



PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

Aida Mercado Maya, Hans Oudhof van Barneveld y Erika Robles Estrada.

aidamercadom@hotmail.com

Adulto mayor, propósito de vida, capacidades personales y existenciales, depresión.

RESUMEN

El buen envejecer implica otorgarle a esta etapa un para qué, un sentido que proporcione bienestar personal, de lo contrario estará matizada por el sufrimiento y la desesperación. Por tanto lo sustancial no radica en los años, sino en el significado de esta edad. Con base en lo anterior el objetivo general de este estudio fue establecer la relación entre el propósito de vida, las capacidades personales y existenciales y la depresión en adultos mayores residentes de la zona metropolitana del Valle de Toluca México. Se aplicaron la Escala de Propósito de Vida (EPROVAM) de Mercado (2011) la Escala Existencial (EE), de Längle, Orgler y Kundi (Boado, 2002), y la Escala de Automedición de la Depresión (EAMD de Zung, 1986). Las cuales fueron administradas a 690 adultos mayores, de ambos sexos. Para establecer la correlación entre los factores que las integran, se empleó la *r* de Pearson. Los resultados mostraron que existe una asociación negativa significativa, de tal manera que a mayor autenticidad, encuentro y postura activa (factores que conforman el propósito de vida), así como capacidades personales de autodistanciamiento, autotranscendencia y existenciales de libertad/responsabilidad, menores síntomas de depresión fisiológicos, psicológicos y de insatisfacción personal. Para efectos de este estudio se obtuvieron los índices de confiabilidad y validez para la población de estudio. A partir del análisis de los resultados se puede concluir que el propósito de vida y las habilidades personales y existenciales son factores que pueden contribuir a un mayor bienestar en este sector de la población.

INTRODUCCIÓN

Etimológicamente, la palabra *vejez* –derivado de *viejo*– procede del latín *vēclūs, vetūlus* y significa ‘persona de mucha edad’. Es así que los conceptos *viejo, vejez* y *envejecimiento* hacen referencia a una condición temporal y, concretamente, a una forma de tener en cuenta el tiempo y la consecuencia del tiempo en el individuo, es decir, a la edad.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

En palabras de Fernández (2000) "(...) viejo es un individuo envejeciente (...) la vejez un estado del individuo (...) una etapa de la vida: la última (...) el envejecimiento es un largo proceso que ocurre desde el nacimiento hasta la muerte" (pp. 38-39).

Desde el paradigma de la medicina y de la biología, la vejez es definida en función del patrón de referencia cronológica y a partir de los cambios morfofuncionales, de cuya declinación depende el grado de envejecimiento. Mientras que a partir del marco de la logoterapia, García (2003) puntualiza que "La palabra *vejez* surge de la voz latina *vetus*, que se deriva, a la vez, de la raíz griega *etos* que significa *años, añejo*" (p. 92).

En la época actual se ha abierto un nuevo panorama, en el que se vincula a la persona mayor con procesos dignos tanto en el cuidado de su salud, como en su participación social; sin embargo, se enfrenta una nueva condición, ya que los años de retiro pueden superar los años de trabajo, lo cual implica problemáticas y conflictos potenciales, que requieren nuevas definiciones (Muchinik, 2005).

El buen o mal estado de la salud que pueda presentarse en estos años, puede depender de múltiples circunstancias, tales como: el ritmo de vida llevado, el estado nutricional, condicionantes socio-económicos, culturales, así como, atención y prevención de la salud, ejercicio, entre otros.

A partir de las descripciones anteriores, se puede considerar la vejez como una etapa de integración de la experiencia humana, una fase de desarrollo individual y social, que implica cambios innegables debido al transcurso del tiempo, a partir de los cuales se puede asumir como normal, patológica y saludable.

De acuerdo Fernández-Ballesteros, Moya, Íñiguez y Zamarrón (1999), la vejez normal "corresponde a aquella que cursa sin patologías físicas o psicológicas, por el contrario, la vejez patológica está asociada con múltiples patologías, frecuentemente crónicas" (p. 27).

Así pues, la vejez es inevitable, a menos que la muerte ocurra primero; el que una persona llegue a viejo constituye un logro físico y mental, cuyas condiciones dependerán de la calidad de vida que ha tenido en etapas previas.

El término *viejo* ha tenido connotaciones de dinamismo y autonomía, que han influido en los significados que le han sido conferidos, entre ellos se tienen: tercera edad, adultos en plenitud, y la acepción más actual: *adultos mayores*.

Fernández (2000) indica que "(...) el término menos peyorativo es el de adulto mayor" (p. 42). Por lo que para efectos de esta investigación, se utilizará dicha denominación para hacer referencia a aquellos que transitan entre los 60 y 80 años de edad.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

VISIÓN EXISTENCIAL DE LA VEJEZ

Un campo poco trabajado para estudiar los pormenores de la etapa del adulto mayor es la propuesta teórica existencial, la cual visualiza dos áreas en particular: En lo social, apunta a señalar la importancia de contar con espacios adecuados para las personas mayores a partir del reconocimiento social de intereses, necesidades y expectativas. En lo personal, tiende a revalorizar esta edad como una etapa de la vida con sentido y valor propio, para ello, los adultos mayores habrán que prepararse para vivirla conforme a las posibilidades, que como etapa del desarrollo humano conlleva (García, 2003).

Desde la perspectiva logoterapéutica, este último tránsito en la vida se centra en las posibilidades de trascendencia y plenitud, las cuales permiten resignificar el ser viejo e identificar las características, condiciones y valores presentes en esta etapa de la existencia humana, que es entendida como una continuidad; de esta forma se establece una visión positiva, constructiva, humana y de vida activa para sus actores. Gallo y Kasses (2009) indican:

El hombre, en el transcurso de su vida, pasa por distintas etapas de desarrollo, signadas por crisis existenciales, propias de los procesos de adaptación a los requerimientos resultantes de los distintos roles a asumir. De todas estas crisis, sin lugar a dudas, dentro de las conflictivas está la vejez (...) el individuo debe prepararse para asumir la irrenunciable responsabilidad de darle una respuesta con sentido a esta nueva invitación a la vida que significa la propuesta de una nueva edad. Este desafío no es fácil, pues se está inmerso en una cultura que sobrevalora la vida plena, la juventud, la sexualidad genital y orgásmica, la rapidez y la productividad (pp. 13-14).

Si se considera al hombre como una entidad conformada tanto física, como espiritualmente, la etapa del adulto mayor deja de ser una etapa signada por la pérdida o declinación, pues si bien el decaimiento físico es innegable, se incrementa la libertad para crecer en lo espiritual.

