

Concepción de soledad en los adultos mayores de la Ciudad de Bucaramanga

Eliana Patricia Oviedo León

Estudiante de Psicología. X Semestre.

Ara Mercedes Cerquera Córdoba

Especialista en psicología clínica, especialista en investigación social. Docente asociada a la facultad de psicología. Coordinadora de la línea calidad de vida en la tercera edad. Proyecto: Soledad en adultos mayores de la ciudad de Bucaramanga.

Universidad Pontificia Bolivariana Bucaramanga (Colombia)

Recibido: 05/06/2011

Aceptado: 06/07/2011

Resumen

El presente artículo tiene como objetivo dar a conocer los resultados preliminares obtenidos en el proyecto “Concepción de Soledad en una muestra de Adultos Mayores de la ciudad de Bucaramanga”. Se tuvo en cuenta las opiniones sobre soledad del grupo encuestado. El estudio es cualitativo no experimental exploratorio, basado en la creación de una encuesta constituida por la pregunta ¿Qué es soledad para usted?, aplicándose a 731 individuos mayores de 60 años de la ciudad de Bucaramanga, de los cuales 400 eran mujeres y 331 eran hombres. Se obtuvo como resultado que la soledad es percibida por los Adultos Mayores como un estado propio de la vejez con un 25%, ser abandonados con el 24%, sentimientos de improductividad 19%, estar solos 9% y sentir tristeza 7%.

Palabras claves

Soledad, Vejez, Adulto Mayor, Ciclo Vital.

Conception of loneliness in older adults in the city of Bucaramanga

Abstract

This study aims to present the results of the research project "Concept of Loneliness in a sample of older persons within the city of Bucaramanga. This will take into account the opinions that have been generated around the desert. The study is qualitative descriptive non-experimental design, based on the creation of a survey made up the question: What is loneliness for you?, Applied in 731 individuals of whom 400 were women and 331 were men. Yielded results where was evident, that loneliness is perceived by the elderly as a characteristic of the old state with 25%, and the fact of being abandoned with 24%, 19% unproductive feelings, being alone 9% and 7% feel sad.

Key Words

Loneliness, Aging, Elderly, Life Cycle.

Concepção de solidão nos adultos maiores da Cidade de Bucaramanga

Resumo

O presente artigo tem como objetivo dar a conhecer os resultados preliminares obtidos no projeto "Concepção de Solidão numa mostra de Adultos Maiores da cidade de Bucaramanga". Tevese em conta as opiniões sobre solidão do grupo pesquisado. O estudo é qualitativo não experimental exploratório, baseado na criação de uma pesquisa constituída pela pergunta; Que é solidão para você?, aplicouse a 731 indivíduos maiores de 60 anos da cidade de Bucaramanga, dos quais 400 eram mulheres e 331 eram homens. Obtevese como resultado que a solidão é percebida pelos Adultos Maiores como um estado próprio da velhice com um 25%, ser abandonados com o 24%, sentimentos de improdutividade 19%, estar sozinhos 9% e sentir tristeza 7%.

Palavras chave:

Solidão, Velhice, Adulto Maior, Ciclo Vital.

Introducción

La vejez es una etapa del ciclo vital, que como cualquiera de ellas conlleva una serie de transformaciones y cambios en el individuo, ésta se ha venido enmarcando bajo una concepción degenerativa, producto de definiciones brindadas por la biología y las ciencias de la salud, las cuales se centran en el deterioro generado por la disminución de células que se forman en el organismo. Pinazo, (2005). Las diferentes concepciones de vejez, suponen una concepción circular del ciclo vital según la cual la involución asociada a este período de vida sigue el proceso inverso al de crecimiento y el desarrollo durante la infancia y la niñez. Más aun, la vejez encierra una serie de variaciones que se presentan no solo a nivel físico sino, familiar, personal, laboral y social. A nivel social, algunos de los hechos que impactan la vida del adulto mayor se relacionan con el temor por la pérdida de los seres queridos, la jubilación y con ella la inclusión social, la falta de actividades físico-recreativas y la disminución de la interacción social. (Uribe, Valderrama y Molina, 2010). Buena parte de estos cambios, no es el resultado de la vejez propiamente dicha, sino la consecuencia de condiciones de injusticia, exclusión, marginación y frustración de su proyecto de vida. (Patiño, 2002).

