

## **El sentido de la vida en una centenaria**

### **The meaning of life in a centenary**

Dianelis Guerra Rodríguez<sup>1</sup> ([dguerra@uo.edu.cu](mailto:dguerra@uo.edu.cu)) (<https://orcid.org/0000-0003-3996-2824>)

María Esther Sencio Zaldívar<sup>2</sup> ([mariaesther@uo.edu.cu](mailto:mariaesther@uo.edu.cu)) (<https://orcid.org/0000-0002-8197-1700>)

### **Resumen**

El presente estudio se apoya en la interpretación de la historia de vida basada en las reflexiones, valoraciones, experiencias de una adulta mayor centenaria, residente en el poblado Cruce de los Baños, Municipio Tercer Frente, provincia Santiago de Cuba, con el objetivo de caracterizar el proceso de configuración del sentido de la vida. Se utiliza la metodología cualitativa, se seleccionó el método biográfico y como técnica fundamental la entrevista en profundidad. La investigación permitió profundizar en indicadores teóricos relacionados con el sentido de la vida: motivaciones, representaciones, autonomía, autovaloración y perspectivas futuras, lo que permitió identificar los eventos y experiencias que matizan esta categoría por etapas del desarrollo en el caso estudiado. Se alcanza el objetivo propuesto al caracterizar la configuración del sentido de la vida de la centenaria, identificar su influencia en la comunidad a través de la integración en las distintas acciones del Programa de Atención al Adulto Mayor y los virajes cualitativos o reconstructivos del sentido de la vida que ella pudo lograr.

**Palabras claves:** adulto mayor, proceso de configuración, sentido de la vida.

### **Abstract**

The present study is based on the interpretation of the life history based on the reflections, evaluations, experiences of a centenarian elderly woman, resident in the village Cruce de los Baños, Tercer Frente municipality, Santiago de Cuba province, with the objective of characterizing the process of configuration of the meaning of life. The qualitative methodology was used, the biographical method was selected and the in-depth interview was used as a fundamental technique. The research allowed to deepen in theoretical indicators related to the meaning of life: motivations, representations, autonomy, self-valuation and future perspectives, which made it possible to identify the events and experiences that qualify this category by stages of development in the case studied. The proposed objective is achieved by characterizing the configuration of the centenarian's meaning of life, identifying her influence in the community through the

---

<sup>1</sup> Licenciada en Psicología. Profesora Asistente. Centro Universitario Municipal Tercer Frente. Santiago de Cuba. Cuba.

<sup>2</sup> Máster en Ciencias de la Educación. Licenciada en Lengua Inglesa. Profesora Asistente. Centro Universitario Municipal Tercer Frente. Santiago de Cuba. Cuba.

integration in the different actions of the Elderly Care Program and the qualitative or reconstructive changes in the meaning of life that she was able to achieve.

**Key words:** older adult, shaping process, meaning of life.

### **Acercamientos demográficos**

Todo ser vivo está sometido a un proceso de envejecimiento como consecuencia del paso del tiempo, con características particulares que lo identifican. La vejez es una etapa más de la vida, su comienzo se establece desde los 60 años, a raíz de los acuerdos de la primera Asamblea Internacional del Envejecimiento, efectuada en Viena en 1982.

En muchos países latinoamericanos como Barbados, Argentina y principalmente Cuba, al igual que el resto del mundo, se espera un aumento de la población mayor, determinado entre otros factores, por el aumento en la esperanza de vida en los últimos 50 años hasta alcanzar un promedio de 66 años. En términos de indicadores sociales, las personas de 80 y más años de edad constituyen el 11% de la población, por lo que se pronostica que dentro de 50 años el 27% de la población mundial pertenezca a la tercera edad.

En Cuba, a partir de 1959 el Estado implementa políticas de salud y educación que ofrecen excelentes índices de calidad, se lleva a cabo un trabajo muy serio desde el punto de vista social y legislativo. Los servicios médicos tienen como propósito garantizar salud y asistencia social a los adultos mayores, así como el disfrute de una vejez con óptima calidad de vida.

Actualmente, teniendo en cuenta la pirámide poblacional, el tema de la adultez mayor es objeto de un tratamiento priorizado por el Sistema Nacional de Salud. Según datos precedentes del Censo de Población y Viviendas realizado en Cuba en 2012, en nuestro país rebasamos los 11,2 millones de habitantes y el índice de envejecimiento poblacional en ese momento estaba en un 16,6%, aumentó considerablemente hasta alcanzar el 20,4% en 2019.

