



ESPIRITUALIDAD EN LA VEJEZ
Y SU APOORTE EN LA VIDA
COTIDIANA DE ADULTOS
MAYORES EN LA ASOCIACIÓN
RELIGIOSA EL PUENTE.

Espiritualidad en la vejez y sus aportes a la vida cotidiana de adultos mayores en la Asociación Religiosa El Puente, Chiapas.

Vasty Sarahí Vázquez García

Licenciada en Gerontología por la UNACH

RESUMEN

El envejecimiento ha sido una de las temáticas más problematizadas a nivel mundial; se continúan cuestionando no sólo los avances en la materia sino aquellas nuevas vertientes que no se habían puesto en escena para contribuir a un proceso adecuado. El ser humano, siendo holístico necesita colocar un aspecto importante que atraviesa su vida: la espiritualidad. Se analiza como un terreno en tensión, pero también como un aspecto subjetivo que se puede aprovechar para un envejecimiento en las mejores condiciones que sean posibles para los diferentes contextos en dónde están viviendo las personas adultas mayores.

PALABRAS CLAVES

Espiritualidad, envejecimiento, personas adultas mayores, religiosidad, vejez.

INTRODUCCIÓN

Diversos autores definen a la espiritualidad como una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico que conduce a la búsqueda de lo trascendente.

Así, quienes se consideran espirituales tienden a creer que existe un orden en el universo que trasciende el pensamiento humano. (Simkin y Etchevers, 2014).

El desarrollo humano conlleva a diferentes etapas de la vida, las cuales tienen un inicio con la niñez y un final con la vejez. Cada fase tiene retos, problemáticas, aspiraciones, expresiones y motivaciones. En la vejez, el adulto mayor se enfrenta a un proceso de pérdidas: nido vacío, jubilación, duelo (amigos, cónyuge, familiares, independencia).

Decir que el envejecimiento es un proceso equivale a recalcar que es un cambio que no ocurre de forma repentina; como un accidente, sino en forma gradual y progresiva. Por tratarse, pues, de modificaciones que se van produciendo a lo largo de muchos años, queda patente que en estos cambios intervendrán una gran cantidad de factores, variables de todo tipo y que, según sea su actuación (conjugada, compensatoria, etc.), irán modelando y configurando diversamente la persona que envejece (Mishara y Riedel, 2000).

La relación que existe entre la espiritualidad y la vejez es estrecha ya que, en este período generalmente se presenta una búsqueda de sentido a las situaciones de la vida diaria. El adulto mayor encuentra un refugio en la espiritualidad como medio para descubrir un significado a las vivencias que en muchas ocasiones son dolorosas. Los escenarios en los que practica la espiritualidad son diversos y uno de ellos son las asociaciones religiosas.

Las asociaciones religiosas son congregaciones que tienen como fin el ejercer culto a una divinidad; para efectos fiscales, se considerarán a las iglesias y demás agrupaciones que obtengan su correspondiente registro constitutivo ante la Secretaría de Gobernación, en los términos de la Ley de Asociaciones Religiosas y Culto Público, ya que es a través de este registro como se obtiene la personalidad jurídica. (Gobierno de México, 2018)

ANTECEDENTES TEÓRICOS QUE ABONARON A LA INVESTIGACIÓN

La espiritualidad puede entenderse como un conjunto de sentimientos, creencias y acciones que en coordinación hacen una búsqueda de lo trascendente, sagrado o divino.

En tanto representaciones acerca de un poder final último, contribuyen a dar un sentido y propósito en la vida, y orientan la conducta de las personas, sus relaciones interpersonales y su forma de sentir y de pensar, tanto a la realidad como a sí mismos. (Petersen, C. 2008).

En los Estados Unidos, > 90% de los ancianos se consideran religiosos o espirituales; alrededor del 6 al 10% son ateos y no buscan significado a través de la religión o una vida espiritual (Kaplan, et al., 2006). Al analizar los datos porcentuales se deduce que la mayor parte de los adultos mayores estadounidenses se consideran espirituales, las minorías expresaron que no tienen ninguna importancia en buscar el sentido de la vida ni en ser espirituales.

Con la investigación anterior se puede analizar que gran parte de los adultos mayores al llegar a la vejez buscan un significado a la vida a través de la espiritualidad.

