

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**LOGOTERAPIA Y CALIDAD DE VIDA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

(Estudio realizado con adultos mayores de 60 años en adelante)

**TESIS DE GRADO**

**CRISTINA ALEJANDRA SOSA DE LAS BARRERAS**  
CARNET 15531-16

QUETZALTENANGO, FEBRERO DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

LOGOTERAPIA Y CALIDAD DE VIDA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

(Estudio realizado con adultos mayores de 60 años en adelante)

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
HUMANIDADES

POR

**CRISTINA ALEJANDRA SOSA DE LAS BARRERAS**

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, FEBRERO DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: MGTR. LESBIA CAROLINA ROCA RUANO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: LIC. JOSÉ ALEJANDRO ARÉVALO ALBUREZ  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. JOSÉ FEDERICO LINARES MARTÍNEZ  
SECRETARIO GENERAL: DR. LARRY AMILCAR ANDRADE - ABULARACH

**AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

DECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO  
SECRETARIA: MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ

**NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**

LIC. JORGE ARMANDO PÉREZ ORELLANA

**REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**

MGTR. CARLOS DIONISIO OVALLE GRAMAJO



## **AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO**

**DIRECTOR DE CAMPUS:** P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.

**SUBDIRECTORA ACADÉMICA:** MGTR. NIVIA DEL ROSARIO CALDERÓN

**SUBDIRECTORA DE INTEGRACIÓN  
UNIVERSITARIA:** MGTR. MAGALY MARIA SAENZ GUTIERREZ

**SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO:** MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ

**SUBDIRECTOR DE GESTIÓN  
GENERAL:** MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ

Quetzaltenango, 30 de Octubre de 2020.

Ingeniera  
Nivia Calderón  
Subdirectora Académica  
Universidad Rafael Landívar  
Campus Quetzaltenango

Estimada Inga. Calderón:

Por este medio hago de su conocimiento que he revisado la tesis titulada: **LOGOTERAPIA Y CALIDAD DE VIDA** (Investigación exploratoria, diseño revisión sistemática, enfoque descriptivo.), elaborada por la estudiante CRISTINA ALEJANDRA SOSA DE LAS BARRERAS, quien se identifica con carné No. 1553116, de la carrera de Licenciatura en Psicología Clínica; la cual considero cumple con los lineamientos requeridos por la Universidad.

Por lo anteriormente expuesto emito dictamen favorable, para que dicho trabajo continúe el trámite administrativo previo a la defensa del mismo.

Sin otro particular me suscribo.

Atentamente,



Ψ Lic. Jorge A. Pérez Orellana  
PSICOLOGO  
Colegiado Activo 3346  
Colegio de Psicólogos  
de Guatemala

Lic. Jorge Armando Pérez Orellana

Colegiado activo No. 3346



Universidad  
Rafael Landívar  
Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES  
No. 054295-2021

### Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante CRISTINA ALEJANDRA SOSA DE LAS BARRERAS, Carnet 15531-16 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 052937-2021 de fecha 27 de enero de 2021, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

LOGOTERAPIA Y CALIDAD DE VIDA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA  
(Estudio realizado con adultos mayores de 60 años en adelante)

Previo a conferirsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, al día 1 del mes de febrero del año 2021.

  
MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ, SECRETARIA  
HUMANIDADES  
Universidad Rafael Landívar

 Universidad  
Rafael Landívar  
Tradición Jesuita en Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Secretaría de Facultad

## **Agradecimiento**

**A Dios:** Porque, aunque he sido fiel en lo poco, Él me ha confiado más, me ha permitido tener a mi familia, salud y las oportunidades para alcanzar mis anhelos.

**A mi madre:** Por enseñarme el amor más genuino del mundo, por los gratos recuerdos que me ha regalado, por todas las veces que no apagó el despertador y me preparó los desayunos más ricos de mi existir, y la vida tan maravillosa que hemos tenido, por todos sus esfuerzos, sus detalles, consejos y consuelos, ella es la dueña de muchos de mis éxitos.

**A mi Padre:** Porque cada día trabajó arduo, para que yo pudiera escoger la carrera universitaria que más me gustara, gracias a su ayuda me pude dedicar completamente a mis estudios, por sus consejos, las muchas salidas a comer pizza, las salidas a Antigua y su amor.

**A mi Tiri:** Mi mejor amiga, mi confidente y mi segunda madre, gracias por todas las veces que nos reímos juntas, por las tardes viendo caricaturas mientras acariciabas mi cabeza, porque tantas veces he podido ser yo misma y jamás me ha juzgado, es un gran ejemplo de mujer valiente, gracias por existir en mi realidad.

**A Bryan:** Por todas las veces que me recordó lo talentosa y brillante que soy, porque no retiene mi vuelo, sino que vuela a mi lado. Es grato tener un desborde de apapachos cuando estamos juntos, me ha dado la mano cuando no he querido levantarme, me ha convertido en una consentida.

**A mis muy reducidos amigas y amigos:** Que me han demostrado el amor fraternal, por haberme escuchado contar las mismas cosas mil veces, por sus consuelos cuando he llorado, por las tardes de café y las noches de juventud. Gracias a los que me han invitado a pasar juntos en la vejez.

## **Dedicatoria**

A Dios, por todas las veces que me recordó su misericordia y a todas las mujeres y antepasadas de mi familia que han silenciado sus voces y sueños.