Según reportes actuales obtenidos del Estudio de Centenarios en Cuba realizado en 2009, se declara que viven en nuestro país 1.488 personas que en edad sobrepasan la centena. Los máximos índices corresponden a la región oriental donde destacan las provincias de Las Tunas, Granma y Santiago de Cuba, y los municipios Santiago de Cuba con 101 482, Holguín con 73 624 y Camagüey con 70 763 habitantes en esas edades (Milanés, 2020).

El conocimiento y comprensión de los procesos psicológicos internos que tienen lugar en estas personas, se alza como prioridad desde las líneas investigativas e interventivas donde se han investigado diferentes categorías psicosociales como la actividad, motivación, comunicación, calidad de vida, y proyectos de vida en la etapa. Aun así, resulta necesario profundizar en el sentido de la vida específicamente de aquellos que llegan a los 100 años.

Contribuir al mantenimiento de una vida sana a estas edades, a un adecuado sentido de la vida al llenarla de metas, motivaciones y propósitos, garantiza el bienestar subjetivo; o visto de otro ángulo, el considerar la vida sin sentido contribuiría a la pérdida de la salud mental a estas edades. Esta situación ha de incrementarse en el grupo de los centenarios, en los cuales se hacen más evidentes los déficits aparecidos con la edad. Para estas personas, que han llegado a donde pocos han logrado, al tiempo que resulta un “privilegio”, se presenta también la interrogante de qué hacer con lo que queda y en el tiempo que les queda; asumen en muchos casos la actitud de resignación y espera, en lugar de retomar las riendas de su propia vida.

Otras de las exigencias que sobre la temática del adulto mayor se plantean en la actualidad resulta ser la contextualización de las investigaciones. En este sentido, resultan valiosos los estudios que pretenden acercarse a los más variados territorios, que por supuesto determinan modos y estilos de vida específicos y diferenciados para las zonas rurales.

En el Municipio Tercer Frente, zona montañosa de la provincia Santiago de Cuba, la temática del adulto mayor ha sido insuficientemente trabajada desde el punto de vista científico, aunque posee una población total de 30 403 habitantes, de los cuales 5128 son adultos mayores, cifra que representa el 16.9% de su población general. De estos adultos mayores, 295 sobrepasan los 85 años de edad, sin embargo, no se cuenta con los datos específicos sobre los centenarios, lo que demuestra el escaso registro a partir de su condición. En el consejo popular Cruce de los Baños, existen 31 adultos mayores que sobrepasan los 85 años, de ellos, ocho (8) son centenarios.

Las razones anteriormente planteadas resultan suficientes para justificar la importancia de estudiar la configuración psicológica del sentido de la vida a los cien años de edad. Un adulto mayor capaz de involucrarse en la comprensión de su existencia resultaría más vital, sabría dar continuidad a los objetivos planteados y se responsabilizaría por ello, lo cual le daría sentido a su vida y lo prepararía para un final, donde al repasar sus vivencias logre sentir satisfacción con lo alcanzado. Esta capacidad de valorar su existencia le permitiría mantener su autoestima y definir su nivel de autorrealización, podría evaluar más objetivamente los resultados de su propia vida.

De esta manera, estudiar este fenómeno en nuestro medio respondería a la insuficiencia de estudios que existen en nuestro contexto -municipal y nacional- respecto a la temática del sentido de la vida en adultos mayores centenarios. Los resultados alcanzados, contribuirán al desempeño profesional de médicos, psiquiatras, psicólogos, rehabilitadores a partir de la visualización de la realidad subjetivada de esta etapa, y aumenta las posibilidades de elegir una estrategia adecuada para estimularlos.

Por lo anteriormente expuesto consideramos importante conocer cómo es configurado el sentido de la vida, a partir de caracterizar este proceso en una centenaria del poblado de Cruce de los Baños, Municipio Tercer Frente, mediante la identificación de los

indicadores teóricos asociados e interpretación, a través de su historia de vida, de los eventos y experiencias que conformaron tal proceso.

### **Descripción de las técnicas y procedimientos**

Para el desarrollo de la investigación se accedió al campo a través de la estrategia del *vagabundeo*, la que permitió un acercamiento informal a los ocho (8) centenarios del poblado; como porteros sirvieron los miembros del Equipo Básico de Trabajo (GBT) de la comunidad (médico, enfermera y auxiliar). A partir de la información brindada se concluyó que de ellos tres (3) están encamados y cuatro (4) sufren algún trastorno mental (demencia) todos del género masculino, solo A. S. S. es funcional, o sea, presenta condiciones físicas y psicológicas que le garantizan validismo social, es por eso que se decide escogerla para el estudio.