Otra idea consiste en identificar a la vejez con la muerte, lo cual se puede considerar erróneo, pues ésta es una situación que puede acaecer en cualquier momento. Si bien es cierto que la muerte en esta etapa es un suceso más cercano, ello no implica que en la vejez no pueda haber planes, deseos, anhelos, proyectos, relaciones, encuentros. Por el contrario, es también un momento de realizaciones y de crecimiento.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

La vida, no es sólo subsistir, por el contrario, es darle un sentido a cada instante que se viva, se debe aceptar el desafío de investigar y buscar nuevos horizontes. Lo anterior es acorde con las palabras de Lukas (1994) quien resalta que la vejez:

Puede ser una vida de una suave alegría, de maduro juicio interior e inspirada satisfacción. Pero si algún día se extienden sombras que apagan el gozo, sombras como las que arrojan la enfermedad, el abandono o la necesidad de cuidados, entonces sigue existiendo algo, el inajenable sentido de nuestro ser. Aquí y en el más allá (p. 46).

Así, releer el significado de ser viejo y las tareas de desarrollo que ello implica, en su propia realidad peculiar y significativa, e igualmente, poner en manifiesto que una sociedad o comunidad que no respete y potencie la participación de las personas de edad, constituye un conjunto de seres humanos que niegan una etapa de sí mismos. Son aspectos puntuales de una visión más existencialista y no asistencialista, con la finalidad de poder visualizar al ser humano a la luz de su realidad como ser y no del deber hacer, y que busca, de acuerdo con García (2005, pp.73-75), contribuir a:

- Resignificar la vejez y sus posibilidades de trascendencia a través de los valores recreativos, experienciales y de actitud.
- Descubrir el propio quehacer o tarea que como etapa vital presenta; ya que es considerado el desarrollo humano como un continuo, marcado por fases o etapas que, si bien cada una de ellas tiene su propia razón de ser, adquieren su sentido pleno cuando son explicadas desde la existencia personal como totalidad.
- Superar mitos y prejuicios personales y sociales arraigados en una concepción funcionalista de la vejez como etapa de vida.

Detrás de una eficaz adaptación, habrá una persona sana, madura, integrada, que asume el envejecimiento personal como un proceso natural, implícito en la condición humana. Por tanto, envejecer es una vivencia personal, impredecible, única en la existencia: es la gran lección que día con día da la vida. En la cual se revaloriza la propia realidad peculiar y significativa en sí misma y en razón de la vida personal como un todo.

Un todo que se manifiesta en la dimensión noética la cual implica la esencia de la persona, la responsabilidad personal de cada quien de su *ser* y *hacer*, pues precisamente esta dimensión es la única que conserva la libertad en el ser humano ante las diversas circunstancias; y por ello son las acciones y actitudes del individuo las únicas que construyen su vida. Guberman y Pérez (2005) refieren que en ella cobra lugar la voluntad de sentido que es la motivación

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

básica del hombre y que resalta el hecho no solo de encontrar sentido en lo que se es, sino también en lo que se puede llegar a ser.

Al respecto Frankl (1999) postula que desde la dimensión noética o espiritual, la persona puede oponerse a los condicionamientos biológicos, psicológicos y sociales, orientándose hacia el sentido único y singular en su situación concreta de la vida. Así, la vejez se puede considerar como un proceso diferencial y no como un estado, al permitir derivar consecuencias significativas. Partiendo del hecho de que por tratarse de un proceso dilatado, en éste intervienen un número considerable de factores de todo tipo que lo van configurando diversamente. Algunas variables producirán efectos acumulativos, otras compensatorios.

Se trata, pues, de un ejercicio que corresponde a cada hombre confeccionar, ya que cada uno es artífice de su destino personal, de ahí, el hecho de desarrollar una forma peculiar de enfrentar la realidad de la propia vejez y de adaptarse y actuar dentro del marco definido por su realidad socio-económico-cultural. Es decir, a medida que se van experimentando los cambios propios de la edad, tendrá activamente que modificar y reconstruir expectativas de vida futura e interpretaciones de la vida pasada. Así, los significados atribuidos al envejecimiento podrán ser diferentes en función de la posición de la persona y su visión ante el cierre de la vida. Lo que se debe evitar es que el adulto mayor vegete hacia la muerte, esto es inhumano.

CONCEPCIÓN EXISTENCIAL DEL HOMBRE

El análisis existencial hace referencia directa a un modo de acercarse al ser humano que está en el mundo y dentro de un contexto histórico-social concreto. Visualiza al hombre como un ser tridimensional constituido por *soma*, *psique* y *nous*.

Estas tres planos manifiestan una unidad a pesar de su multiplicidad, y conforman la ontología de la persona; es decir, el hombre no es espíritu; el hombre no es cuerpo, tiene cuerpo; y exactamente igual que tiene espíritu; es dimensión somática, dimensión psíquica y dimensión noética (también llamada del espíritu, o del logos), por tanto, el ser humano es la unidad en que se unifica y totaliza el cuerpo y el espíritu (Freire, 2002).

La dimensión somática es sencilla de comprender, ya que a ella pertenecen los fenómenos corporales, es decir, todas aquellas actividades correspondientes a los procesos fisicoquímicos. La dimensión psíquica se constituye por pensamientos y sentimientos de deseo, fracaso, malestar, tensión, frustración, entre otros. Mientras que la dimensión espiritual no es algo que caracterice al hombre de la misma manera que lo hace la dimensión biológica o psíquica –que también son propias del animal–, sino que es una dimensión que distingue al hombre, que le

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

pertenece propiamente a él; es esta dimensión la que no sólo lo constituye y caracteriza, sino que también es el núcleo de los actos y existir humano.

De acuerdo con Pareja (2006) "(...) la dimensión somática y la dimensión psíquica (lo anímico) son propias de los seres vivos, animados, es decir, de los animales y el ser humano (...) la dimensión del espíritu es una dimensión específica, única y distintiva del ser humano", (p. 265) e integra las siguientes características:

- Esta dimensión específicamente humana es la que permite reconocer al hombre como, *ser humano*, y es aquí donde se le nombra como dimensión existencial.
- En este sentido, es ontológicamente distinta a la somática y a la psíquica, y a su vez junto con ellas conforma una unidad-antropológica en el ser humano.
- La dimensión existencial se caracteriza por tres notas específicamente humanas: *Libertad, responsabilidad* de esa libertad, ambas surgen como manifestaciones de la *espiritualidad* del ser humano.
- En cuanto que es la manifestación de la persona, es una dimensión que no está afectada ni sujeta al declinar inevitable de la somática y psíquica. En otras palabras, sólo la facticidad psicósomática está llamada a la muerte y no la dimensión existencial que, en este punto concreto, es sinónimo del espíritu humano. Este espíritu, en la concepción analítico-existencial, es inmortal.