El INEGI (2020) expresa a través de una estadística que en México existen 97 864 218 personas que profesan la religión católica. De manera comparativa podemos decir que en México no se habla de espiritualidad como en Estados Unidos, sólo existe como categoría de análisis la religión. La religión católica puntea en el primer lugar con el mayor número de congregantes en México.



La religión protestante evangélica (de la que es adscrita la asociación religiosa que se estudió) tiene una población de 14 095 307. En Chiapas, el INEGI (2020) dice que, de la población, 2 985 644 es católica, 1 795 861 protestante-cristiano evangélico y 695 496 sin religión, ocupando los primeros tres lugares en la escala. Con los datos plasmados anteriormente se analizan las diferencias que existen entre Estados Unidos y México: el porcentaje de la población que es espiritual/religiosa es mayor en EU, mientras que en Estados Unidos reconocen el concepto de espiritualidad, en México sólo encontramos estadísticas en torno a la religión.

La investigación “Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores mexicanos” de los autores Armando Rivera-Ledesma y María Montero (2005), obtuvo como resultados que la vida religiosa no beneficia a las personas adultas mayores en relación con su salud mental y la adscripción a una asociación religiosa no aporta redes de apoyo a los mismos. Lo que permite poner en juicio si la religión pudiera ser el móvil de una vejez digna. El artículo “Espiritualidad y calidad de vida en el adulto mayor” de la autora Victoria Tirro explica:

La religiosidad admite en su seno dos cualidades: cuando la religiosidad es ejercida como medio para acceder a la experiencia de lo divino, cumple su fin último que es la espiritualidad.

Sin embargo, cuando la religiosidad se convierte en un fin en sí misma, la experiencia de lo divino se desvanece, y la religiosidad adquiere un carácter instrumental, adaptativo y supersticioso, que aleja al sujeto de lo espiritual (2011).

Aunque el término religión no es sinónimo de espiritualidad ni religioso que espiritual, uno de los fines de la religión es lograr la espiritualidad siempre que el ser humano centre de manera correcta sus acciones, es por eso que en la religión se encontrarán dos cualidades que son totalmente diferentes: la primera es cuando el ser humano utiliza a la religión como un medio para poder tener experiencia de lo divino y con ello podrá desarrollar espiritualidad; la segunda es cuando el ser humano utiliza a la religión como si fuera solo una lista de tareas que debe completar (ser parte de una asociación religiosa, asistir, cumplir con las leyes y normas religiosas) sin tener en mente la verdadera experiencia espiritual, por lo que se convierte en religiosidad.

La espiritualidad, desde la visión subjetiva (creencias, fe, prácticas espirituales) es una herramienta que permite que las personas adultas mayores afronten las situaciones de la vida diaria de manera esperanzadora y segura. Rivera Ledesma y Montero (2005), definen a la religiosidad como un paso intermedio de socialización durante el cual el creyente se nutre del saber que dirigirá su conducta en la búsqueda de la experiencia de lo divino.

La religión contribuye a los valores morales que rigen a la sociedad; no quiere decir que ejerza en las personas la benevolencia; más bien ofrece la posibilidad de llevar una vida moralmente adecuada.

La religiosidad es un eje central para guiar a la espiritualidad debido a que permite que dentro de ella se realicen una serie de prácticas espirituales que alimenten el alma de los adultos mayores y les permitan tener estabilidad emocional ante los diversos eventos por los que naturalmente están viviendo, por otro lado, dentro de las asociaciones religiosas pueden generar lazos amistosos que funjan como una red de cuidados.

METODOLOGÍA

La religión según la Real Academia Española es un conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social, así como de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto. La espiritualidad es la naturaleza y condición de espiritual (RAE, 2018). La religión se adquiere como doctrina y se practica en comunidad rindiéndole culto a un ser supremo, mientras que la espiritualidad es una práctica subjetiva e intrínseca en donde cada persona puede vivirla de formas diversas.

Generalmente, muchos de los adultos mayores mexicanos asisten a templos, santuarios, casas de oración, iglesias, congregaciones, etc. En donde pueden expresar sus creencias, cuyos grupos enseñan una doctrina. Esta es una naturaleza humana; la necesidad de creer en algo para entender la existencia propia, aunado de que en México se tienen tradiciones como la religión, un factor para que las personas adultas mayores inicien a congregarse en una Asociación Religiosa o empiecen a participar más dentro de las actividades que las mismas ofrecen, es la necesidad de reconocimiento para los demás.