Para la realización de la historia de vida, que nos convoca a adentrarnos en el proceso de configuración del sentido de la vida, se seleccionaron técnicas específicas que posibilitan la caracterización de dicha categoría, teniendo en cuenta que se trata de una sujeto iletrada, lo que implica que en el intercambio investigador-investigado, el primero debe asegurarse de establecer un lenguaje claro, ameno, en el que se utilicen frases simples que garanticen la comprensión por parte de la sujeto de investigación; además de facilitar la correcta retroalimentación en el proceso. Por estas razones, se eligieron como técnicas fundamentales para obtener la información aquellas que permitieran el intercambio verbal a través de preguntas que estimularan a la informante a brindar detalles de sus vivencias.

El primer contacto con el sujeto de estudio, estuvo encaminado hacia garantizar un primer acercamiento, obtener su consentimiento para realizar el estudio e intercambiar sobre los intereses y expectativas de ambos participantes (investigador e investigado). Se aplicaron las siguientes técnicas:

- Entrevista inicial: establecer las relaciones empáticas y conocer datos generales del sujeto.
- Entrevista en profundidad: en diferentes momentos de la investigación con el objetivo de obtener la mayor cantidad de información sobre la historia personal de las centenarias en las diversas etapas de su vida, a partir de la concepción de la entrevistada, como una persona que construye sentidos y otorga significados a su vida. El investigador se interesa más por significados que por hechos, por sentimientos que, por conocimientos, por interpretaciones que por descripciones. Esta técnica permite, además, hacer énfasis en los acontecimientos significativos sobre los indicadores planteados. Se realizaron tres (3) entrevistas, atendiendo a las particularidades de la entrevistada (centenaria, iletrada).
- Narración de la historia de vida: con el objetivo de comprender desde la organización personal de la experiencia, cómo se han estructurado diferentes sentidos psicológicos (proceso motivacional, representaciones, autonomía,

autovaloración y perspectivas futuras) en la subjetividad de la entrevistada, en las diferentes etapas evolutivas por las que ha transitado. La información obtenida mediante esta técnica será empleada como punto de partida para la valoración del sentido de la vida y profundizada en encuentros posteriores según los intereses de la investigación (núcleos de contenidos ocultos o insuficientes abordados). Para ello se elaboró la siguiente consigna: “*Si a usted le pidieran que contara (narrara) la historia de su vida. ¿Cómo lo haría?*”.

- Observación: se empleó con el propósito de obtener información relacionada con las condiciones socioeconómicas e histórico-culturales de la vida, así como las particularidades de la convivencia en el medio familiar y social en el que se desarrolla la entrevistada.

Por último, se procedió a realizar el análisis de los datos obtenidos a través de las diferentes técnicas. De esta forma, los resultados dependen en gran medida de la subjetividad de la adulta mayor implicada en el proceso; además de que constituye solo una de las posibles alternativas de interpretación del fenómeno estudiado.

El análisis de los resultados fue elaborado a partir de los indicadores teóricos propuestos por Molina (2008), adaptados a los objetivos de este estudio. En este sentido, es válido aclarar que Milanés (2020), los identificó desde una orientación psicológica desarrolladora, mientras que en este estudio se definirán los mismos indicadores, pero de una forma más integradora que permita caracterizar el proceso de configuración del sentido de la vida en la adulta mayor seleccionada. De igual manera, serán tomados referentes de otros autores, aunque todos con una formación epistemológica común como es el caso de Fernández, Clúa, Báez, Ramírez y Prieto (2000). De este modo, para el análisis de los resultados se partirá de la definición de los indicadores teóricos asociados al estudio del sentido de la vida como categoría no solo subjetiva sino también social.

Indicadores teóricos:

- Motivación.
- Representaciones.
- Autonomía.
- Autovaloración.
- Perspectivas futuras.

*Definición conceptual de los indicadores*

- Motivación: proceso psicológico en el cual surgen, se desarrollan y se realizan los móviles de la conducta humana. Son las necesidades y los motivos los elementos básicos sobre los cuales se forma todo el desarrollo del proceso motivacional.