Por tanto, se puede acotar que dicha dimensión no se enferma, sólo se bloquea por los condicionamientos biológicos o psicológicos; en este sentido, esta dimensión se hace manifiesta en la libertad y la responsabilidad del ser humano para enfrentar su situación fáctica. El análisis existencial enfatiza que la existencia es un modo específico del ser humano, cuya característica de fondo no es ser un ser fáctico, sino un ser facultativo.

Al respecto, Pareja (2006) menciona: "La diferencia entre el ser fáctico y el ser facultativo reside en que el ser humano siempre puede llegar a ser de-otro- modo y no tiene que ser siempre así, como sucede en la facticidad determinística" (p. 266), ya que es un ser humano condicionado, más no determinado.

El hombre como un ser facultativo, único, irrepetible, libre, responsable, capaz de autodistanciarse y autotranscender, tiene la capacidad de enfrentar y valorar los avatares de su vida, como una tarea individual, que no puede ser ejecutada por ningún otro, ya que sólo la persona, en su unicidad e individualidad, tiene los argumentos para ello. Lo que explica el origen de todas las acciones del hombre e implica toda su unidad y totalidad; además, de considerarse como centro de la esencia.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

En este sentido, Frankl (1999) plantea "(...) la apertura incondicionada e irrestricta de la persona y su capacidad para tomar distancia de todo, incluso de sí mismo". En tanto que Pantoja (2004) visualiza a la persona como: "centro existencial espiritual" (p. 173). Además, considera medulares los aspectos de decisión, libertad, responsabilidad, voluntad, conciencia y amor, estas seis disposiciones encaminan al hombre a las actitudes que se asumen ante las adversidades de la existencia y el qué se aporta o el cómo se responde a la vida.

Frankl (2001) refiere lo siguiente:

El hombre no sólo encuentra significativa su vida por lo que hace, sus obras, su creatividad, sino también por sus experiencias, sus encuentros con lo verdadero bueno y bello del mundo; así como por sus encuentros con los demás, con los seres humanos y sus cualidades únicas (p. 29).

Ser hombre es estar orientado intencionalmente hacia otro ser o hacia un semejante. Pero en el momento que esa intencionalidad se vuelve hacia uno mismo, pierde su sentido. Es decir, cuando se vuelve hacia algo subjetivo, se está objetivando al otro. Entonces, la mirada objetiva pierde su verdadero objeto y, por tanto, su verdadera intencionalidad.

Por tanto, el hombre se reconoce a sí mismo, en la medida en que puede coexistir con otros hombres, para lo cual debe tender primeramente hacia la mismidad (estar en uno mismo) y después, hacia la coexistencia (compartirse con el otro). Al respecto, Buber (2002) señala al hombre como un ser dialógico que, con simples monólogos, no puede llegar a ser nada y, menos aún, hombre. Un ser dialógico que necesita un Tú para ser un Yo.

EXISTENCIA Y PROPÓSITO DE VIDA

Resulta complicado hablar de propósito de vida en la etapa del adulto mayor, ya que se tiene documentado, en dicho sector poblacional, un panorama de abandono, pobreza y exclusión. Por una parte, todo parece ir en contra; y por otra, se habla de plenitud, de paz, de balance positivo y de agradecimiento por lo vivido. García (1994) ilustra esto último retomando las palabras de Immanuel Kant: *No llores por los días felices que han pasado, alégrate porque han sido.*

Por tanto, la vejez posibilita un tiempo para reconciliarse consigo mismo, con los demás y con lo divino; sus actores, los adultos mayores son testimonio viviente de cómo se puede envejecer, son modelos y maestros para las futuras generaciones. Dado que la aceptación activa de esta etapa, la transmisión de felicidad por lo que se ha vivido y de agradecimiento por lo recibido, es una herencia impagable para quien tendrá que hacer el mismo camino en el

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

futuro. De tal manera que el adulto mayor en la realización plena y plenificante de su ser podrá a sí mismo recapitular su vida y prepararse para la muerte inminente.

No se pueden negar las pérdidas propias de esta etapa, las cuales implican procesos de duelo que conlleva a una nueva adaptación ante los avatares que se presentan en la vida, lo cual puede conllevar un matiz de depresión, que de acuerdo con los recursos personales y existenciales con que cuente el adulto mayor, podrá tener un proceso de resolución poco acertado o una elaboración adecuada que le permita envejecer con sentido.

De acuerdo con Lukas (2002), la conexión entre sentido y sufrimiento radica en "(...) transformar el sufrimiento en logro humano (...) el poderoso legado del amor trasciende la muerte. La tragedia de lo inevitable se suaviza por la conciencia de una vida plena" (p. 80).

Así, la posibilidad de vislumbrar un propósito ayuda a encontrar una actitud positiva a una cuestión inalterable. El adulto mayor matizado por los cambios propios de esta edad requiere plantearse nuevas metas, con la posibilidad de incluir a otros, para que dicha actividad adquiera sentido. Frankl (1990) señala envejecer es un aspecto de lo perecedero de la existencia humana, pero en el fondo es un gran incentivo para la responsabilidad y el reconocimiento esencial de la existencia humana.

Al respecto, García (1994) escribe "(...) concienciar que la vida de cada individuo tiene propósito es sentir la propia vida como una gracia; y quien siente y transita en la vida como una gracia, no puede sentir que su vida sea una carga" (p. 95). Para dar cumplimiento al propósito de vida es necesario asumir la responsabilidad de persona única y singular en la concreta situación del aquí y del ahora.

Aun cuando se tengan resueltos los aspectos de salud, económicos y familiares, deben de plantearse nuevas metas, se deben incluir a otros para su concreción. La no adversidad puede llevar a un sentido más profundo, que fructifica en el hecho de ayudar a otros, ya que el éxito por sí mismo no es éxito; la felicidad como un fin en sí mismo no es felicidad. Deben ser compartidos con otros si ha de jugar un papel satisfactorio en la salud física de una persona. La frustración existencial y las dudas respecto del sentido de la vida pueden hacerse a un lado cuando la persona tiende al encuentro genuino y auténtico.

FACULTAD EXISTENCIAL DE LA PERSONA

Como ya se mencionó el hombre está constituido por tres dimensiones: somática, psíquica y noética, ésta última es la más genuina, constitutiva y distintiva del ser humano; hasta el punto de que el análisis existencial define al hombre como un ser en esencia espiritual; aunque no exclusivamente espiritual. Frankl (1999) refiere que "(...) los elementos constitutivos de la

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

existencia son: 'espiritualidad', libertad y responsabilidad, son tres fenómenos primarios irreductibles del ser del hombre" (p. 166).