El proceso de envejecimiento y el incremento de la esperanza de vida, ha permitido que esta etapa cobre un interés especial en diversas áreas de estudio. En Colombia, el aumento progresivo de la población, ha generado una transición demográfica; en sólo un siglo el país pasó de 4'355.470, personas a un

total de 41.468.384 habitantes, de los cuales el 6.3% (2'612.508), es mayor de 65 años. (Rodríguez, 2008). De esta manera, se observa una disminución de la población joven y un incremento de los Adultos Mayores. Así mismo, según expone Rodríguez (2008), se espera que hacia el año 2050 el total de la población sea cercano a los 72 millones, en donde la esperanza de vida será superior a los 79 años y con más del 20% de los pobladores por encima de 60.

Por su parte, se han estudiado varios fenómenos relacionados con el bienestar subjetivo de esta población que cada día va en aumento. (Liberalesco, 2002). Según el estudio llevado a cabo por Rubio (2004), "la soledad se presenta como una condición de malestar emocional que surge cuando una persona se siente incomprendida o rechazada por otros o carece de compañía para las actividades deseadas, tanto físicas como intelectuales o para lograr intimidad emocional" (p.4,5). Dicha soledad se analiza en dos dimensiones: la objetiva y la subjetiva. En este sentido, podemos decir que todas las personas en algún momento de la vida necesitan estar solos; más aun, esta soledad se presenta como una elección por parte del individuo la cual no conlleva un desequilibrio emocional y representa la soledad objetiva. En segundo lugar, el sentirse solo se presenta de manera más compleja, ya que, puede llegar a experimentarse incluso en compañía. En este sentido, la soledad es una experiencia subjetiva que se produce cuando no estamos satisfechos o cuando nuestras relaciones no son suficientes o no son como esperaríamos que fueran. (Bermejo, 2005).

De esta manera, la soledad produce en los adultos Mayores un grado tal de vulnerabilidad, que los lleva a experimentar situaciones de desolación, desesperanza, incapacidad, baja tolerancia a la frustración, angustia e ira, lo cual interfiere de manera significativa en su calidad de vida. (Bermejo, 2005).

Es debido al alarmante incremento que ha tenido la población Adulta Mayor a nivel mundial, nacional y regional y a las consecuencias que trae consigo la vejez, que se hace necesario indagar sobre la concepción de soledad, con el fin de encontrar aquellos aspectos relevantes que argumenta una muestra de adultos mayores de la ciudad de Bucaramanga sobre el fenómeno en mención. Así mismo, es necesario tener presente la necesidad de adoptar políticas en pro del mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores a partir de sus propias creencias y concepciones.

Método

Diseño

El presente estudio tiene una directriz de corte cualitativo buscando conocer la concepción de vejez que tiene una muestra de Adultos Mayores de la Ciudad de Bucaramanga. Cuenta con un diseño no experimental, debido a la no manipulación de variables, de tipo exploratorio. Para la recolección de datos se llevó a cabo la realización de la pregunta ¿Qué es soledad para usted?, teniendo en cuenta variables sociodemográficas

como nombre, edad, género y lugar de residencia del Adulto Mayor encuestado.

Participantes

Se tomó una muestra no probabilística por conveniencia de 731 Adultos Mayores de la Ciudad de Bucaramanga, los cuales fueron elegidos bajo los siguientes criterios: edad entre 61 años en adelante, disposición del individuo hacia la investigación bajo el consentimiento informado, que no hayan participado en una investigación similar y que residan en la ciudad de Bucaramanga.

Procedimiento

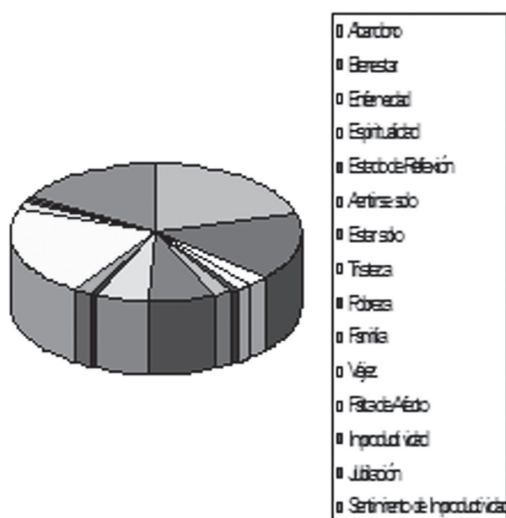
La investigación se realizó a través de diferentes fases a saber: diseño, creación de la pregunta de investigación, aplicación a la muestra de personas mayores, análisis e interpretación de los resultados.

Resultados

Los resultados obtenidos con base en la pregunta ¿Qué es soledad para usted?, se categorizaron por medio del programa ATLAS TI de la siguiente manera: sentirse solo, estar solo, tristeza, abandono, estado de reflexión, espiritualidad, pobreza, familia, enfermedad, vejez, falta de afecto, bienestar, jubilación y sentimiento de improductividad.