- **Representaciones:** interpretaciones que utilizamos en la vida diaria para dar un significado a la realidad, por lo que toda representación es convencional y asocia un significado a una imagen. Surge ante la explicación de los sucesos de la vida cotidiana (connotación en la imagen que el propio adulto mayor forma de sí y del momento por el que transita).
- **Autonomía:** capacidad de satisfacer las actividades básicas e instrumentadas de la vida diaria. Capacidad de valorar las acciones a partir de las propias motivaciones y elegir, en consecuencia, la línea de conducta adecuada. Posibilidad de regular el comportamiento en función de sus propias valoraciones, criterios opiniones.
- **Autovaloración:** representación o concepto que elabora el sujeto sobre la persona en cuanto a cualidades físicas, psicológicas y morales, así como intereses y capacidades.
- **Perspectivas futuras:** posibilidad de proyección en función de la concreción del sentido de vida. Presencia de proyectos de vida y apertura a la experiencia. Proyectos que lleven a plan de acción los motivos que rigen la personalidad. Previsiones sobre ciertas situaciones que se viven en el presente. Capacidad de reestructuración en función de cambios que se presentan en la vida cotidiana.

#### *Definición conceptual de las principales categorías empleadas*

**Adulto mayor:** individuo que vive una etapa del desarrollo vital, condicionada social y culturalmente, en la cual se hacen evidentes los cambios biopsicológicos resultado de su envejecimiento sistemático. La experiencia, y posible alcance de la sabiduría, se constituye como el principal logro y recurso sociopsicológico que le permite la revalidación de la dinámica psicológica que ha caracterizado la vida, asociado a potencialidades intelectuales y socioafectivas para el cambio y la transformación o la cristalización de dicho contenido en procesos rígidos y enajenantes.

**Sentido de la vida:** es la configuración psicológica compleja en la que influyen determinadas tendencias orientadoras de la personalidad que determinan niveles de relación entre la subjetividad individual y social. Se presenta a nivel psicológico y relaciona estrechamente la actividad motivacional y afectiva de la personalidad.

#### **El sentido de la vida en el adulto mayor**

Según Frankl (1991) el por qué vivimos es una pregunta filosófica que adquiere, por su relevancia, visos de modernidad. Es un cuestionamiento que trasciende el ámbito intelectual y generalmente emerge ante situaciones de crisis o sufrimiento profundo, por lo que algunos autores consideran que más que responder a una carencia por ignorancia, responde a un debilitamiento o enfermedad del yo. Sin embargo, las condiciones de vida en la actualidad, impulsan cada vez a más personas a cuestionarse conscientemente la dirección que siguen sus vidas y si estas responden a sus propios intereses y necesidades en caso de que logren identificar realmente cuáles son.

De esta forma, nos parece que la temática sobre el sentido de la vida cobra valor y fuerza, frente a la demanda de un mundo más reflexivo y autónomo donde se privilegie la emancipación y desarrollo de sus habitantes. Este es el inicio de una lucha de los profesionales de las ciencias sociales, no solo por la emancipación del hombre, su progreso y bienestar sino incluso por su supervivencia física y psicológica.

La palabra “sentido” en su acepción sigue dos direcciones principales, la primera como significado, o sea contenido intelectual de “algo”, se pregunta el ¿por qué? Por otra parte, como una dirección a seguir, se valora la vida como un algo temporal, dirigida al cumplimiento de alguna misión o meta específica.

Los sentidos psicológicos se construyen a lo largo de todo el desarrollo, a partir de una creciente integración cada vez más compleja de procesos afectivos y cognitivos. Desde integraciones muy elementales en las cuales intervienen procesos más simples y en las que aún no existe suficiente integración de sentidos, hasta puntos verdaderamente complejos tanto por los procesos intervinientes como por la integración de sentidos que se alcanza.

El individuo percibe la realidad de forma subjetiva, es decir, su vínculo con el medio adquiere un carácter personal en forma de sentido psicológico, el cual se concibe como el conjunto de emociones que se integran en los diferentes procesos y momentos de la existencia del sujeto, aparecen constituidos en una cualidad que es parte de la emocionalidad que caracteriza al sujeto en esa zona de expresión y de conocimientos.

Los diferentes estados dinámicos que se interrelacionan entre sí en la constitución de las distintas configuraciones subjetivas, resultan de las emociones que aparecen asociadas a las diferentes necesidades del sujeto (propias de sus formas de relación con la realidad), las cuales se integran en motivos diversos en los que adquieren su sentido subjetivo.

