.2014.04.003>

23. Zenevycz L, Moriguchi Y, Madureira VSF. The religiosity in the process of living getting old. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2013 [cited 2017 Sept 30];47(2):433-9. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342013000200023&lng=pt&nrm=iso&tlng=en
24. Heidegger M. *Fenomenologia da vida religiosa*. Petrópolis: Vozes; 2010.
25. Alanen L. Repensando a infância, com Bourdieu. *Rev NUPEM* [Internet]. 2014 [citado 2016 set. 26];6(11):39-55. Disponível em: <http://www.fecilcam.br/revista/index.php/nupem/article/view/588>
26. Emma S, Valdés C. El apoyo y la convivencia como predictores de bienestar en la vejez. *Rev Kairós* [Internet]. 2011 [citado 2016 sep. 22];14(1):2176-901. Disponible en: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/6925/5017>
27. Amorim, KPC. O cuidado de si para o cuidado do outro. *Rev Bioethikos* [Internet]. 2013 [citado 2016 set. 30];7(4):437-41. Disponível em: <http://www.saocamilo-sp.br/pdf/bioethikos/155557/a09.pdf>
28. Heintzelman SJ, King LA. Life is pretty meaningful. *Am Psychol*. 2014;69(6):561-74. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/a0035049>.
29. Alfonso J, López P. Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *An Psicol*. 2015;31(3):751-8. DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.3.185631>
30. Polaro SHI, Gonçalves LHT, Alvarez AM. Building the gerontological performance of nurses in Family Health Programs. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2013 [cited 2016 Sept 30];47(1):160-7. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342013000100020&lng=en&nrm=iso&tlng=en