# ÍNDICE

	<b>Pág</b>
Resumen	
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Logoterapia.....	13
1.1.1. Definición.....	13
1.1.2. Fundamentos filosóficos de la logoterapia.....	14
1.1.3. Existencialismo y Logoterapia actual .....	15
1.1.4. El sentido del sufrimiento .....	18
1.1.5. Los Valores y el sentido de vida .....	19
1.1.6. El vacío existencial: un desafío para la psiquiatría .....	21
1.1.7. Entender el sentido de vida .....	22
1.1.8. El Suprasentido .....	26
1.1.9. La presencia ignorada de Dios, psicoterapia y religión .....	27
1.1.10. Técnicas clásicas de la Psicoterapia centrada en el sentido .....	28
1.1.11. Aportes en la terapia .....	32
1.2. Calidad de vida.....	33
1.2.1. Definición.....	33
1.2.2. Sociedad del bienestar y calidad de vida .....	34
1.2.3. Características de la calidad de vida .....	35
1.2.4. Fundamentos de la calidad de vida en adultos mayores .....	39
1.2.5. La calidad de vida en el anciano .....	42
1.2.6. Valoración y autopercepción de la calidad de vida en el anciano .....	43

1.2.7. Formas de vida en las personas mayores .....	45
1.2.8. Aspectos psicológicos de las personas mayores .....	47
1.2.9. Obstáculos de vivir una vida larga y saludable.....	49
1.2.10. Psicología de la salud: tener una calidad de vida.....	50
1.2.11. Modelos de investigación de la calidad de vida en persona mayores .....	51
1.2.12. Calidad de vida y logoterapia en la vejez .....	52
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>55</b>
2.1 Objetivos .....	56
2.1.1 Objetivos específicos .....	56
2.2 Variables.....	57
2.3 Definición de variables.....	57
2.3.1 Definición conceptual de variables .....	57
2.4 Alcances y límites .....	58
2.5 Aportes .....	58
<b>III. MÉTODO.....</b>	<b>59</b>
3.1 Sujetos .....	59
3.2 Procedimiento.....	60
3.3 Tipo de investigación, Diseño y Metodología.....	61
<b>IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....</b>	<b>63</b>
<b>V. DISCUSIÓN.....</b>	<b>66</b>
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>77</b>
<b>VII. REFERENCIAS .....</b>	<b>79</b>

## **Resumen**

La calidad de vida es un concepto utilizado para analizar las percepciones de los individuos y el estado de bienestar general que presenten ante las diferentes relaciones entre: la sociedad, la familia y con los estados psicológicos constantes; además ésta incorpora la influencia del contexto cultural y los sistemas de valores personales. La logoterapia es una corriente psicoterapéutica que se basa en la búsqueda del sentido de vida del ser humano a través de valores, libertad y responsabilidad, utiliza la filosofía existencial para crear propósitos a los aspectos inherentes de la vida. El objetivo de la presente investigación es, compilar información de los últimos diez años, para señalar los resultados teóricamente reportados de la logoterapia en la calidad de vida de los adultos mayores, se utilizarán artículos, investigaciones, tesis y libros científicos para respaldar la evidencia del estudio, en el cual se utilizaron un aproximado de 2,889 sujetos que formaron parte de las revisiones teóricas analizadas. La Logoterapia es una de las ramas psicológicas más utilizadas en la actualidad, las técnicas de ésta, repercuten en factores importantes de la calidad de vida, puesto que tienen como objetivo lograr la mejora de la percepción de los sujetos mediante el uso de diversos manejos de los recursos del ser humano, el ámbito psicológico es clave para crear un aumento con la satisfacción de la vida, por lo tanto el uso del modelado de las actitudes y los valores de Frankl, resaltan de las demás técnicas, principalmente para la aplicación con adultos mayores ya que representan una visión esperanzadora del futuro, porque fortalecen áreas sociales, personales y espirituales, de forma simple y motivante para las personas.

Palabras clave: calidad, vida, logoterapia, adultos mayores, y compilación.

## INTRODUCCIÓN

La calidad de vida es el estado general de satisfacción que una persona vive, no solo en sociedad sino también individualmente; influida fuertemente por la autopercepción, por lo que se deben analizar factores que se incluyen en la mejora de la misma, y recopilar estudios de elementos cruciales en las diferentes dimensiones de su término. Debido a lo complejo y vasto del concepto en relación a factores y características, y porque muchas de ellas son de índole psicológico, se busca crear relevancia a este campo específico.

En psicología hay indicios de como el estado de ánimo, salud subjetiva, la calidad del ambiente, entre otros factores de análisis comportamental humano tienen múltiples significados para cada individuo en la propia calidad de vida, y se debe aclarar que la misma no es solamente un concepto sociológico y antropológico, sino más bien individual y cambiante. En la actualidad los parámetros que rigen los estudios de la misma están avalados por condiciones socioculturales, psicológicas, económicas y de atención sanitaria, por lo tanto, esta investigación está establecida para revisar estudios claves de las emociones, sentimientos, pensamientos y estados de ánimo satisfactorios en los niveles de la calidad de vida de cada persona con base en la logoterapia.