El sentido, entendido como vivencia actual del sujeto, fue considerado por Vigotsky como una de las fuerzas principales del desarrollo humano. Las necesidades del sujeto, tomadas por separado, son productoras de emociones diversas; sin embargo, estas emociones solo constituyen sentidos subjetivos cuando se forman en estados dinámicos y se integran en alguna configuración de la personalidad, los cuales, al constituirse en sentidos subjetivos dentro de una configuración, pueden generalizarse a otras configuraciones en dependencia de su fuerza y sentido en la constitución subjetiva actual de la personalidad (González-Rey, 1989).

Las emociones son las respuestas dinámicas más elementales del hombre, las cuales aparecen de manera inmediata en su acción, de acuerdo con las formas en que se afectan sus diferentes necesidades, proceso del que el sujeto frecuentemente no tiene conciencia. Sin embargo, la reiteración y extensión de un tipo particular de emociones en la actividad del sujeto puede conducir a la constitución de un estado dinámico, que representa una unidad de sentidos productora de emociones específicas que anticipan la propia acción humana. Entre los estados dinámicos pueden señalarse la inseguridad,

la autoestima, la independencia, la realización, la agresividad y muchos otros, que de forma particular están asociados a la producción de un tipo particular de emociones definidas por su sentido específico.

La vejez debe verse como la continuidad en que cada persona haya vivido sus etapas anteriores, en las decisiones que tomó previamente, por cuanto todo influye enormemente en las fases posteriores y en el tipo de ancianidad que vivirá la persona, como también influye el sistema social de significados en el cual se envejece. Este debe cambiar todo el tiempo, conforme se reconocen limitaciones corporales, disminución de oportunidades, y se comprende que la vida es infinita. Sin embargo, se puede mantener un sentido positivo de la vida a pesar de la adversidad y mantenerse activo, mostrar intereses y capacidad para aprender, sentirse productivo y con derecho a aprender y vivir.

Frankl (1991) considera que entre más sale la persona al encuentro de su tarea más se encuentra a sí misma, en tanto cuando hay una causa por qué vivir, también habrá una causa por qué morir.

De ese modo, nos volvemos “responsables de nuestros actos”. Esta intención da significado a la vida y puede evaluarse, según lo que consideramos que fue posible hacer, y que realizarlo resultó importante para nuestro propio ser. El resultado será satisfacción de nuestras necesidades, autorrelación y autoestima, en tanto por medio de esa realización logramos mantener nuestro orgullo y valor o su opuesto, que es la triste sensación del fracaso.

El sistema de significados personales cambia con los años, porque las modificaciones que sufre el medio social obligan a reorganizar la propia escala de valores y el guion básico de la vida, a incorporar nuevas creencias y valores a considerar. Asimismo, son relevantes para la vida otros asuntos que en épocas diferentes no se valoraron tanto.

Si los seres humanos nos centramos en tareas específicas en cada etapa del ciclo vital, es fácil comprender que los objetivos y metas cambien según el período que se viva. De ahí que la única forma de avanzar sobre los escollos psicológicos sea el cambio: se deben introducir modificaciones en las relaciones familiares, en la autoestima y en la manera de relacionarse con el mundo.

Cuando nos preocupamos por la propia vida estamos haciendo una búsqueda de significado, de trascender o de ir más allá del propio ser, así alcanzaremos aceptación, es decir, podremos llegar al bienestar que implica saber hacia dónde vamos, sentirnos a gusto con nuestro propio cuerpo, reconocer nuestra historia individual, ser bondadosos y responsables con nosotros mismos para poder también tolerar la incertidumbre. Estas actitudes logran alcanzarse al envejecer, cuando la principal tarea parece concentrarse en darle una interpretación personal o significado particular a la existencia.

La teoría de la comunicación afirma que los ancianos mantienen la definición de sí mismos a pesar del stress, mientras que en los jóvenes esa descripción es fluctuante y sugestionable, porque haber aclarado el sentido de la vida da significado, motiva a

enfrentar la vida y a seguir adelante con dirección. Cuando se pierde o traicionan esos principios sobre lo que construimos nuestro sentido de vida, aparece la desesperación.

La vejez, como cualquier etapa, es un tiempo de continuo desarrollo y cambios en intimidad, vida familiar, relaciones comunitarias, vida interior, y no un período estático. Actualmente se entiende como un período de transición y reconstrucción, no solo una etapa donde se pierden roles. Sin embargo, cuando no existe propósito, surge el vacío, y las personas parecen hacer intentos a ciegas, reinicio que no culminan, se vuelven transeúntes de la vida, por lo que para mantener el sentido de sí mismo con orgullo y dignidad, a veces es necesario aferrarse a los recuerdos positivos de experiencias pasadas, de privilegios o pertenencias que se tuvieron, de relaciones ya terminadas, y así se reconceptualiza el sentido de la vida en la vejez.