Lo que constituye la noésis en la persona, es su capacidad de tomar una actitud ante sí misma o tomar distancia de su dimensión psicofísica, lo cual es posible a partir de sus capacidades existenciales de libertad y responsabilidad, para actuar frente a las influencias internas y externas, adaptándose y tomando postura ante lo que no puede cambiar, así como reconocer fuera de sí mismo las formas de sentido que la vida misma le presenta; comprendiendo que la esta no es como le gustaría que fuese, sino que simplemente es.

Es decir, la dimensión específicamente humana presenta herramientas como *libertad*, *responsabilidad*, *autodistanciamiento* y *autotrascendencia* que le permiten encontrar un sentido de vida, las cuales conforman la dimensión existencial de la persona, y a continuación son descritas:

- *Libertad*

La libertad, desde la óptica de la logoterapia, tiene que ser construida y vivenciada para algo, que manifieste actitud, decisión, un proyecto en sí. En torno a ello, Frankl (2001) puntualiza:

El hombre no está libre de condicionamientos, sean biológicos, psicológicos o de naturaleza sociológica. Pero el hombre es y sigue siendo libre de tomar posiciones con respecto a estos condicionamientos; siempre conserva la libertad de decidir su actitud para con ellos (p. 19).

A partir de esta concepción, se entiende que el hombre es libre respecto de su actitud, así la libertad humana se contrapone al destino, específicamente a tres tipos de condicionamientos: frente a los instintos, la herencia y el medio ambiente (Frankl, 1992).

Por tanto, la persona no es un ser que depende con fatalidad del tipo biológico o del carácter psicológico. Tiene tipo o carácter, pero es persona, y este ser persona significa libertad para ser diferente; en otras palabras: el hombre decide sobre sí mismo, sobre su facticidad y su existencialidad. Es libre de ser así y de convertirse en algo diferente.

Unikel (2000) refiere al respecto: "(...) nacemos potencialmente libres, y estamos llamados a potenciar esa libertad, pero no la tenemos que ganar a cada instante (...)" (p. 34).

A lo anterior es pertinente agregar que esta lucha también se realiza conjuntamente a través de la responsabilidad; ya que de acuerdo con los planteamientos franklianos, la libertad degenera, en arbitrariedad, cuando no va acompañada de la responsabilidad.

La libertad y la responsabilidad son polaridades constantes en la vida, no deben estar separadas, la libertad sin responsabilidad no tendría límites humanos, la responsabilidad sin

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

libertad haría al hombre rígido, es necesaria la libertad para hacer valer la responsabilidad, y viceversa.

- *Responsabilidad*

En lo que compete a la responsabilidad, Noblejas (2000) menciona que la responsabilidad "(...)" es la capacidad de responder libremente a las preguntas que ofrece la vida, en cada situación en que nos encontramos, así como de asumir las consecuencias o efectos de nuestras elecciones" (p. 42).

Esta definición induce a concebir al individuo como un ser capaz de dar respuesta a problemas y tareas que se presentan en el transcurso de la vida que le permiten vivir; lo cual en palabras de Fizzotti (2004), "(...) significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir con las tareas que la vida asigna continuamente" (p. 76).

Por ello, se concibe a la responsabilidad como auténtica esencia de la existencia humana, ya que no se es sólo responsable en la acción, sino que implica, de acuerdo con dicho autor "(...) el aquí y el ahora, en la concreción de las situaciones o personas singulares" (p. 76).

La responsabilidad, en el ser humano, inquiriere su respuesta personal en dos sentidos: la mismidad y la apertura; es decir, estar con uno mismo y estar con los otros. Por lo cual, la libertad responsabiliza al hombre de sus decisiones y de sus actos ante sí mismo y ante los demás.

Aun ante la facticidad psicofísica en el hombre, cabe argumentar la aceptación de ésta, y buscar posibilidades reales de desarrollo personal y aportación a la sociedad. En este sentido Frankl (1992) escribe que:

La responsabilidad es el acto de decidir que implica un *de qué* y un *contra qué* de tal decisión, el ser humano decide hacer una cosa y no otra cosa, es decir, el hombre es responsable de algo, este algo, según la visión de la logoterapia es la realización de la vida con sentido y valores (...). Así como el ser humano es responsable de la realización del sentido específico de su vida personal, también es responsable *ante* algo, o ante alguien, sea la sociedad, el género, la humanidad o su propia conciencia. (p. 85).

Los planteamientos anteriores conciben a la responsabilidad como un factor importante para el desarrollo educativo y la salud mental del hombre, ya que cuando éste se responsabiliza, adquiere poder para hacer algo con su vida, puede asumir una actitud que le posibilite operar cambios.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

Responsabilizarse significa, en este caso, asumir voluntaria y conscientemente la vida (Unikel, 2000). El hombre, entonces, no se mira a sí mismo como el problema, como la situación, sino que puede tomar distancia de ello. De esta manera, el autodistanciamiento es un recurso potencial de la existencia.

- *Autodistanciamiento*

El autodistanciamiento está unido a la libertad del hombre, la cual incluye el tomar posición frente a sí mismo, para poder distanciarse en cuanto organismo psicofísico, y constituye la persona noética. Así es como se pasa del yo fáctico al yo facultativo, el cual ejerce su posibilidad de oposición psiconoética con respecto a los condicionamientos somatopsíquicos y las circunstancias sociales.

Se puede sustentar que el ser humano tiene la libertad de realizar lo que desee, incluso acciones sin razón de ser; pero a su vez tiene que reconocer que su libertad requiere siempre de responsabilidad para ir más allá de sus actos y de él mismo; ser persona no significa tener que ser sólo así y nada más, sino que es poder ser siempre de otra manera. Esta capacidad de madurar más allá de sí mismo requiere de autodistanciamiento.

Al respecto, Frankl (1999) escribe: "(...) somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos". (p. 19). Sólo descentrándose de sí y viéndose la persona no como el síntoma, la limitación o la situación que le ha tocado, es como podrá asumirse en su existencia individual y humana. Lo anterior lleva al hombre a contactar de forma justa, honesta y madura, para percatarse que sus problemas son factores que acontecen, pero que él es más que lo que le sucede. En torno a lo anterior, Unikel (2007) escribe:

El autodistanciamiento le permite al individuo verse a sí mismo, ser consciente de sí mismo, y desde esa posición de observador de sí mismo y del mundo, asumir una actitud libre y responsable frente a los problemas que lo aquejan. Por ello, el ejercicio de la libertad y de la responsabilidad se da desde el autodistanciamiento (p. 299).