Algunos adultos mayores sufren rechazo por parte de su familia e incluso están en aislamiento, por lo que no tienen sentido de pertenencia y crean inseguridades en su autopercepción; al congregarse en una asociación religiosa ocupan parte de su tiempo en diferentes actividades: muchos de ellos trabajan en algún “ministerio” (actividad sin remuneración económica que se asume por un llamado divino) que les funciona como terapia ocupacional. En algunas instituciones religiosas, asisten varios días de la semana involucrándose en diferentes actividades; ya no llegan sólo a “recibir” una reflexión o motivación por parte de los ministros de culto; sino también a “dar” a través de los medios con los que cuentan: humanos o económicos. Es común que en la etapa de la vejez se interesen más en su espiritualidad al buscar sentido a los diferentes sucesos de la vida.

Por estas razones resultó pertinente prestarle atención e investigar los diferentes aportes de la espiritualidad en los adultos mayores. Se buscó dar respuesta a la pregunta: ¿Cuáles son los aportes de la espiritualidad en la vida cotidiana de los adultos mayores pertenecientes a la Asociación Religiosa El Puente?

El método de la investigación fue cualitativo de tipo descriptivo porque busca responder a las experiencias de personas y grupos sociales que no son medibles, pero aportan al conocimiento humano de los fenómenos sociales (Balcázar et al., 2013). Con el enfoque interpretativo hermenéutico de tipo retrospectivo. Por medio de estos; se puede hacer un análisis subjetivo de la recuperación de datos para dar respuesta a un fenómeno específico.

La técnica metodológica que se utilizó fue entrevista semi estructurada porque con ella se logró en primera instancia, un rapport con el colaborador y se recuperó más información que fue de gran utilidad para la investigación, se hizo uso del diario de campo para hacer observaciones acerca del desenvolvimiento de los adultos mayores en el escenario de la Asociación Religiosa El Puente, Chiapas donde se realizó el trabajo.

De acuerdo con la Norma Oficial Mexicana NOM-012-SSA3-2012, los participantes aceptaron de forma verbal-escrita colaborar con la investigación. Así como al representante de la Asociación Religiosa se le pidió su aceptación para que se realizara el estudio en dicho lugar.

Se colaboró con cinco personas adultas mayores pertenecientes a la Asociación Religiosa El Puente ubicado en 2 oriente entre 12 y 13 norte en la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. Los resultados fueron presentados en forma narrativa, las cuales se dividieron en subtemas titulados: espiritualidad, religiosidad, vida cotidiana, familiar y social.

DISCUSIÓN

Se analizó que los colaboradores tienen definido el significado de espiritualidad en su vida personal, los colaboradores 1 y 2, consideran que es aquella forma interior en el ser humano de creer-sentir; en el caso de 3 y 4 creen que debe ir acompañada de acciones, la espiritualidad es direccional con los sentimientos-creencias que se materializan en acciones

Los diferentes autores en sus investigaciones revelaron que se debe distinguir la religiosidad de la espiritualidad, en el primer caso se trata de personas involucradas en las creencias, valores y prácticas propuestas por una institución organizada;



mientras la espiritualidad puede definirse como la búsqueda de lo sagrado o de lo divino a través de cualquier experiencia de la vida, el término espiritualidad es más universal (Koenig citado en Navas y Villegas, 2006). La espiritualidad viene desde adentro, es una especie de fuerza interna y dinamiza las dimensiones del ser humano. (Palacio, 2015).

Se conceptualizó a la espiritualidad como universal, intrínseca en cada ser humano y heterogénea, cada persona le asigna un valor diferenciado. La espiritualidad a la que se hace referencia en el presente artículo es un conjunto de subjetividades, paradigmas, creencias centradas en la búsqueda de algo divino a través de diferentes prácticas; esta espiritualidad dota al ser humano de sentido.