Las personas tratan de crecer alrededor de esos significados que encuentran, muchas veces los organizan alrededor de eventos (negativos o positivos), que han sido significativos, puesto que no solo las causas nobles dan sentido a la vida. Por eso el sufrimiento puede tener sentido si es considerado como una condición para lograr otro valor mayor como la vida o el bienestar de un hijo.

Si la respuesta que se da a la exploración solo destaca errores, preocupaciones penosas, recuerdos de desavenencias familiares, rivalidades, delitos cometidos, buenas acciones que no se realizaron, necesidad de recibir perdón, secretos familiares agobiantes, el resultado será perturbación, depresión y desdicha. Pero si se siente que el proyecto de crecer como persona se ha ido desarrollando, si se han ido acomodando las tareas y los eventos de la vida sin traicionar el sentido básico, y respondiendo a la intencionalidad que nos guiaba, podremos sentir orgullo de las tareas realizadas y se alcanzará la integridad del ego. Sin embargo, la mayoría de la gente es capaz de recuperar lo bueno y de reprimir lo desagradable en una forma bastante afectiva, aunque sea reorganizando (Fernández y otros, 2000).

Los adultos mayores que cada día aprecian lo que realizan en su familia, su comunidad y en cualquier otro ámbito, tienen un sentido de logros alcanzados y una sensación de profunda satisfacción. Esto les permite tener sentimientos de su propia dignidad y de su propio valor, de su condición de ser vivo y de su significación como ser humano único.

González-Rey (1989, p. 87) plantea que el sentido es el “registro emocional comprometido con los significados y las necesidades que se crean en el curso de su historia”, o sea, son los contenidos sociales construidos emocionalmente y asociados directamente al espacio de la subjetividad social, de forma tal que el sentido es la expresión diferenciada, personalizada del sujeto.

La vida ha sido asumida por los hombres como meta en algunas circunstancias, como proyecto en otras y/o como viaje. Esta última abre el marco de acción y comprensión de las propias posibilidades e incluye el cambio como potencialidad del sentido Frankl (1991). Por tal razón, el sentido de la vida solo puede resultar (si resulta) de la misma trayectoria biográfica que la persona ha de recorrer. O sea que no está previamente

dado ni prefigurado, ni puede estarlo, puesto que le es comunicado a la vida por la propia persona, a medida que ella se desenvuelve.

Generalmente se considera que en la juventud temprana se comienzan a crear las condiciones para la Formación Motivacional Compleja, ligada a la aparición y afianzamiento de neoformaciones típicas de esta etapa vital: la presencia de una concepción del mundo, además de un pensamiento conceptual que le permite con facilidad pensar, con valoraciones y juicios, e incluirse en este entramado valorativo. Aparecen también necesidades que no existían en otras etapas como la de autodeterminación y de posicionamiento.

En general, surge una nueva forma de autoconciencia generalizada que permite la aparición y consolidación de formaciones motivacionales complejas como los ideales, la autovaloración y el sentido de la vida. Contenidos que pasan a formar cierto matiz valorativo, se incorporan como experiencias internas valoradas, puede decirse que la función autovalorativa es paralela a la autoconciencia, al ser esta la solución a la función general exclusiva del ser humano de reflejar conscientemente no solo el mundo exterior, sino también sus estados y vivencias internas, propiedades psíquicas y cualidades personales.

Dicho análisis es válido para la tercera edad como etapa vital, donde se complejizan las funciones psíquicas adquiridas anteriormente, se potencia la sabiduría y necesidades reconocidas de autotrascendencia, lo que ressignifica el sentido de la vida. Así, este puede responder básicamente a dos preguntas: una de carácter epistemológico dirigida a cuestionar el valor de la vida humana y otra de índole psicológica que perfila los objetivos de esta vida. Significarían en conjunto el por qué y el para qué de la existencia. Asumimos, entonces que, asociado a la conciencia del ser y del existir, se corresponde la voluntad de vivir y la necesidad de hacerlo por algo. Esta respuesta es histórica y social. Depende de cada época y de cada individuo insertado en un complejo sistema social y dueño de una compleja configuración psicológica: su personalidad (Frankl, 1991).