Es de gran importancia lograr una mejor comprensión del concepto de la calidad de vida porque es cambiante, en las diferentes etapas del ser humano especialmente en la vejez, cuando muchos de los privilegios de la salud física y subjetiva están deteriorados, por lo tanto el objetivo general en esta investigación es compilar los resultados teóricamente reportados de la Logoterapia en la calidad de vida en los adultos mayores; además de fomentar el interés por las personas de la tercera edad y los factores psicológicos que emplean las pautas existencialistas de la corriente, en el futuro lograr una mejor aceptación y sentido en la etapa de la vejez. En los profesionales de la salud que tengan interés en la geriatría, para que logren fomentar la psicología humanista, porque parte principal de ésta, es la búsqueda de aceptar aspectos básicos de la vida como: pérdidas, duelos, soledad y nuevas visiones de autonomía, algo fundamental para las personas mayores.

Para lograr los efectos de dicho estudio, se hicieron búsquedas relevantes de datos específicos a nivel nacional e internacional, que aportarán antecedentes fiables para conocer la relación de la calidad de vida con la corriente Logoterapéutica, en los mismos se dieron a conocer fenómenos actuales de dicho concepto; se presenta un enfoque de intervención existencial en donde, luego de introducir técnicas e información a los sujetos de estudio se lograron detallar los resultados en los niveles de la calidad de vida de los adultos mayores.

A razón de lo anterior se presentan una serie de criterios de acuerdo a la temática ya especificada a tratar en este estudio.

Benegas (2019) en el artículo titulado Víctor Frankl: logoterapia en la vida moderna, que aparece en la página electrónica Diario Exterior el análisis y la opinión, del mes de febrero, explica que la logoterapia ha implicado a lo largo de la historia un sentido de individualidad que ayuda a los sujetos a crear caminos de significados, se ha comprobado que la felicidad se obtiene a través del funcionamiento en los demás, pues aunque las personas crean que por hacer cierto gesto este les dará automáticamente alegría no es así, pues el placer se encuentra más en la acción que en la intencionalidad, por lo tanto es fundamental para la supervivencia que las personas tengan ideales; es importante enfatizar las funciones en el bien para alcanzar la felicidad. Se concluye que el fin de esta corriente es que los individuos logren entender la responsabilidad de contribuir al mejoramiento del mundo ajeno, pero para poder internalizar el bienestar propio asociado a bienes nobles para buscar la excelencia a través del conocimiento propio y del mundo en general, comprender como la ignorancia es interminable, pero puede ser mitigada a la máxima expresión. Avellar, *et. al.* (2017) en el artículo titulado La percepción del sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal, que aparece en la revista electrónica Avances de psicología en Latinoamérica número 35, del mes de agosto, indican que hay una constante búsqueda del sentido de voluntad como principal énfasis en el ser humano. Donde el ser se ha presentado como alguien en busca de valores existenciales para forjar el auténtico sentido de vida; ya que la logoterapia no abarca aspectos positivos o negativos, sino todo lo relacionado a la condición, espacio y tiempo de los sujetos. Se indica que siempre se está en una constante búsqueda de sentidos a través de las circunstancias de la existencia, para posteriormente encontrar valores dignos que los hagan entender el ¿por qué?, de la trayectoria en cada etapa, ya que desde la adolescencia las personas

empiezan a cuestionar aspectos sobre la moral y vivencias que los acerquen más a la esencia humana; por lo tanto, también a un significado en la relación con el mundo. Se explica que en la actualidad existe un vacío en el interior humano que puede impedir la realización de los valores en apogeo total.

Legrá, et al (2014) en el articulado titulado Envejecimiento y Sentido de vida. Desafíos para su estimulación que aparece en la Revista de Información Científica vol. 83 núm. 1, del mes de enero-febrero en las paginas 162-170 enfatizan que el sentido de vida tiene un propósito original en la vida de las personas, pues si no se logra una búsqueda genuina de este, habrá crisis existenciales complicadas, el sentido de pertenencia al contexto familiar o a la sociedad pueden promover el crecimiento del sentido de vida individual. Algunos estudios concuerdan que la personalidad ayuda a regular y construir la orientación de la existencia en la vejez, pues el sentido crea bases de necesidades, impulsos, motivaciones e intereses al adulto mayor, éste es un motor que orienta las conductas y actitudes de vivencia.

En la mayoría de los ancianos el sentido de vida es una categoría que mejora la motivación del sujeto, incluso cuando estén en una época de pérdidas, como: imagen propia, duelos emocionales, estado de salud, necesidades personales de realización que todo ser humano tiene.

Para lograr vivir con sentido se menciona la regulación de las experiencias positivas y negativas en contextos y situaciones específicas, por lo tanto, éste se manifiesta en guías hacia la estimulación de las acciones futuras para ayudar a disminuir ansiedades y depresiones pasadas, tener una idea de utilidad en forma de compensación de los errores del pasado. Lo subjetivo argumenta que tener una recuperación física, emocional y sentimental para el adulto mayor son causas focalizadas para que la persona puede tener una mejor calidad de vida en esta etapa. Kohan, (2013) en el artículo titulado Logoterapia su utilidad en los ancianos, que aparece en la página electrónica Dra. Kohan del mes de junio, afirma que, para poder entender el significado de la logoterapia se deben conocer factores cruciales como, la vida y el significado de esta, se explica que cada ser humano tiene un sentido de la misma y que este es la verdadera expresión de la persona, por lo tanto debe ser el propio individuo quien se esfuerce y lo busque para lograr el sentido al final del ciclo vital, y alcanzar la integridad en las dimensiones del ser humano pues