Existen dos tipos de prácticas espirituales: las colectivas y las individuales. Las prácticas espirituales realizadas de forma individual son elegidas por cada persona, es decir, son decididas a partir de las preferencias de quienes las ejecutan, sin embargo, el fin es el mismo: conectar con lo divino y trascender para después poder ejecutarlas en su vida cotidiana. En los adultos mayores de la asociación El Puente las dos formas de practicar la espiritualidad tienen una misma importancia, además de practicar la colectiva con los demás congregantes, también las practican en su vida de forma personal dentro de los espacios en donde comúnmente se desarrollen: casa, trabajo, calle, etcétera.

El valor que se le asigna al lugar en donde es practicada la espiritualidad tiene una connotación con la cultura: tradiciones y creencias que son encarnadas, naturalizadas. Por esta razón, se puede observar que en familias congregantes de la asociación, la religión parece ser “heredada”; algunos adultos mayores llevan años practicando la religiosidad, otros, llegada esta edad necesitan experimentar la espiritualidad. Las respuestas encontradas a su definición sobre lo que es la iglesia son diversas:

“El lugar es una casa de oración, templo eres tú, nosotros tenemos que ver cómo está tu templo, no mancharlo porque tú eres el templo de Dios, en ti habita Dios, a donde vamos es una casa de oración, la iglesia eres tú, entras, este es un garaje, la cocina, el baño, una recámara, todo tiene su lugar, también él tiene su lugar.” (Colaborador 1, tomado del trabajo de campo).

Dependiendo el tipo de espiritualidad (colectiva o individual) que el adulto mayor quiera practicar será el lugar en donde lo desempeñe. La espiritualidad colectiva se ejerce en un templo o lugar destinado (a veces se reúnen en casas de otros congregantes) y la espiritualidad individual se practica generalmente en el hogar de cada persona. Los adultos mayores cumplen con ocupaciones como cualquier persona, su valor no radica en su independencia o dependencia.

La mayor parte de las colaboradoras expresó dedicarse a las labores del hogar, y con quienes viven cubren sus necesidades básicas, excepto la colaboradora 1, que es independiente.

La espiritualidad forma parte de la vida cotidiana, aunque no todos los adultos mayores son devotos a alguna religión, hacen uso de las dos prácticas espirituales colectiva e individual, por medio de ellas también pueden gozar de una independencia. De acuerdo con los autores Placeres Hernández y León Rosales (2011) dicen que el término familia proviene del latín *famulus*, que significa esclavo doméstico. Familia era el conjunto de esclavos pertenecientes a un hombre y familia *id est patrimonium*, el organismo social, cuyo jefe tenía bajo su poder a la mujer, los hijos y esclavos, con la patria potestad, con el derecho de vida y muerte sobre todos y la transmisión por testamento.

Es importante recalcar el significado de la familia y su concepción histórica, porque debido a ello se puede entender la visión actual de ella, en la cita anterior el jefe de familia era quien trabajaba, con ello tenía bajo su poder a la mujer, los hijos y esclavos.



En muchas familias tienen la idea de que, si aportas económicamente debes ser quien tenga la máxima autoridad, existen adultos mayores en la actualidad que no pudieron ingresar a una escuela o lograron alcanzar metas profesionales favorables para encontrar un trabajo o lograron alcanzar metas profesionales favorables para encontrar un trabajo en donde pudieran tener derecho a la jubilación y se dedicaron a empleos informales, éstos adultos mayores viven con alguno de sus familiares (algunos al no ser recibidos por sus familias se encuentran en situación de abandono) que los sustentan económicamente y se creen en una zona de privilegio actuando de forma discriminatoria hacia ellos, debido al contexto histórico-cultural asignado a la familia. Se analizarán los resultados de las entrevistas acerca de las opiniones por los adultos mayores respecto a sus familias, en el Diario de campo número 4, se expresa que en la asociación religiosa se reúnen las familias.

“La familia es todo para mí. Mi familia está en segundo lugar porque el primer lugar lo tiene Dios.” (colaboradora 1, tomado del trabajo de campo).

La importancia de la familia para los adultos mayores es significativa, la colaboradora 1 expresa que es todo para ella y en su vida el primer lugar lo tiene Dios seguidamente la familia. La educación familiar es importante y de vital importancia, es la red de apoyo más estable que las personas adultas mayores necesitan.

Por otro lado, algunos de ellos forman lazos de amistad.

“Le platico a mi hija y espero en Dios. Amigas si, bueno, amistades. No, porque los amigos se quieren pasar de listos.