Se trata de la posibilidad que tiene el hombre de ser consciente de sí mismo y de poner distancia con los acontecimientos que experimenta, para que de esta manera asumir una actitud libre y responsable frente a éstos. Esta posición rompe con la visión estrecha de que el destino le rebasa, sobre todo en aquellas situaciones que conllevan dolor y sufrimiento, como es el caso de la enfermedad o de algunas pérdidas que pudieran ser incapacitantes en los ámbitos biológico, psicológico o social.

Por su parte Noblejas (1994) indica que el autodistanciamiento permite, a la persona, utilizar lo mejor de sí misma –su espiritualidad– para vivir dignamente la experiencia de los embates y sufrimientos inevitables de la vida, ya que desde las profundidades de la desesperación y la

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

nada, un hombre es capaz de temprar para sí mismo una experiencia de vida significativa y plena de sentido; se transmuta así la desesperación en un logro, se deja de ser posibilidad para convertirse en necesidad. Al respecto, Bretones (1998) refiere: "(...) no somos lo que nos pasa, sino que somos lo que somos a pesar de lo que nos pasa" (p. 29).

El hombre al apegarse a la dimensión espiritual puede desplegar una serie de recursos para hacer frente a las disposiciones físicas, psicológicas y sociales, decide libremente cuál será su posición ante ellas en cada momento que vive. Para ello, habrá que elegir entre dejarse llevar por la desesperación o bien buscar alternativas posibles y afrontar su experiencia.

Unikel (2007) menciona:

Esta capacidad humana es impresionante, porque, aunque no se está libre de escoger sensaciones y sentimientos frente a los destinos *inevitables*, si puede asumir una actitud frente a ellos, y cuando eso sucede el hombre *da el salto a la dimensión espiritual* (p. 302).

Cuando la persona puede verse y asumirse mucho más allá de sus condicionantes, entonces, no sólo se ha autodistanciado, sino que, además, ha entrado en el campo de la autotranscendencia.

- *Autotranscendencia*

El ser humano dentro de la perspectiva existencial, es el ser que está-en-el-mundo, el ser-responsable y el ser-decisivo o que se-decide. Y todas estas características antropológico-existenciales se pueden sintetizar en una formulación sencilla. El ser humano es el ser radicalmente abierto al mundo. Esta apertura del ser humano hace referencia a la autotranscendencia del ser humano.

Este recurso, de acuerdo con Frankl (1999) denota "(...) el hecho de que el ser humano siempre apunta y se dirige a algo o alguien distinto de sí mismo –para realizar un sentido o para lograr un encuentro amoroso en su relación con otros seres humanos–" (p. 26), lo que marca el hecho de que la existencia humana apunta siempre hacia algo o alguien que no es ella misma; y en este movimiento de dentro hacia fuera por parte del hombre, revela el verdadero sentido de su vida, ya que sólo en la medida en que el hombre vive la autotranscendencia se convierte realmente en ser humano, lo que conduce a la realización de sí mismo.

Al situarse el ser humano en una forma autotranscendente, permite que éste no sólo lleve una relación de encuentro con el otro, sino también una identidad sólida, estable y flexible, que nada tiene que ver con una exclusión narcisista y egoísta. Por ello, no hay nada mejor para

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

controlar el egoísmo que encontrar un motivo más allá de sí mismo y acceder a vivir por motivaciones que van más allá de los propios intereses (Bretones, 2002).

Es decir, el hombre está llamado a ir más allá de sí mismo, ya que las relaciones humanas son las evidencias más claras de la vivencia de la autotrascendencia, se podría decir que es un facilitador para encontrar sentido; la vida sólo es vida cuando es servicio, ya que sólo vivo cuando siento que mi vida sirve para algo. Lo fundamental no es vivir y dejar vivir, sino ayudar a vivir.

Es un camino que conduce al reencuentro, es voltear hacia el mundo de los demás. Cuando se ofrece lo mejor de sí mismo a alguien, se regala lo mejor a sí mismo, es decir, se genera un círculo virtuoso de dar amor al otro, que sale indudablemente de mí mismo con la capacidad de realizarlo consciente e intencionalmente, no por accidente (Unikel, 2007).

Ante ello, el hombre no puede dejar pasar su momento existencial, su tiempo existencial, no puede negarse a sí mismo ni negarse a la relación con otros seres humanos, el hombre se constituye en verdadero hombre cuando puede darse en el encuentro con otro ser humano, cuando es capaz de salir de sí mismo, de coexistir. Es decir, si no es ahora, ¿cuándo? Si no soy yo, ¿quién?

Pensando la coexistencia, también se podría plantear el siguiente cuestionamiento: "Si sólo soy yo, entonces, ¿quién soy?; si sólo eres tú, entonces, ¿quién soy?, pero, si somos tú y yo, entonces, ya soy.

Para finalizar este apartado, se puede decir que el hombre tiene que vivir-viviendo, existir-existiendo y ser-siendo, ya que no basta con vivir y existir, hay que ser; ya que, cuando el hombre se niega a sí mismo, pierde sus facultades existenciales, vive a merced de la facticidad de su destino, vive dominado por aquello que compete al plano psicofísico, no puede tomar distancia de éste, se llena de vacío, desesperación y de sufrimiento innecesario, que puede derivar en una situación depresiva.

CONCEPCIÓN EXISTENCIAL DE LA DEPRESIÓN

Desde la perspectiva del análisis existencial, pueden ser consideradas todas las formas de depresión como una lucha de la persona por percibir el valor de su propia vida. De acuerdo con esto, la depresión constituye una información afectiva de la pérdida de valor y de sentido en la propia vida. En dicho estado afectivo, inciden aspectos biológicos, psíquicos y sociales. El sentido existencial de los estados depresivos radica en un debilitamiento de la relación del individuo con su propia vida. Esto, a su vez, influye sobre la actitud con respecto a su vida en

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

cuanto a preguntarse en qué medida es capaz de soportar y configurar su existencia. Semejante sufrimiento conlleva reacciones típicas de enfrentamiento y agresión.

Desde el análisis existencial, la depresión es un disturbio psíquico que precisamente resulta tan agobiante porque afecta la vivencia de los valores. Frankl (1992) plantea que la depresión no es concebida solamente como un disturbio psíquico con una mayor o menor participación somática, sino también como un disturbio que afecta tanto las disposiciones como las actitudes, las decisiones y la vivencia espiritual del mundo y de sí mismo.