este es un ser de unidad, libre con todas las condiciones de consciencia y responsabilidad para la toma de decisiones en las distintas etapas de vida. Argumenta que las personas deben aceptar la vejez como parte de la trascendencia y los ancianos deben envejecer al lado de una sociedad incluyente, preferiblemente en un núcleo de apoyo ante los cambios que vivan estos individuos. Para lograr una mejor apertura del sujeto se debe valorar que es una persona biopsicosocial, por esto, el anciano incluso fuera de la casa de habitación debe encontrar el apoyo de una comunidad respetable, que valore las experiencias y conocimientos para que se dé un dignifique al ser finito y lo que verdaderamente es y será en el transcurrir por la vida. Se ha demostrado que existen diferentes formas de psicoplasticidad para que las tareas de los adultos mayores en ese tiempo sean realizadas e importantes para ellos y no sientan un relego a una sociedad que no los ve ni escucha.

Briceño, (2013) en la investigación titulada Un psicólogo en los campos de concentración, Breve semblanza de Viktor Emil Frankl (1905-1997), que aparece en la página electrónica Revista de las sedes Regionales número 28, del mes de septiembre, en las páginas 253-261 indica que, Víctor Frankl no solo propone una teoría con base en estudios clínicos de terceras personas, sino también, pone experiencia personal en la aplicación de varias técnicas de la corriente. La prueba que vivió en los campos de concentración, le ayudó para el apoyo del pensamiento científico de la teoría Logoterapéutica; ya que la aborda desde la esencia humana, de atravesar procesos vitales dolorosos, que fueron fundamentales para narrar lo vivido, desde una postura de reconstrucción y exploración de los significados de experiencias desagradables; hechos que plasma en los diversos libros publicados que dieron inicio al crecimiento de literaturas existenciales en la psicoterapia. La postura del Doctor Víctor Frankl, al exponer sus discursos deja en evidencia el buen manejo de técnicas básicas de la logoterapia, como el Autodistanciamiento, ya que fue capaz de separar los momentos, poner encima su experiencia desde lo aprendido y no como una victimización de un prisionero judío; recalca que la logoterapia ayuda a que los individuos no se hundan en los peores vacíos, incluso cuando el ambiente no muestra esperanzas. Esto actualmente es una propuesta de la racionalización emotiva, lo que en logoterapia se conoce como, el significado, identificar el sentido en medio del dolor que visto en otra perspectiva de existencia es “necesario” para trascender.

Visiers (2013) en el artículo titulado El individuo que florece y la comunidad que desaparece sobre el pensamiento positivo y los retos de la Logoterapia en la actualidad que aparece en el boletín de Logoterapia de la Asociación Española de Logoterapia, número 17, en la página 45 describe que Frankl enseña desde la experiencia clínica y personal, que las experiencias de sufrimiento, dolor o incluso miedo ante los diferentes contextos de la vida hacen que los seres humanos sean capaces “ de lograr lo que solo se habían imaginado,” y en la actualidad no solo se habla de experiencias traumáticas como la de Frankl en el campo de concentración, sino también de cuestiones íntimas y cotidianas, como la pérdida de trabajo, duelos o la etapa de vejez. Seguir el sentido de vida, muchas veces conllevará a la experimentación de emociones negativas, en especial a corto plazo, pues seguir a la consciencia es decidir algo más que solo el propio beneficio, ya que la Logoterapia se trata de hacer que el sujeto maximice la calidad de vida que percibe individualmente y en sociedad; enseña que el sufrimiento es evitable, más bien se entendería como una cuestión de bioética, tal como lo menciona el principio de la no maleficencia en los códigos de ética profesionales, si al individuo se le puede minimizar el dolor se hará todo lo posible por lograrlo.

Villafa, (2012) en la investigación titulada Dimensión existencial, personal y actividad física en adultos mayores publicada en el sitio electrónico del Congreso Virtual de Psiquiatría Inter psiquis, del mes de febrero aborda que la salud física está fuertemente ligada a las dimensiones existenciales que plantea Frankl, pues éstas aportan aceptación a las vicisitudes propias de la edad, ayudan a disminuir las sensaciones de vacío, desesperación o frustración, ya que los condicionamientos de esta etapa no solo son biológicos, sino psicológicos y sociales, por lo que el uso de la Logoterapia se aplica para desligar condicionantes del hombre y ayudarlo a la voluntad de libertad, y la actitud que se asume ante los retos en las situaciones que aparecen. Se especifica que las herramientas presentadas por Víctor Frankl mejoran al ser humano, en cualidades como responsabilidad, Autodistanciamiento y auto transcendencia, a su vez aportan al concepto de salud contemplado en la investigación y como parte de los beneficios, se encontraron los niveles más elevados del bienestar general y subjetivo de la persona, a través del fomento de las capacidades para facilitar conductas de afrontamiento en respuesta a la nueva adaptación que debe enfrentar el adulto mayor en la transición de modalidades que conlleva la vejez.