Eso es otra cosa porque un amigo es un amigo que si quiere está contigo y si no quiere se va mejor confio en mí misma y no en el amigo” (Colaboradora 3, tomado del trabajo de campo).

Por otro lado, se analiza el comentario citado, hace referencia a que su mayor apoyo en cuanto a lazos de confianza es su hija, como anteriormente se plasmó, la familia siempre se encontrará en primer lugar y la confianza crece si viven juntos, las dos personas colaboran para que exista una buena relación, en cuanto a relaciones fuera de la familia es más conservadora y decide no confiar tanto en las demás personas. Hace referencia a su confianza en Dios, siendo también un factor importante en las personas adultas mayores y ayuda a sobrellevar de alguna manera el tema de la soledad.

Las diferentes redes sociales en que se desenvuelve el adulto mayor son todas aquellas que emplean en su cotidianidad: familia, amigos, compañeros de trabajo, personas con las que asisten a diferentes actividades como lo son las religiosas. Existen diferentes niveles de “confianza”: mayor intimidad, las que tienen un bajo nivel de compromiso y las superficiales, es bueno para los adultos mayores cultivar sus redes sociales pues ayudan en su bienestar en general y se ha comprobado mejoría en la vida.

Hackney y Sanders distinguen tres dimensiones de la religiosidad: la institucional (por ejemplo: asistir a la iglesia), la ideológica (por ejemplo: teologías) y la devoción personal (por ejemplo: motivación intrínseca religiosa) (Taha, 2011). Mi postura ante este pensamiento es que la religiosidad institucional e ideológica resultan de los diálogos que se realizan dentro de las asociaciones religiosas, pero en la devoción personal no tiene que existir un lugar específico.

“Es como por ejemplo si estás en la iglesia y te ordenan a hacer algo y no quieres ahí ya no pues porque responsabilidad es cuando uno siente, lo sentimos en el corazón, no hacemos lo que Dios quiere, responsabilidades si hay en la iglesia, muchísimas, pero si nos queremos dar cuenta y si no nos damos cuenta que hay esa responsabilidad así seguimos, llegamos y estamos sentados y ni siquiera aceptamos lo que quiere Dios para nosotros.” (Colaboradora 2, tomado de la entrevista, 2020).

Es importante para los adultos mayores percibir a los demás cumpliendo con actividades dentro de la asociación, las acciones que realizan los demás tiene un gran significado, por estos pensamientos de producción no se puede observar que una práctica espiritual individual podría ser el descanso o la meditación (actividades que no requieren de demasiadas acciones físicas).

La religiosidad en las personas, determinará sus formas de pensar, actuar y sentir, con el fin de acceder a lo divino, existen dos tipos: la religiosidad fanática es aquella que se vive de una manera extrema y su motivación para hacerlo está fundamentada en el miedo de las consecuencias por no seguir correctamente la creencia religiosa y la religiosidad genuina que es aquella en donde la persona vive de una manera libre, le permite experimentar diferentes prácticas espirituales y su mayor motivación será alimentar su espiritualidad.

En los adultos mayores predomina la fanática porque al estar tantos años actuando por imitación y siendo parte de una religión no les permite experimentar o descubrir diferentes formas de devoción, esto es modificable y muchos deciden ya no seguir con esta religiosidad, empiezan a vivir la genuina. Es muy importante para ellos realizar diferentes actividades en la asociación.

La religiosidad es a lo que muchos vamos cuando te dicen “yo soy religioso, yo llego a la iglesia” muchos a eso le llaman ser religiosos y es diferente a la espiritualidad. (Colaboradora 1, tomado de la entrevista, 2020).

Los adultos mayores consideran a la religiosidad como una manera institucional de asistir a una asociación religiosa.

Identifican diferencias conceptuales (religiosidad y espiritualidad).

En su naturalidad son personas religiosas, asisten a la Asociación Religiosa y la religión es una de sus bases fundamentales, la utilizan como un medio para acceder a la espiritualidad. Cada adulto mayor tiene rasgos de religiosidad de menor a mayor escala, algunos se han desprendido de pensamientos religiosos con el paso del tiempo debido a las propias vivencias de la vida, como en el caso de la colaboradora 1 y sus pensamientos acerca del divorcio. No se puede generalizar, cada uno forma pensamientos y los cambia o reafirma al paso del tiempo. Como todo ser humano cada día irán en transformación.

