

Las creencias de la salud espiritual en el adulto mayor longevo

¿se parecen a las tuyas?

DCTE Cecilia Ixel Mazatán Ochoa, DCE Raúl Fernando Guerrero Castañeda y DCE Cinthia Elizabeth González Soto.
Facultad de Enfermería unidad Saltillo

Existe la impresión internacional sobre México como un país lleno de tradiciones, creencias y espiritualidad. Esta imagen es sumamente cercana a la realidad cultural del país, puesto que el simple hecho de haber nacido mexicano es sinónimo de una fuerte tradición de alegría y fiesta, la cual se va formando en la herencia familiar y social. De manera similar, diversas creencias que se enfocan en el bienestar espiritual personal se comparten en un contexto cercano, con la familia, las amistades, los compañeros y demás personas que están alrededor.

Sin embargo, a lo largo de la vida y con el cambio generacional, esas creencias se van modificando en menor o mayor medida, es por ello que la posibilidad de cambiar de forma de pensar respecto a la naturaleza, la religión y hasta el mismo ser supremo en el que se creía inicialmente, su forma, sus preceptos y sus límites, es una realidad más palpable que en siglos anteriores.

De tal manera que, actualmente con la globalización a través de las redes sociales y el internet, es posible conectar casi de manera inmediata los polos opuestos del planeta y de la misma forma la información sobre diferentes creencias espirituales, culturas, religiones, filosofías y tradiciones alrededor del mundo, lo cual ha influido fuertemente en las consideraciones y creencias espirituales de las nuevas generaciones. Estos cambios de pensamiento se presentan en menor medida cuando se trata de adultos mayores, especialmente aquellos mayores de 80 años, quienes tienen una percepción de las creencias espirituales y de la religión más arraigada que los jóvenes.



Esta situación responde a la educación religiosa y espiritual que por siglos ha existido en el país, debido a ello, es común observar que los adultos mayores se continúan centrando en el cuidado y mantenimiento de la salud espiritual como medio para lograr la salud física y emocional, con lo cual impactan en el bienestar propio y de su contexto.

Y es en este punto, donde las creencias del longevo con respecto a la salud espiritual se basan principalmente en Dios y la fe en él. Esto no quiere decir que se refieran a un culto en particular; sino que a pesar de las diferencias religiosas, ellos respetan y comparten la creencia en un Dios, además de atribuir a él la creación propia, única e irrepetible, dotada del más alto valor, el cual comparte con sus hermanos. Asimismo, es Dios quien tiene el poder de permitir que el adulto mayor experimente situaciones adversas, sin que sean provocadas por él pero donde este tiene la potestad de dar solución y regresar la paz a las personas.

De manera similar, el adulto mayor cree que la vida y la salud son dones divinos, y por ende, el momento de la muerte depende de Dios, logrando así, después de la muerte, trascender en espíritu de este mundo hacia la presencia de Dios, aspiración máxima de las personas creyentes de alguna religión popular.

Así como esa visión de un Dios omnipotente, que todo lo puede lograr; omnisciente, que todo lo sabe, y por lo tanto, siempre decide hacer lo mejor para los longevos y omnipresente, ya que

para ellos Dios siempre esta con ellos, aún cuando no estén rezando o haciendo oración; para los adultos mayores Dios los acompaña en todo momento, los cuida, los perdona a pesar de sus errores y les da la fuerza para seguir viviendo. Y es en esta vida donde creen que es necesario actuar con rectitud y bondad, es decir, ayudar a quien lo necesita, cuidar de sí mismo y de sus familias, para poder alcanzar la misericordia, el perdón y la salvación divina, además de hacer oración, pues para ellos la oración y las obras son el complemento esencial para poder mantener su salud espiritual. Lo que incluye el no permanecer tristes, no pelear con nadie y mantenerse resilientes ante las adversidades.

Estas y otras creencias encaminadas a la religión que cada uno profesa, los impulsan a alimentar su salud espiritual, a cuidarla y mantenerla, para tener una estabilidad en sí mismos, no solo espiritualmente, sino física, emocional, económica y socialmente.

Finalmente, se extiende la invitación para reflexionar sobre las creencias del lector.

Ahora que conoces las creencias espirituales de tus abuelos, bisabuelos, tatarabuelos, incluso de tus padres, y que te has tomado el tiempo de hacer una pausa y evaluar en ti lo que crees actualmente. Estas creencias, ¿se parecen a las tuyas?

Cano-Cárdenas. Vida después de la muerte, prácticas religiosas y miedo: validación de una escala de creencias. *Integración Académica en Psicología*. 2019; 7(20). Disponible en: <https://integracion-academica.org/attachments/article/232/Integracion%20Academica%20en%20Psicologia%20V7N20.pdf#page=91>

Corpus A. Los jóvenes y la religión: un acercamiento a partir de la Encuesta Nacional sobre Creencias y Prácticas Religiosas en México. *Antropología Americana*. 2019; 4(7): 119-140. Disponible en: <https://doi.org/10.35424/anam.v4i7.471>

González-Cantero JO, Hernández-Magaña CE, González-Becerra VH, et al. Locus de control de la salud, actitud religiosa y espiritualidad en adultos mayores. *Archivos de Medicina*. 2021; 21(2):446-456.

Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=108241>

Mazatán-Ochoa CI y Guerrero-Castañeda RF. (2023) Significado de la salud espiritual en el adulto mayor longevo del norte de México: Resultados preliminares. X congreso internacional virtual Iberoamericano de Enfermería de la Fundación para la cooperación, investigación y desarrollo de la enfermería FUNCIDEN).

Red de Investigadores del Fenómeno Religioso en México (RIFREM). (2017). Encuesta Nacional de Creencias y Prácticas Religiosas en México. Disponible en: https://rifrem.mx/encreer/wp-content/themes/encreer/docs/Encuesta NacionalCreenciasyPracticasyReligiosasMX_Oct2017_ESP.pdf