Morgan (2012) en el artículo titulado Geriatric Logotherapy: Exploring the Psychotherapeutics of Memory in Treating the Elderly en la página electrónica Psychological Thought vol. 5, núm. 2, del mes de octubre refiere que la logoterapia geriátrica constituye una de las aplicaciones de Frankl, y que esta ha logrado adaptar a las necesidades de las personas mayores, por la fundamentación de la creencia de lograr un sentido de vida, como propósito primario, se basa en la motivación intrínseca que puedan tener los ancianos. Como una corriente que es parte de la actualización de la Escuela Vienesa, el terapeuta debe tener presente la relación terapéutica y la importancia de la empatía. Se enfoca en conceptos espirituales, no precisamente fundados en una fe establecida o una religión sino en el proceso de trascendencia.

La aplicación de la Logoterapia en el campo de las personas mayores es un desafío porque ésta se enfrenta a situaciones individuales y como estas personas ya han vivido tantos años por lo regular pierden la razón del sentido, no creen que la Logoterapia tenga algo que aportarles, en especial porque muchos de ellos ya no tienen planes, así que el principal logro es crear una propuesta de esperanza en el futuro, de forma creativa. Se motiva al sujeto a concentrarse en traer al presente, recuerdos felices, que constituyan la posibilidad de ser un tesoro, acumulado en la comodidad de la vejez; en el estudio se analizaron el uso de los recuerdos gratos mediante el caso de estudio de una anciana de 80 años, quien padecía fuertes dolores de cuello e indicios de depresión, la Terapeuta, logró enfocarla en su infancia, y la granja en donde vivió con su familia, eventualmente la anciana recordó las tardes de juventud con sus amigas donde la “historia de su vida” se convirtió en un claro anclaje de experiencias, que la hicieron sonreír y analizó que eran recuerdos a los que no había accedido desde hacía mucho tiempo, esto le ayudo a tener una mejora considerable en las reflexiones terapéuticas, lograr que el anciano sea capaz de valorar el pasado en medio de un futuro incierto, es un método funcional para evitar los vacíos existenciales.

Velásquez (2010) en la tesis titulada Efectividad del taller de Logoterapia para aumentar el sentido de vida en un grupo de adultos mayores de la Universidad Rafael Landívar campus central, donde el objetivo fue determinar si el taller de logoterapia es efectivo para aumentar el sentido de vida de un grupo de adultos mayores institucionalizados; la muestra utilizada fue de 20 adultos mayores. La investigación fue de tipo cuantitativo y diseño experimental; se utilizó la

prueba psicométrica logo-test, que brinda datos sobre el sentido de realización, conocimiento noético de la existencia, posibilidades de realización y frustraciones existenciales; con el reflejo de los datos se concluye que el noventa por ciento de los sujetos mejoró los resultados de la prueba luego de la intervención del taller de Logoterapia, de manera que se demuestra la efectividad para grupos de adultos mayores siempre y cuando se conozca el contexto y las limitantes del estudio, por lo que es prioritaria la intervención de la institución en los temas de taller y charlas sobre el tema de logoterapia tanto a la junta directiva que trabaja con adultos mayores como a las personas que trabajan con los mismos y a los futuros practicantes o encargados del área psicológica.

Hadil, et al (2019) en la investigación titulada Relación entre bienestar espiritual, calidad de vida y sentido del sufrimiento en una población de ancianos religiosos residentes en centros españoles publicado en la revista electrónica Gerokomos vol. 30 núm. 3 en los meses de septiembre y noviembre, sostiene que el objetivo del estudio fue analizar la relación entre el bienestar espiritual, la satisfacción con la calidad de vida, el estado funcional y el sentido del sufrimiento en una población de ancianos religiosos, debido a que el envejecimiento repercute en la calidad de vida y la percepción del individuo, se plantean expectativas, normas y preocupaciones, en relación a los factores que influyen a la satisfacción, por lo que se encontró que las dimensiones a cuidar son: las relaciones familiares y contactos sociales, la salud general y el bienestar espiritual, para lograr el desarrollo humano se necesita prestar atención al espíritu, pues supone una transcendencia de sí mismo, que se refleja en la paz interior, además del estímulo para encontrar el significado de la vida, hay datos que revelan que las relaciones de la espiritualidad con la salud física y la hipertensión, pueden verse con más significancia y vivencia genuina ante el sentido del sufrimiento; atender las necesidades físicas, espirituales y psicológicas aportaría a la mejora de la calidad de vida y reducción de las dificultades del presente.

Gómez (2019) en la investigación titulada Interdisciplinariedad en gerontología La calidad de vida como criterio integrador de la Interdisciplina, que aparece en la revista Internacional de bioética, deontología y ética médica, vol. 30 núm. 4, de los meses de octubre-diciembre, en las páginas 1371-1383, señala que la calidad de vida es un concepto que debe tener aportes de múltiples disciplinas; una de ellas es la ética, pues la noción de ésta, debe tener estándares en

las personas mayores, pues tienen retos y dificultades que pueden nublar los niveles de satisfacción así se buscaría que el término se desarrolle para crear condiciones donde la recreación personal sea constante, y social, la comunidad puede promover la libertad de tiempo y factores que fortalecen la seguridad individual, es claro que es difícil determinar el estilo de vida y la satisfacción solo con base en las actividades llevadas a cabo, por lo que un tema relevante en la gerontología, es el envejecimiento activo, el cual dependerá de las actividades realizadas diariamente, es menester que la vejez sea considerada como otra etapa más en la vida y no como algo negativo; se necesita empezar a romper las limitantes de pensar que las personas mayores están incapacitadas o que están en una época decadente. Se centró la calidad de vida en diferentes dimensiones: entorno social, relaciones y el replanteamiento de las condiciones de vida.