CONCLUSIONES

La investigación se realizó con una muestra representativa de 5 adultos mayores con un rango de 60 a 80 años, cuatro mujeres y un hombre, dos entrevistadas tenían un estado civil como divorciadas, una como viuda, y dos estaban casados, todos asistentes a la Asociación Religiosa “El Puente” de la Iglesia del Nazareno que está ubicada en la 2ª oriente entre 12 y 13 norte.

De primera instancia se analizó que en los entrevistados existen dos tipos de espiritualidad: la individual y la colectiva.

Se identificó que los beneficios sociales encontrados en los adultos mayores por medio de la espiritualidad son variados y personales, están influenciados por otras características como el entorno, economía, vida social, etc. Los beneficios más importantes que se identificaron fueron que al ser parte de una asociación religiosa tienen un sentimiento de pertenencia, al asistir cotidianamente forman lazos de amistad, y la Asociación Religiosa permite al adulto mayor tener un intercambio intergeneracional de comunicación porque tienen contacto con niños, adolescentes, jóvenes y adultos.

Algunos adultos mayores se reúnen con sus familiares en la misma asociación. A nivel psicológico se identificó que tienen una mejor afrontación al dolor y a las situaciones difíciles de la vida, porque consideran que todos los sucesos sirven para un plan perfecto y al creer en un ser supremo alimentan sentimientos de esperanza. Los adultos mayores tienen prácticas, pensamientos y formas de actuar religiosas de las cuales algunas causan afectaciones a sus vidas.

Los adultos mayores saben el significado de espiritualidad, pero no todos la viven en su totalidad, influye en gran manera que asistan a una asociación religiosa.

Es pertinente continuar realizando investigaciones en el tema, pero con adultos mayores de diferentes religiones y también de los que no son devotos a ninguna religión, puesto que la espiritualidad no está completamente ligada a la religión.

Un recurso vital e importante fueron las categorías de análisis, ayudaron a recolectar información precisa, conocer los estudios de investigación para plasmar en la tesis, realizar las preguntas de la entrevista, obtener los resultados necesarios con ayuda de la observación realizada en cada respuesta y también por las preguntas no incluidas en el guion, pero consideradas importantes a realizar.

La espiritualidad es una parte esencial para cualquier ser humano, todas las personas son seres espirituales, pero no todos practican la espiritualidad individual y colectiva por la desinformación, confusión de conceptos existentes en relación con religiosidad y espiritualidad. Los adultos mayores tienen una forma particular de percibir a la espiritualidad, desde sus respuestas se puede sentir cómo transmiten tranquilidad y cómo se refieren al ser divino como alguien cercano.



Son interesantes las maneras en que ellos expresan su religiosidad: por medio de prácticas personales aunadas con las oraciones, meditación, contemplación, silencio, escuchando música, escribiendo, y aquellas prácticas colectivas realizadas cuando asisten a la asociación religiosa como cantar, brincar, trabajar en diferentes ministerios (como estar en la entrada principal de la Asociación y recibir a todos sus miembros con una sonrisa, abrazo, y ser los encargados de guiar la oración).

En otro apartado de la investigación se pudo profundizar en los significados de la familia para los adultos mayores, aunque unos externaron respuestas positivas sobre cómo sobrellevan sus lazos familiares, en otros la familia no es tan presente. Los colaboradores participantes son independientes y realizan diferentes actividades, algunos debido a su forma de vida y a negocios personales ya no necesitan trabajar, otros hacen trabajos informales como el tejido y una tiendita de abarrotes para apoyarse en su economía, recibiendo ayuda económica de sus hijos; otros viven con algún familiar que provee para sus necesidades. La vida social del adulto mayor es una parte esencial, al pertenecer a una Asociación religiosa, cultivan lazos de amistad con otros congregantes, que en momentos difíciles acuden a visitarlos e incluso les proveen de apoyo económico.



Otro tema importante que se abordó fue la religiosidad, se redefinió este concepto con diferentes autores, y a su vez se identificó que existen dos tipos de religiosidad: auténtica y fanática. En los adultos mayores entrevistados predominaba la fanática, basaban todas sus decisiones en la religión sin analizar si eran las mejores. Su nivel educativo influye en gran manera, los adultos mayores analfabetas realizan actividades, pensamientos y formas de sentir por medio de la imitación. Los adultos mayores que saben leer formulan sus propios conocimientos por medio de la investigación y lectura.