Los resultados según las categorías determinadas, distribuidos en porcentajes son:

Encuesta Soledad



Vejez 25%, abandono 24%, bienestar 19%, estar solo 9%, tristeza 7 % enfermedad 3%, espiritualidad 2%, sentirse solo 2%, falta de afecto 2 %, estado de reflexión 1%, pobreza 1%, improductividad 1% y jubilación 1% .

Discusión

La Soledad es una problemática que se ha venido acentuando considerablemente con el paso de los años. Dicha situación se evidencia de manera significativa en la población Adulta Mayor, en donde se relaciona con las pérdidas, los deterioros propios de la edad y se acentúa por las concepciones equivocadas que sobre el envejecimiento posee la población. Pinazo (2005), define la soledad como la carencia de compañía, pesar y melancolía que se siente por la ausencia, muerte o pérdida de alguna persona o cosa. Por su parte, para Rubio (2004), es considerada como un

malestar emocional que se genera cuando un individuo se siente incomprendido y rechazado por otro o cuando éste carece de compañía para la realización de aquellas actividades que desea, sean éstas, físicas, intelectuales o emocionales.

En la presente investigación, se buscó dar respuesta a la concepción de soledad que manifiesta una muestra de Adultos Mayores de la ciudad de Bucaramanga, mediante el establecimiento de categorías, teniendo como base los datos obtenidos en la pregunta ¿Qué es soledad para usted? y la utilización del programa ATLAS TI. Según Bermejo (2005), la soledad en los Adultos Mayores se manifiesta como una situación de vulnerabilidad, marginación y exclusión de un grupo de personas que muy difícilmente van a exigir la satisfacción de sus necesidades; para los mayores, es una realidad que viene favorecida por diferentes factores o causas. De esta manera, se establece una relación entre soledad y vejez, la cual se evidencia en los datos obtenidos en la encuesta, con un (25%), en donde se argumenta, que dicha época de la vida se vivencia de manera aislada, ya que los individuos que hacían parte de su núcleo social van muriendo o perdiendo el respeto hacia ellos debido a su “condición de ancianos”, relegándolos así, en instituciones geriátricas y ignorando su sufrimiento. Dicha relación, es explicada por Bermejo (2005), teniendo en cuenta ciertos factores que se generan durante la vejez. De esta manera, establece como una causa principal del sentimiento de soledad, la desvinculación del ámbito laboral, a partir de la cual se pierden contactos sociales, así como la generación de una desvaloración y dependencia, en donde el Adulto

Mayor se concibe como inútil. Aunque ésta es una de las principales causas de la generación de soledad, la mayoría de Adultos Mayores la atribuye propiamente con la vejez y solo el 1% la enfoca específicamente con el hecho de la jubilación y el sentimiento de improductividad, evidenciándose así, una generalización de los aspectos negativos propios de la jubilación con la etapa de vejez. Tal concepción, puede deberse en gran parte, al imaginario social que nos plantea la vejez como sinónimo de inutilidad, ignorando la idea de que no es dicha etapa la generadora de tal sentimiento, sino el proceso de "jubilación" por la falta de actividad laboral, en donde se relaciona el no trabajar con inutilidad.

Por otro lado, como se observa en el gráfico No. 1, la soledad se asocia con el abandono (24%), la cual se encuentra ligada con la pérdida del cónyuge, la salida de los hijos del hogar, el distanciamiento de los amigos y la falta de valoración y preocupación por parte de los familiares e hijos. Tal porcentaje, se relaciona con lo planteado por Bermejo (2005), quien hace énfasis en que, aunque la jubilación constituye un elemento que contribuye en el sentimiento de soledad, "es la defunción del cónyuge el momento más decisivo en lo que hace al padecimiento de la soledad" (p 3). Dicha situación se presenta, por la desaparición del cónyuge y los hijos, quienes proporcionaban la compañía y afectividad necesaria en la vida del individuo. Aquí, se evidencia un tipo de soledad subjetiva, pues, aunque la muerte del cónyuge se considera como soledad objetiva, la salida de los hijos del hogar y el distanciamiento con los amigos, se encuentra relacionado con un tipo de