Las interrogantes de la sociedad actual deben estar enfocadas en cómo formar personas más felices. Por lo que básicamente tendremos que entender cuáles son las representaciones y las vivencias de los adultos mayores para encontrar su sentido de la vida y los mecanismos para potenciar este proceso psicológico en su variante productiva. De este modo, el sentido de la vida no solo se orienta a las posibilidades actuales, sino que se dirige a la actualización de nuevas potencialidades sobre la base del funcionamiento del sujeto, de la calidad de sus representaciones, de su motivación, de la autovaloración que tenga, de su autonomía, sobre la base de las cuales será capaz de proyectarse hacia el futuro, conforma así, el sentido de su vida.

### **Características de la centenaria objeto de investigación**

Se trata de una centenaria funcional, ya que, a pesar de sus 101 años de edad, mantiene vitalidad. Su andar, aunque lento es estable, solo usa bastón como medio de

apoyo. Es capaz de realizar de forma independiente actividades elementales de autocuidado como la alimentación, el aseo personal, vestirse, peinarse y uso del baño. Realiza otras tareas de la casa, mantiene movilidad y continencia. Además, presenta en buen estado los órganos de los sentidos (vista, oído, tacto).

Es conversadora, alegre, afable, gusta de narrar historias sobre su vida y acontecimientos de épocas pasadas, se siente bien cuando está acompañada de personas que les resultan agradables. Sin embargo, presenta conflictos intrafamiliares causados por insatisfacción de necesidades afectivas, económicas y de realización personal en esta esfera, por lo que la convivencia en el medio familiar está caracterizada por falta de apoyo, violencia física y psicológica, así como por la ausencia de fuentes de estímulos y experiencias gratificantes. Estas condiciones asociadas a la pérdida de su hermana menor, han generado en ella trastorno de sueño, irritabilidad y sentimientos de desolación, así como referencias que vivencian soledad, evidenciados en la necesidad de huida de la situación familiar que presenta, por lo que pasa mucho tiempo en casa de vecinos con los que tiene mayor relación afectiva.

Resultan notorias las carencias afectivas y sociales, que matizan su cotidianidad, lo que genera el posible riesgo de desestabilizarse emocionalmente, por lo que constituye un propósito conocer los recursos con que cuenta (desde el punto de vista personal) para participar en esta realidad.

### *El proceso de configuración del sentido de la vida mediante la construcción de la historia*

Caracterizar el proceso de configuración del sentido de la vida mediante la construcción de la historia, permitió identificar procesos autovalorativos, representaciones, motivaciones, nivel de autonomía y proyectos; contenidos de la personalidad que determinan la regulación del comportamiento.

Estos contenidos se encuentran mediatizados en su configuración a partir de la influencia de la esfera familiar, que marca desde la infancia el sentido de identidad y de orientación. En el área familiar, matizan generalmente los discursos con emociones negativas de tristeza, desesperanza y soledad. Esta se ha convertido en determinante de sus dificultades para direccionar y resignificar su vida. Por otra parte, la permanencia de representaciones imaginarias sociales basadas en prejuicios, mitos, creencias, y estereotipos; la insuficiente variedad en sus experiencias que le permitieran desarrollar motivaciones diversas; su escasa libertad en la toma de decisiones; el establecimiento de relaciones dependientes centradas fundamentalmente en beneficios económicos donde se subordinaban los afectos; y por último, las vivencias de pérdidas en diferentes etapas de su vida, completan la configuración del sentido de la vida.

A partir de los resultados del análisis realizado se pudo percibir que en la configuración del sentido de la vida intervienen diferentes experiencias obtenidas a lo largo del desarrollo personal.

El sentido de la vida como estructura estable de la personalidad que se configura a partir de las distintas experiencias, transita por distintas etapas en las cuales no es fácil superar los acontecimientos externos y proyectarse hacia su crecimiento personal. Las vivencias y los hechos de las primeras etapas de la vida, marcan el desarrollo personal y social, influyen en dicho proceso.

El proceso de configuración del sentido de la vida en la centenaria objeto de estudio se caracteriza por la permanente insatisfacción de necesidades de reconocimiento, afecto y comunicación, concentradas en las relaciones intrafamiliares. Estas logran emerger conscientemente y están relacionadas con conflictos personales e intergeneracionales controlados por racionalizaciones, evasiones y desplazamientos que limitan la concientización del carácter conflictivo de la vivencia.