Para los adultos mayores es agradable sentirse escuchados y que las personas se noten interesadas en conocer sus puntos de vista en temáticas relevantes de su propio contexto. En la Asociación Religiosa pude observar a las mujeres y los hombres realizando las mismas actividades: predicación, fungir en un ministerio, hombres y mujeres llegan sin compañía, las mujeres tienen libertad de vestimenta.

Conocer a los adultos mayores, el lugar en dónde viven, participar en algunas reuniones de la Asociación, recibir invitaciones por parte de ellos para realizar alguna actividad, permitió observar estas convivencias, intercambios simbólicos, la comunicación de unos con otros y el cómo alimentan su fe, ayudaron en la realización de la investigación para plasmar de la mejor manera posible los resultados.

Existen muchos temas aún sin investigar en torno a los adultos mayores y la Asociación Religiosa: orden de trabajo y servicio, los nombres de cada práctica realizada, rituales, costumbres, tradiciones, pensamientos de los demás congregantes acerca de los adultos mayores. A partir de esta investigación pueden surgir muchas más en torno a estas temáticas. Realizar estudios de comparación entre diferentes religiones y las expresiones espirituales de los adultos mayores, conocer diferentes perspectivas del adulto mayor en otras Asociaciones, crear algún grupo en dónde dentro de las Asociaciones se pudieran tocar temas gerontológicos.

Al ser una investigación gerontológica diferentes profesionales pueden ayudar en la realización de nuevas investigaciones en el tema, psicólogos para observar la salud mental derivada de su espiritualidad, geriatras para explicar si las formas de pensamiento y las diferentes doctrinas colaboran en el cuidado de la salud, profesionales de las ramas sociales para poder conocer a fondo todos los intercambios y vivencias dentro de una Asociación Religiosa. Todo por el mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores.

REFERENCIAS

Simkin, H., & Etchevers, M. (2014). Religiosidad, espiritualidad y salud mental en el marco del Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 60(4), 265-275.

Mishara, B. L., & Riedel, R. G. (2000). *El proceso de envejecimiento*. Ediciones Morata.

Gobierno de México (2018) *Asociaciones Religiosas*.

<https://www.gob.mx/sat/acciones-y-programas/asociaciones-religiosas>

Petersen, C. S. M. (2008). Espiritualidad en la tercera edad. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, (8), 111-128.

Kaplan, PhD, MSW; Barbara J. Berkman, DSW, PhD (agosto, 2006). Religión, espiritualidad y vejez. *QMAYOR MAGAZINE*.

<https://www.qmayor.com/psicologia/religion-espiritualidad-y-vejez/>

INEGI. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2020). *DIVERSIDAD* (s. f.). <https://www.cuentame.inegi.org.mx>

INEGI. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2020). *RELIGIÓN*. (s.f.). <https://www.inegi.org.mx>

Rivera-Ledesma, A., & Montero, M. (2005). Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores mexicanos. *Salud mental*, 28(6), 51-58.

Tirro, V. (2011). Espiritualidad y calidad de vida en el adulto mayor. *UNIMET*. Caracas, Venezuela.

[https://dle.rae.es/srv/search?
m=30&w=espiritualidad](https://dle.rae.es/srv/search?m=30&w=espiritualidad)

Balcázar Nava, P., González-Arratia López-Fuentes, N.I., Gurrola Peña, G. M. & Moysén Chimal, A. (2013). Investigación Cualitativa.

Navas, C., & Villegas, H. (2006). Espiritualidad y salud. *Revista ciencias de la Educación*, 1(27), 29-45.

Palacio Vargas, C. J. (2015). La espiritualidad como medio de desarrollo humano. *Cuestiones teológicas*, 42(98).

Placeres Hernández, J. F., de León Rosales, L., & Delgado Hernández, I. (2011). La familia y el adulto mayor. *Revista médica electrónica*, 33(4), 472-483.

Taha, N., Florenzano, R., Sieverson, C., Aspillaga, C., & Allende, L. (2011). La espiritualidad y religiosidad como factor protector en mujeres depresivas con riesgo suicida: consenso de expertos. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 49(4), 347-360.