En relación con lo anterior, Längle, (2005) explica:

(...) lo concreto en el disturbio de carácter depresivo es, pues, que la relación objetal con el mundo y consigo mismo (sobre todo con el cuerpo) prácticamente queda inalterada. Lo que resulta perturbado es la percepción del valor en el complejo relacional. Aquellas cosas que alegran normalmente o que resultan agradables o interesantes palidecen y pierden su color, fenómeno que es conocido como afección negativa. Su importancia existencial radica en la pérdida de la vivencia del valor, lo cual implica pobreza en la dimensión espiritual, que da cabida a los valores, los cuales llenan la vida y que mantienen y hacen atractivas las relaciones. (pp. 94-100).

Los valores, por tanto, tienen un efecto vivificador, fortalecedor y nutritivo en la persona y en su psique. La depresión conlleva, entonces, disturbio en la vivencia de valores, pérdida del valor psíquico, así como pérdida de la nutrición espiritual. De esta forma, domina la pérdida de la vivencia del valor.

Bazzi y Fizzotti (1989) especifican que los cambios en el estado de ánimo suelen derivarse "(...) del sentimiento de falta de sentido (...) íntimamente vinculado a un sentimiento de vacío interior" (p. 112); que también se llama vacío existencial, y que precede a la frustración existencial; este vacío se manifiesta cuando la persona ha perdido el para qué de su existencia, es decir, su sentido.

El vacío existencial y la presencia de síntomas depresivos son aspectos que se encuentran asociados (Mercado, 1996); cuando la situación individual y de grupo no son favorables, se pueden desencadenar cuadros depresivos mayores. Acevedo (2004) refiere que "(...) muchos dolores humanos se originan en causas externas, mientras que otros, a los que llamaría 'salto existencial', se originan en ese vacío interior de la falta de sentido" (p. 50).

Acevedo (2004) expone:

Si el hombre es un ser en el mundo, el mundo incluye un mundo del sentido y de los valores. El sentido y los valores son las razones que mueven al ser humano a adoptar

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

un determinado comportamiento (...) son el logos que la psique busca al trascenderse a sí misma. Lo anterior no es posible en el caso de la depresión, ya que ésta es un reflejo de la percepción y vivencias negativas que matizan las cualidades de la vida (pp. 42-43).

Para la persona depresiva su vida no es buena, no tiene más ganas de vivir, de soportar por más tiempo el matiz pesado de esta así como los sufrimientos y penurias; su existencia ha perdido su valor y en cuanto más estrecha se hace esta visión, menos posibilidades de cambio ve o cree tener aún.

La persona depresiva no generaliza su experiencia, es decir, lo que vive no vale necesariamente para los demás. Por el contrario, la comparación con los demás se convierte en motivo adicional de agudización de la depresión. No tiene la capacidad para comprender a los otros; vive en una constante perturbación y desorientación, en un tiempo sin tiempo, teme el día de mañana, se siente incapaz de poder soportar más, no duele el hecho, no duele la vida, duele su vida (Längle, 2005).

La conjugación de salir, servir y encontrar sentido a la propia vida comporta una manera nueva de vivir; ya que cuando se consigue ver de otra manera la realidad, se termina también viviendo de otra manera. Solo en el encuentro, la persona tendrá la oportunidad de ser útil mediante el servicio, lo cual no está prohibido para quien transita la última etapa de la vida la de ser adulto mayor.

El hombre debe reconsiderar el hecho de que la vida es fugaz y que el envejecimiento no sólo consiste en un proceso de oxidación del cuerpo, o la disminución de algunas funciones y capacidades; apela al hombre ante la finitud de la vida, para que se apropie de su situación personal y tome una actitud frente a ésta, con la posibilidad y la oportunidad de la elección; para transitar por este último recorrido a cada momento puede recurrir a su dimensión existencial, conformada por sus capacidades personales de existencia de libertad y responsabilidad, así como a las existenciales de autotrascendencia y autodistanciamiento; y desde ellas oponerse humanamente a la facticidad de su destino, para trascender su existencia, en el entendido de que ésta no perece, es infinita.

Por tanto puede ir de lo fáctico (destino) a lo existencial (plenitud), de la inmanencia a la trascendencia y con ello posibilitar su propósito de vida para estos años. Aperturando una experiencia más serena lejos de la desesperación y del vacío existencial. Permittedose transitar su devenir existencial hasta el último de sus días.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

MÉTODO

Participantes

Se trabajó con un muestreo no probabilístico de tipo accidental, conformado por 690 adultos mayores de los cuales 353 fueron mujeres y 337 hombres, con edades comprendidas entre los 60 y 70 años. Para ello se contactaron instituciones dedicadas a la atención y cuidado de adultos mayores, tales como IMSS, ISSEMyM, DIF, clubs de la tercera edad; así como centros religiosos, mercados, plazas públicas, ubicados en los municipios que conforman la zona metropolitana del Valle de Toluca.

Instrumentos

Los aspectos sociodemográficos se documentaron en un cuestionario elaborado para tal efecto. Así mismo se aplicaron los siguientes instrumentos:

Escala de Propósito de Vida para Adultos Mayores de Mercado (2011), que está construida por 44 reactivos, con cuatro opciones de respuesta: pocas veces, algunas veces, muchas veces, y la mayoría de las veces, distribuidos en tres factores: Autenticidad con 22 reactivos, Encuentro con 13 ítems y Postura con 9. Cuenta con un Alfa total de 0.964 y por factor de 0.954, 0.918 y 0.876 respectivamente.

Escala Existencial de Längle, Orgler y Kundi (2000), su objetivo es documentar empíricamente la dimensión existencial de la persona desde la visión de la logoterapia. Para ello, evalúa las competencias personales y existenciales de la persona. Las preguntas de esta escala se encuentran orientadas hacia los logros que ha tenido la persona en la configuración de una existencia plena, llena de sentido, con la ayuda de sus fuerzas personales. Para efectos de esta investigación se obtuvieron los índices de validez y confiabilidad para la población de estudio, los cuales arrojaron una estructura de tres factores: Autodistanciamiento integrado por 14 reactivos, Autotrascendencia por 5 y Libertad/Responsabilidad por 5 ítems. Se conservaron 24 reactivos, de los 46 que integran la escala original. Las alfas obtenidas, tanto total como las correspondientes a cada uno de los componentes de la escala, fueron: 0.930, 0.916, 0.804 y 0.778.