Se muestra un sistema motivacional débil, poco estructurado e inestable que no posibilita el encuentro de la vía de satisfacción de las necesidades, ni siquiera su búsqueda. La configuración de necesidades y motivaciones presenta un movimiento cíclico que tiende a la inmovilidad de la centenaria en su conocimiento y búsqueda de soluciones, muestra una baja capacidad de reestructuración personalógica que limita su capacidad de autodeterminación por cuanto se reducen las posibilidades y contenidos sobre los que decidir y elegir.

Lo anterior, ligado al deterioro personalógico y falta de recursos psicológicos para afrontar el medio, determinan un aislamiento y aceptación pasiva de la situación personal que se les impone. Se jerarquiza la búsqueda de aprobación y reconocimiento externo que mediatiza el desarrollo y expresión de la subjetividad individual y promueve conductas reactivas en el medio familiar.

No logra la satisfacción de sus principales demandas sociopsicológicas, debido a que no tiene ni desarrolla capacidades para planificar su vida actual, aprovechar las experiencias pasadas y reelaborar el presente y el futuro. Como regularidad personalógica se percibe la frustración en vez de la reestructuración y proyección futura.

Aunque se pueden identificar algunos intereses, no se perfilan planes ni proyectos para su obtención, a pesar de no evidenciarse signos de depresión clínica, de forma tal que la falta de proyección y vida pasiva se perfila como algo normalizado en esta adulta mayor.

Las necesidades están enmarcadas en las soluciones del malestar actual por lo que se consideran reactivas y la débil jerarquía motivacional limita la proyección del sistema de motivos en función de la satisfacción y desarrollo personal sin alcanzar la fuerza reguladora y dinamizadora que orienta la personalidad. De esta forma, no se percibe la posibilidad de cambio, amparados en una escasa visión de futuro y marcados por los mismos estereotipos que privilegian un pasado ideal para recordar y un presente conflictivo que solucionar, por lo que el futuro no se consolida como fuente reguladora, matizado además por los mitos y temores asociados a la muerte próxima,

enfermedades e incapacidades que se perfilan en una vejez avanzada. De ahí que se vive un estancamiento psicológico y social en el presente, asociado a una añoranza desmedida por el pasado, visión de la vida y la vejez que justifican la falta de perspectiva futura.

### **Consideraciones finales**

En el transcurso del trabajo se potenciaron y evidenciaron necesidades de autorrealización, trascendencia, integración y participación. Se vislumbraron intereses específicos y posibles vías de satisfacción, así como estimular el uso de la experiencia acumulada para alcanzar la satisfacción deseada. En este sentido, se alcanzó una revalorización de los recursos propios pero aún no se logró una visión integradora de la repercusión social del ser y hacer propio.

El estudio corroboró que en esta etapa resultan significativos los aprendizajes anteriores de la vida, así como las experiencias obtenidas en la cotidianidad, de forma tal que se reafirma esta como una etapa en la cual aun son posibles los cambios cuali-cuantitativos en función del desarrollo personalógico, y se conserva, además el sentido de la vida.

### **Referencias**

- Fernández, N., Clúa, A. M., Báez, R. M., Ramírez, M. y Prieto, V. (2000). Estilos de vida, bienestar subjetivo y salud de los ancianos. *Revista cubana de medicina general integral*, 16(1), 6-12.
- Frankl, V. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Recuperado de [https://www.inaes.edu.py/application/files/6515/8516/6361/RESILIENCIA\\_FRANKL\\_VIKTOR\\_-1979\\_-\\_EL\\_HOMBRE\\_EN\\_BUSCA\\_DE\\_SENTIDO.pdf](https://www.inaes.edu.py/application/files/6515/8516/6361/RESILIENCIA_FRANKL_VIKTOR_-1979_-_EL_HOMBRE_EN_BUSCA_DE_SENTIDO.pdf)
- González-Rey, F. L. (1989). *Psicología, principios y categorías*. La Habana: Ciencias Sociales.
- Milanés, L. (2020). *Cuba, población de 60 años y más (Parte II) (+Mapa)*. Recuperado de <https://www.cubahora.cu/sociedad/cuba-poblacion-de-60-anos-y-mas-parte-ii-mapa>
- Molina, Á. C. (2008). Calidad de vida en la tercera edad. *Cuadernos de Bioética*, 19(2), 271-291.
- Oficina Municipal de Estadística (2012). *Censo de población y viviendas*. Santiago de Cuba: ONE.
- Programa de Atención Integral al Adulto Mayor*. Recuperado de <https://files.sld.cu/redenfermeriacomunitaria/files/2015/01/programa-de-atencion-integral-al-adulto-mayor.pdf>