soledad subjetiva, en la medida en que se denotan expresiones como: "los hijos se casan y uno se queda en la casa solo", "Cuando termina el fin de semana mis hijos se van para sus casas", "mis hijos están lejos", "mis amigos ya no me visitan como antes"; se observa que más allá de un abandono por parte de los hijos y amigos es la falta de su presencia física. Según Bermejo (2005), "la soledad es una experiencia subjetiva que se produce cuando no estamos satisfechos o cuando nuestras relaciones no son suficientes o no son como esperaríamos que fueran" (p 5). De esta manera se evidencia, que a pesar de contar con el apoyo de la familia, en los aspectos relacionados con las necesidades del Adulto Mayor, esto no es suficiente cuando aquello que se desea es la presencia física. En este punto, se establece una relación con la categoría que hace alusión al hecho de sentirse solo (2%), en donde se refuerza la idea de la falta de compañía física. Contrario a ello, se presenta lo expuesto en la categoría estar solo (9%) y la categoría de Tristeza (7%), en donde se observa una manifestación de soledad objetiva, debido a que no se cuenta con el apoyo necesario por parte de la familia o amigos. En este aspecto, más que el sentimiento de no tener apoyo, es la realidad de no contar con ningún tipo de allegado; generando en el Adulto Mayor un grado tal de vulnerabilidad, que los lleva a experimentar situaciones de desolación, desesperanza, incapacidad, baja tolerancia a la frustración, angustia e ira.

Según Bermejo (2005), la salud y la soledad se encuentran íntimamente relacionadas, ya que las personas más solas son aquellas que se sienten más

enfermas, en donde la soledad se presenta a mas edad, es decir, las personas tendemos a sentirnos mas solas cuanto mas viejas somos.(Bermejo, 2005). Bajo dichas circunstancias, los resultados obtenidos con base en la pregunta de investigación, nos presentan un porcentaje minimo entre soledad y enfermedad (3%), lo cual se relaciona con lo planteado anteriormente, en donde exponemos que los Adultos Mayores tienden a generalizar la soledad con la vejez, y no con situaciones especificas presentes en ella. Así mismo, se relaciona la enfermedad con la pobreza, en la medida en que no se cuentan con los recursos necesarios para garantizar la atención pertinente y acceder a los servicios de salud. (Iglesias, López, Díaz, Alemán, & Trinidad, 2001).

Contrario a todo lo expuesto, encontramos aquellos resultados que relacionan el concepto de soledad de manera mas positiva. En primer lugar, se encuentra un porcentaje elevado de Adultos Mayores que toman la soledad en relación con el bienestar (19%). En este punto, la soledad se concibe como un momento durante el cual se pueden llevar a cabo aquellas actividades placenteras sin ningún tipo de preocupación: compartir tiempo con el esposo, viajar a donde se desee, hacer deporte y realizar pintura. Dicha concepción de soledad, se relaciona con ideas constructivas por parte del individuo, en donde los momentos de soledad se experimentan como propicios para conseguir ciertos objetivos y lograr la liberación de tensiones producto de las interacciones de la vida cotidiana; observando de esta manera la fuerte influencia del pensamiento en la generación de la emoción. Beck (1979). Así mismo, se relaciona la soledad con

la espiritualidad (2%), en donde se toma como un momento para estar con Dios y de igual manera encontrarse con si mismo, a través de un espacio de reflexión al cual solo se puede llegar mediante el aislamiento. En este sentido, se confirma lo planteado por Bermejo (2005), quien nos plantea que cuando la soledad es inducida por el individuo, ésta es vista de manera mas positiva, para el disfrute de ciertas actividades.

Finalmente se puede decir, que a través de dicho trabajo se pudo dar cuenta de los paradigmas o estereotipos que se establecen en torno al concepto de vejez, de acuerdo con la estructura de pensamiento que se posee y con las vicisitudes de la vida cotidiana.

R eferencias

- Beck, A. (1979). *Terapia Cognitiva de la Depresión*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Bermejo, J. C. (2005). *La Soledad en los mayores*. Madrid: *IMSEERSO*.
- Iglesias, J., López, J., Díaz, M. P., Alemán, C., Trinidad, A. et al. (2001). *La soledad en las personas mayores: Influencias personales, familiares y sociales*. Madrid: Artegraf, S.A.
- Liberalesco, A. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva en América Latina. *Revista latinoamericana de Psicología*, 34 (1-2) 55-74.

- Patiño, L. F. (2002). Ideología ¿o ciencia del envejecimiento? *Revista latinoamericana de Psicología*, 34 (1-2) 123-131.
- Pinazo, S. & Sánchez, M. (2005). *Gerontología social*. Madrid: Mc Graw Hill.
- Rodríguez, M. (2008). La soledad en el anciano. *Gerokomos*, 20 (4), 73-87.
- Rubio, R., & Aleixandre, M. (2001). Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: Entre el estar solo y el sentirse solo. *Revista multidisciplinar de Gerontología*, 11 (1), 85- 98.
- Rubio, R. (2004). *La soledad en las personas mayores españolas*. Madrid: Portal Mayores.
- Uribe, A.F., Valderrama, L. & Molina, J. M. (2010). Intervención Psicológica en Adultos Mayores. *Revista Psicología desde el Caribe*, 25, 246-258.