Escala de Automedición de la Depresión, de Zung (1986) la cual permite establecer los síntomas físicos sin base orgánica aparente, además de medir las llamadas depresiones ocultas, muy comunes en la etapa del adulto mayor. Consta de 20 ítems, con cuatro opciones de respuesta: nunca o muy pocas veces, algunas veces, frecuentemente y la mayoría de las veces.

Los índices de validez de la escala se obtuvieron a partir del análisis factorial exploratorio con rotación ortogonal (Varimax). Se conservaron los 20 reactivos del instrumento original, que de acuerdo con la carga factorial se distribuyeron en tres factores: Fisiológico, mide síntomas

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

físicos relacionados con la depresión como: variaciones del sueño, apetito, peso, problemas de índole sexual, gastrointestinales y cardiovasculares ($\alpha = 0.818$ con 10 reactivos). Psicológico evalúa intranquilidad, confusión, desesperanza, indecisión, irritabilidad, disgusto e ideas suicidas ($\alpha = 0.805$ con 6 reactivos) y el de Insatisfacción Personal que hace referencia a la sensación de vacío y desvalorización personal ($\alpha = 0.635$ con 4 reactivos), El Alfa total del instrumento fue de 0.852.

Procedimiento

Se contactó a personas adultas mayores, a los cuales se les informó sobre los aspectos generales y el objetivo de la investigación. Se les solicitó su autorización por escrito (consentimiento informado) para participar en la presente investigación, garantizándoles la confidencialidad y anonimato de sus datos personales.

Análisis estadísticos

Los datos fueron procesados en el paquete estadístico SPSS, para obtener la validez de las escalas se corrió un análisis factorial ortogonal varimax, el índice de confiabilidad se obtuvo a partir del Alfa de Cronbach. El grado de asociación entre las variables de estudio se estableció en función de la Correlación de Pearson, la prueba de hipótesis se efectuó con un nivel de significancia de 0.05.

RESULTADOS

Respecto al grado de asociación presente entre los factores que integran las escalas de Propósito de Vida, Existencial y de Automedición de la Depresión, se pudo observar que guardan relaciones altamente significativas; con valores de r de Pearson que van de bajos a regulares. Así, a mayores síntomas fisiológicos, psicológicos y de insatisfacción personal, menores son las capacidades existenciales-personales de autodistanciamiento, autotranscendencia y libertad/responsabilidad; lo mismo ocurre con las dimensiones del propósito de vida: autenticidad, encuentro y postura activa. Mientras que las dimensiones de la escala existencial y de la escala de Propósito de Vida correlacionan positivamente, es decir; a mayor autodistanciamiento, autotranscendencia y libertad/responsabilidad, mayor autenticidad, encuentro y postura activa.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

Correlaciones entre las dimensiones de las Escalas Propósito de Vida para Adultos Mayores, Existencial y Automedición de la Depresión

Medida	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Fisiológico	1								
2. Psicológico	.376	1							
3. Insatisfacción personal	.262	.562	1						
4. Autodistanciamiento	-.700	-.494	-.350	1					
5. Autotrascendencia	-.318	-.664	-.400	.463	1				
6. Libertad/Responsabilidad	-.546	-.388	-.236	.751	.395	1			
• Autenticidad	-.403	-.776	-.467	.553	.715	.436	1		
• Encuentro	-.303	-.633	-.336	.454	.672	.342	.835	1	
• Postura activa	-.651	-.399	-.232	.744	.347	.590	.461	.378	1

Nota: Todos los coeficientes son significativos con una $p \leq .001$

DISCUSIÓN

Después de llevar a cabo los análisis correspondientes, se obtuvieron los índices de confiabilidad y validez de las escalas de Propósito de Vida para Adultos Mayores, Existencial y de Automedición de la Depresión; las cuales resultaron ser válidas y confiables para la población de estudio.

Con base en el análisis de correlación, se pudo establecer la asociación existente entre los factores que integran las tres escalas. Se tuvo una correlación negativa en cuanto a las dimensiones que integran la Escala de Automedición de la Depresión y las que conforman la Escala Existencial y Propósito de Vida; de tal manera que a mayores síntomas fisiológicos, psicológicos y de insatisfacción personal, menores son las capacidades de autodistanciamiento, autotrascendencia, libertad/responsabilidad, autenticidad, encuentro y postura activa; es decir, cuando la persona se asume en su totalidad, sólo en su dimensión psicofísica, se incrementa la presencia de síntomas depresivos; con ello, se resta la posibilidad de ser en las dimensiones facultativa y espiritual. Lo anterior coincide con lo referido por Frankl (1992), quien explica que la depresión es un disturbo que afecta tanto las disposiciones como las actitudes, las decisiones y la vivencia espiritual del mundo y de sí mismo.

Cuando el hombre responde a lo que le acontece sólo desde el primer plano de la ontología tridimensional (soma) merma, con ello, sus capacidades personales existenciales; cuando apela a su humanidad para hacer frente a los avatares de la vida, posibilita la presencia de la

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

dimensión noética, con esta actitud, entonces, el hombre tiene claro un propósito de vida; tales aspectos favorecen el tránsito de lo fáctico a lo facultativo, al yo auténtico, el cual es coexistente, autotrascendente, libre, responsable, autónomo, capaz de tomar distancia respecto de sí mismo en cuanto organismo psicofísico y que puede asumir una postura activa de su ser para enfrentar situaciones inexorables.

Lo anterior se fundamenta en lo expuesto por Acevedo (2004), quien señala que si el hombre es un ser en el mundo, el mundo incluye el sentido y los valores, ambos son las razones que mueven al ser humano a adoptar un determinado comportamiento; son el logos que la psique busca al trascenderse a sí misma. Lo anterior no es factible en el caso de la depresión, ya que ésta es un reflejo de la percepción y vivencias negativas que matizan las cualidades de la vida.

Längle (2005) especifica que paralelamente a la vivencia se genera una actitud que afecta a la vida en su totalidad, es decir, que la persona depresiva transforma su actuar hacia la vida misma. Por eso, su concepción de la vida se torna en ser así y no poder ser de otra manera, huye de la responsabilidad, de sí mismo, se torna impersonal y vive en la indigencia espiritual.

Sirva lo anterior para comprender la relación que se presentó entre las capacidades existenciales personales de autodistanciamiento, autotrascendencia y libertad/responsabilidad con las dimensiones del propósito de vida: autenticidad, encuentro y postura activa, las cuales fueron altas y significativas.