Ramírez, et al (2017) en el artículo titulado Salud y calidad de vida: Su relación en los grupos etarios que aparece en la revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica vol. 9 núm. 2, del mes de junio en las paginas 1-16 indican que la calidad de vida y la salud mental no se mantienen estables o rígidas a lo largo de la vida, éstas manifiestan cambios, entonces al momento de su estudio hay que diseñar estrategias que logren un mejor alcance acordado a la etapa del ciclo vital en donde se encuentren los sujetos. Algunos estudios objetan la importancia de crear asociaciones en la vejez con lo vivido en la juventud o infancia. Según esta investigación la ancianidad empieza a considerarse a los 65 años en adelante, a raíz de esto la persona vivirá diferentes cambios destacados en las formas de vida y las consecuencias serán visibles en la salud. Eventualmente un porcentaje significativo de ancianos puede tener deterioro funcional, para evitar el impacto de esto se recomienda mantener una vida física, mental y social activa en orden de mantener los niveles elevados de la calidad de vida. De los problemas mentales más prevalentes en ancianos están: los de índole depresivos, ansiosos, trastornos del sueño, trastornos delirantes, demencias y consumo de sustancias, especialmente alcohol.

García (2016) en la tesis titulada Calidad de vida: estudio comparativo en adultos mayores institucionalizados en un asilo y que residen con su familia, de la Universidad Mariano Gálvez, campus central, donde el objetivo fue determinar si existe diferencia en la calidad de vida en adultos mayores institucionalizados y que residen con su familia; la muestra que se utilizó fue de

50 personas de ambos sexos, 25 que viven en instituciones y 25 que viven con su familia, todos de nivel socioeconómico bajo. La investigación fue de tipo cuantitativo y diseño descriptivo comparativo; se utilizó la prueba psicométrica CUBRECAVI que permite realizar una exploración rápida de los componentes más relevantes de la calidad de vida de los ancianos, compuesta por 21 subescalas en nueve dimensiones, pues esta tiene múltiples factores que representan la calidad de vida, con el reflejo de los datos se concluye que los ancianos que viven con su familia presentan mayor incidencia en el bienestar psicológico, pero los ancianos que están institucionalizados tienen puntuaciones mayores en aspectos como integración social. La promoción de diferentes colegios y voluntariados fomentan la calidad de vida, por lo que es prioritaria la implementación de talleres de estimulación cognitiva, sociocultural y recreacional; a los adultos mayores que habitan en instituciones es prioridad que realicen al menos 15 minutos de caminatas.

Besdine (2016) en el artículo titulado Calidad de vida en ancianos publicado en la página electrónica Manual MSD versión para profesionales, en la sección de salud, en el mes de agosto; argumenta que según las investigaciones realizadas, la calidad de vida de los ancianos institucionalizados es influenciada por dos factores: pérdidas cognitivas y afectivas; el primer elemento debido a las enfermedades crónicas y el segundo a causa de la ausencia de las relaciones vinculares con la familia, pues muchos de ellos carecen de cariño, atención o sienten melancolía por el abandono en el asilo y esto conduce al desarrollo de fuertes sentimientos de desesperanza y tristeza. Según el resultado de los estudios, un indicador de calidad de vida interesante en el adulto mayor, es la pérdida de sensaciones como la intimidad y sexualidad, ya que el cuerpo ha envejecido entonces existe la vergüenza en el coito, además de tener que afrontar cambios en el aparato reproductor y en la interacción de pareja, a esto se le agrega la jubilación, las enfermedades y demás perturbaciones propias de la edad que causen estrés y por lo tanto dificultades en el campo sexual y de relación.

Benitez (2016) en el artículo titulado La Evaluación de la Calidad de vida: Retos Metodológicos presentes y futuros que aparece en la página electrónica Papeles del Psicólogo vol. 37 núm. 1, en las paginas 69-73, expresa que los estudios de la calidad de vida son metodológicos en el ámbito de investigación, el objetivo último, es poder tener una evaluación clara y conclusiva

sobre la variable del término. Es necesario concentrarse en estudios actualizados. Los retos en el análisis de dicho constructo, implican tener en cuenta la definición y métodos de cálculo de la variable, la cual tiene diferentes definiciones, por lo tanto se deben extraer las dimensiones comunes como el área psicológica, sanitaria, educativa y física; en cuanto a las líneas y tipos de investigación, se sugiere centrar la mira a los hallazgos de diseños mixtos que combinen metodologías cuantitativas y cualitativas pues representan con mayor profundidad la visión global y sofisticada de la calidad de vida, así la autora enfatiza como conclusión que es necesario continuar con investigaciones en este campo pues la diversidad que envuelve al término tiene puntos de partida claves para fuentes futuras. Se considera que, las evaluaciones disponibles de los niveles de calidad de vida tienen aproximaciones teóricas ricas y actuales, sin embargo, en el caso de estudios comparativos es necesario agregar la equivalencia del constructo medido en los diferentes grupos de análisis y velar por la minimización de sesgos en distintos niveles.

La actual literatura tiene validez suficientemente extensa para incentivar a estudios que profundicen en la definición universal, ya que la calidad de vida puede ser estudiada como una estructura de modelos que incluye: relaciones, dimensiones e indicadores que generen aportes en los ítems particulares de la variable.

Aponte (2015) en el artículo titulado Calidad de vida en la tercera edad que aparece en la página electrónica Ayaju órgano de difusión científica del departamento de psicología UCBS número 2, del mes de agosto define que los ancianos son un nuevo panorama en la actualidad ya que los mismos tienen una mejor oportunidad de vivir más. Debido a que la población de adultos mayores ha ido en aumento, se han considerado parámetros de desarrollo para los planes de acción de una salud digna, ya que aunque el gobierno priorice la atención médica, es necesario que también los cuidados psicológicos tomen un lugar, se demostró que la longevidad de las personas es más común, pero no necesariamente es un hecho que los ancianos tengan una vejez merecedora y no solo es cuestión de salud, sino es asunto social anclado a la disminución de los estigmas que se tiene del envejecimiento. Es importante que los individuos sepan que los actos y hábitos de la juventud están correlacionados con la calidad de vida que tendrán en un futuro. Como finalidad del estudio, el concepto de prosperidad en los ancianos se estudió a través de muchos factores de importancia para la satisfacción general de la persona, y se busca la

compresión de la felicidad como parte de un estado de ánimo positivo. Parte relevante del análisis del tema es, saber cómo lograr que las pérdidas propias de esa etapa sean aceptadas y entendidas por parte de los ancianos, quienes la mayoría de veces se encuentra con sentimientos de inutilidad ante una sociedad competitiva.

Luján (2014) en la tesis titulada Calidad de vida del adulto mayor dentro del asilo los hermanos de Belén de la Universidad Rafael Landívar Campus Central, donde el objetivo fue conocer la calidad de vida del adulto mayor en el asilo hermanos de Belén de la ciudad de Guatemala, la muestra que se utilizó fue de 10 adultos mayores de género masculino y abarcan edades arriba de los 60 años, la investigación fue de tipo cuantitativo y diseño descriptivo, se llevó a cabo por medio de la prueba psicométrica CUBRECAVI la cual permite realizar una exploración rápida de los componentes más relevantes de la calidad de vida en las personas mayores; con el estudio de los datos se concluye que, los resultados son bajos en las escalas de actividad y ocio, lo que indica los límites de la edad con las condiciones de salud física y la posible frustración por tener que necesitar ayuda para realizar actividades básicas. En cuanto a satisfacción con la vida, la mayoría obtuvo una puntuación promedio o baja así que es prioritaria la intervención psicológica y la participación en actividades físicas, para que puedan ejercitar las extremidades; es fundamental la participación activa que puedan brindar organizaciones sociales que asistan al asilo.

Sánchez et al.(2014) en el artículo titulado Calidad de vida psíquica y estado de salud física en el adulto mayor, publicado en la revista electrónica Scielo, vol.13, del mes de marzo-abril, hacen mención que según lo estudiado la calidad de vida es un constructo multidimensional, y como consecuencia no puede reducirse a escalas no compuestas, ya que se definió un patrón de correlación con los resultados del análisis factorial del estudio, que determinó que la salud psíquica y la salud física de enfermedades y padecimientos, varían según las diferentes cláusulas estudiadas de la calidad de vida, sin embargo los aspectos del área física que tuvieron una puntuación más baja, parecen disminuir más que los psíquicos, los niveles de la esfera de bienestar general. A pesar de que los resultados no son concluyentes, si evidencia que, la calidad de vida posee varios factores en la percepción de los sujetos, por lo tanto, proponen elaborar afrontamientos individuales de mejora para cada adulto mayor, ya que no puede estar solo sujeta

a una buena atención física, sino que también debe prestarse atención a la esfera psico-social de la persona.

Melguizo et al (2012) en el estudio titulado Factores asociados a la calidad de vida de adultos mayores. Cartagena (Colombia) que aparece en la revista electrónica Salud Uninorte vol. 28 núm. 2, del mes de mayo, en las paginas 251-263 proponen en la discusión del estudio que los factores asociados a las dimensiones de la calidad de vida de los adultos mayores son: sexo, nivel de escolaridad, estrato socioeconómico, número de personas y condición de trabajo; estos influyeron en los niveles de bienestar, cada uno con sus particularidades, pero los que más resaltan son, la condición laboral pues ésta brinda mejores niveles de bienestar físico, psicológico y emocional; además de mantener a los sujetos ocupados en funciones. En la condicionantes sociodemográficas, las mujeres obtuvieron mejor promedio pues por las funciones del género en la sociedad, son ellas las que acostumbran a mantenerse en el hogar y a realizar las tareas del mismo, sin embargo, reportaron menos bienestar psicológico o emocional, ya que analizaron características negativas por la edad y la evaluación del concepto de envejecer. Para concluir, las dimensiones más altas en mujeres son: autocuidado y plenitud espiritual; en los hombres las áreas más puntuadas fueron: el funcionamiento interpersonal y plenitud espiritual, con base en los estudios se sugiere que mantenerse ocupados y ser económicamente productivos en la vejez influye en el bienestar psicológico-emocional.