Esta relación es congruente de acuerdo con Acevedo (2004), en el hecho de que para superar la facticidad de los determinismos, el individualismo y el hedonismo, considerados como situaciones inmersas en la depresión, es conveniente que la persona se asuma como un ser único e irrepetible en la vivencia del aquí y del ahora, aceptante de su tridimensionalidad (orgánica, psicológica y noética); además, debe comprender sus mecanismos de funcionamiento (equilibrio y tensión); así como vivir la vida como una tarea única y específica, en busca de valores y el propósito en cada situación; cuando el hombre utiliza sus recursos personales y existenciales, así como su capacidad de ser auténtico, coexistente y, con una postura activa, podrá entonces desplegarse y vivir su situación singular desde la plenitud de su ser.

Desde la visión de la logoterapia, un ser humano se constituye en su auténtica y genuina humanidad, cuando se hace presente la dimensión existencial y moviliza los recursos que le son propios, específicamente su libertad y responsabilidad, condiciones necesarias para descubrir y vivenciar el propósito de su vida significativamente.

CONCLUSIONES

- La Escala de Propósito de Vida para Adultos Mayores construida para efectos de esta investigación es un instrumento válido y confiable.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

- Tanto las escalas Existencial y de Automedición de la Depresión son válidas y confiables para la población de estudio.
- La Escala de Automedición de la Depresión conservó su estructura factorial, así como el número total de ítems (20) que la integran.
- La estructura factorial de la Escala Existencial se modificó para los adultos mayores del Valle de Toluca, en su estructura original, de cuatro a tres factores. Se eliminaron 22 reactivos de los 46 que reportan sus autores.
- Las relaciones observadas son congruentes y son indicio de validez de constructo de la Escala de Propósito de Vida para Adultos Mayores.
- Los adultos mayores que tienen menores capacidades personales y existenciales, así como un menor propósito de vida, presentan mayores síntomas fisiológicos, psicológicos y de insatisfacción personal, vinculados con la depresión.

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, G. (1998). *La búsqueda de sentido y su efecto terapéutico. Desde la perspectiva de la logoterapia de Viktor Frankl*. Buenos Aires: Fal.
- Acevedo, G. (2004). *El modo humano de enfermar*. Buenos Aires: Fal.
- Bazzi, T. y Fizzotti, E., (1989). *Guía de la logoterapia. Humanización de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- Boado, N. (2002). *Escala existencial de A. Längle-C. Orgler- M. Kundi. –Manual introductorio–*. Buenos Aires: Dunken.
- Bretones, F. (1998). *Logoterapia. Apelación a la vida como tarea. Reflexiones logoterapéuticas son el hombre de la calle*. Buenos Aires: San Pablo.
- Bretones, F. (2002). *Logoterapia. La audacia de vivir*. Buenos Aires: San Pablo.
- Buber, M. (2002). *Yo y Tú*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Fabry, J. (1992). *La búsqueda de significado. La logoterapia aplicada a la vida*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Fabry, J. (2001). *Señales del camino hacia el sentido*. México: LAG.
- Fernández, R. (2000). *Gerontología social*. Madrid: Pirámide.
- Fernández-Ballesteros, R., Moya, R., Íñiguez, J., y Zamarrón, M. D. (1999). *Qué es la psicología de la vejez*. Madrid: Biblioteca Nueva.

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

- Fizzotti, E. (2004). *Tarea y desafío. En búsqueda del sentido*. México: LAG.
- Frankl, V. (1990). *El hombre doliente*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1992). *Psicoanálisis y existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. (1999). *La idea psicológica del hombre*. (6ª ed.). Madrid: Rialp.
- Frankl, V. (2000). *Las raíces de la logoterapia. Escritos juveniles 1923-1942*. Buenos Aires: San Pablo.
- Frankl, V. (2001). *Psicoterapia y existencialismo: Escritos selectos sobre logoterapia*. Barcelona: Herder.
- Freire, J. (2002b). *El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl. La aplicación del análisis existencial en la orientación personal*. España: Eunsa.
- Gallo, P., y Kasses, P. (2009). Contribuciones para un mejor tránsito a la tercera edad. Recuperado de <http://www.rediberoamericanadetrabajoconfamilia.org>.
- García, Cl. (1994). Sobre la rehumanización de la psicología y el proceso de maduración noética. En E. Lukas, y Cl. García, *De la vida fugaz*. Buenos Aires: Almagesto.
- García, Cl. (1996). *El círculo de la vejez*. Buenos Aires: Almagesto.
- García, Cl. (2003). *Cita a ciegas*. Buenos Aires: San Pablo.
- García, Cl. (2005). *La familia del anciano también necesita sentido*. Buenos Aires: San Pablo.
- Guberman, M. y Pérez E. (2005). *Diccionario de logoterapia*. México: Lumen.
- Längle, A. (noviembre-diciembre 2005). Psicoterapia analítico-existencial en los disturbios de carácter depresivo. En *PHAROS*, vol. 12, núm. 002. Universidad de las Américas, Santiago de Chile.
- Lukas, E. (1994). Sobre la transitoriedad de la vida. En E. Lukas, y Cl. García, *De la vida fugaz*. Buenos Aires: Almagesto.
- Lukas, E. (2002b). *También tu sufrimiento tiene sentido*. México: LAG.
- Mercado, A. (1996). *Relación de niveles de vacío existencial y depresión en mujeres solteras, casadas y divorciadas con hijos*. (Tesis de maestría inédita). Universidad Autónoma del Estado de México: Toluca, México.
- Mercado, A. (2011). *Devenir existencial del adulto mayor*. Tesis de doctorado inédita). Universidad Iberoamericana. D.F., México

PROPÓSITO DE VIDA, CAPACIDADES PERSONALES-EXISTENCIALES Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES

- Muchnik, E. (2005). *Envejecer en el siglo XXI. Historia y perspectivas de la vejez*. México: Lugar.
- Noblejas, M. (1994). *Logoterapia: fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del logro interior del sentido*. (Tesis doctoral inédita) Facultad de Educación: Universidad Complutense, Madrid.
- Noblejas, M. (2000). *Palabras para una vida con sentido*. España: Desclèe de Brouwer.
- Pareja, G. (2006). *Viktor E. Frankl: Comunicación y resistencia*. Buenos Aires: San Pablo.
- Quintero, G., Trujillo, O. (1992). Aspectos sociales del envejecimiento. En Rocabruno, J.C.,
- Unikel, A. (2000). Perdida de la libertad y culpa neurótica. Algunas reflexiones y propuestas terapéuticas. En *Revista Mexicana de Logoterapia*. Núm. 4. México
- Unikel, A. (2007). *Logoterapia dentro y fuera del campo de concentración*. México: LAG.
- Zung, W. W. K. & Zung, E. M. (1986). Use of the Zung Self-rating Depression Scale in the elderly. En *Clinical of the Gerontology*, 5, 137-148.