Fernández, et al (2011) en el artículo titulado Calidad de vida en Envejecimiento sano del adulto mayor que aparece en la Revista de información científica vol. 70 núm. 2 del mes de abriljunio concluyen que el envejecimiento pleno necesita del dominio del campo científico, y de estrategias que se relacionen con los problemas clínicos, confusión aguda, prevención y control de caídas en el adulto mayor, síndrome de inmovilización y diagnósticos clínicos. Es fundamental que la realización de la información científica sobre la longevidad tenga procesos sistemáticos en atención y cuidado donde se involucren factores como: el sustento económico, un clima familiar donde haya paz y tranquilidad, además de vivir en relación con Dios, tener una preparación cultural, científica y académica aporta más consciencia para conocer los resortes psicológicos en la salud de un envejecimiento. Ya que se debe educar a los ancianos sobre los fundamentos que deben considerar para adaptarse a la calidad de vida en la vejez.

Aguilar, et al (2011) en el artículo titulado Factores que determinan la calidad de vida de las personas mayores que aparece en la Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal vol. 4 núm. 1 en las paginas 161-168 , deducen que la población que más está en aumento es la población anciana, por lo tanto hay que tener en cuenta estrategias que mejoren el bienestar de la calidad de vida, para aclarar mejor los factores y variables que repercuten en esto se analizaron bases a partir de diversas investigaciones que clarifiquen y actualizan conocimientos. En uno de los estudios se encontró que el estado mental, nivel de salud, capacidades funcionales, nivel de actividad y de ocio, integración social, satisfacción con la vida, servicios sociales y de salud; no serán los únicos factores que definan la calidad de vida, sino que esta dependerá de las condiciones sociodemográficas.

Según Wilson y Clearly citado en Aguilar (2011) señalan que la calidad de vida se abordaría desde las siguientes dimensiones: biológica, psicológica, salud física, el estado funcional y la percepción de la salud; las características individuales son sumamente importantes ya que proporcionan motivaciones, los valores y preferencias de la personalidad y por último el impacto del ambiente en áreas sociales.

Las conclusiones del estudio son que en la calidad de vida de los adultos mayores influyen las percepciones subjetivas o recursos internos del sujeto y también la percepción objetiva, además de esto la calidad de vida está sujeta a variables ya explicadas, pero las que más destaca son: las relaciones sociales, satisfacción con la vida, nivel económico, apoyo social, autonomía para concretar actividades y la salud del individuo como la principal variable de aportes.

## **1.1. Logoterapia**

### **1.1.1. Definición**

Frankl (2011) expone que la logoterapia contribuye a un manejo esencial de recursos y capacidades humanas en la psicoterapia, pues esta va más allá de los conceptos básicos de la neurosis y penetra en las dimensiones de los fenómenos específicamente existenciales y busca la creación de aprendizajes o procesos de reaprendizaje de los sujetos, por lo tanto, la logoterapia es la que aspira a la dimensión espiritual y llega a ser capaz de lograr la integración de la humanidad en los fenómenos, así se busca que haya una auto distancia, en las situaciones difíciles y el

afrontamiento de las mismas sea más óptimo. Para emplear la fenomenología de esta corriente es importante tener la correcta adaptación de bases filosóficas como la autotrascendencia y la libertad del ser.

Fischer (2016) explica que la corriente Logoterapeutica tiene como base un panorama que representa el manejo de las cuestiones existenciales, en donde se plasman ideas acerca del sentido de vida en la persona y que tiene como propuesta que el ser humano es un ser inacabado pero que muestra dinámica, en medio de las exigencias de las actividades y el futuro esperado, lo cual se fundamenta en las diferentes dimensiones del sujeto, física, psíquica y espiritual, por lo tanto para llegar a la premisa de la logoterapia hay que indagar en la llamada búsqueda innegable del sentido de la vida, y de las preguntas propias de la filosofía de vida de cada individuo, para analizar que no hay un plano existencial que sea el adecuado y tampoco hay instrucciones para manejar la falta de sentido en el camino de la ambigüedad hacia la resolución de la angustia.

### **1.1.2. Fundamentos filosóficos de la logoterapia**

Frankl (2015) menciona que no hay una corriente psicológica que no adapte la filosofía a los aspectos personales de los individuos, y para iniciar el individuo debe tener presente la propia existencia y la interpretación de la misma, más allá de los motivos que busque. Se explica que la consciencia es la mayor caracterización del ser humano y aunque haya teorías que la adjudican al condicionamiento, el ser humano si puede tener una consciencia basta que jamás llegara a ser parte del reduccionismo pues no hay solo un determinante para la misma, sino todo lo contrario no tiene límites de alcance.

El amor es parte indiscutible de las bases de la logoterapia, porque es otra cualidad única del ser humano, es una cuestión a consciencia y por lo tanto las manifestaciones del mismo darán resultados positivos para la noética y la capacidad del individuo para captar a los semejantes como otro en la mera singularidad, ya que todas las personas son irremplazables e inalcanzables en la manera de ser; si es reemplazable para un sujeto no puede ser reemplazable para el propio individuo en la experimentación y en el vivir del sentido de la vida que también es algo único. Por lo tanto, se debe recalcar que el concepto Logoterapéutico está basado en tres pilares concretos además del amor, los cuales son:

□ La libertad de la voluntad: es el reflejo máximo de refutación del pandeterminismo, ya que a través de la misma se dan las rupturas con los condicionamientos del ser humano, cuando se vive la libertad es imprescindible tomar en cuenta que el hombre es el único que puede tomar decisiones distanciantes de los paradigmas del entorno y de la misma biología. La libertad no es una libertad con respecto a todo condicionamiento, sino que abarca más que esto como el poder enfrentar y adquirir la capacidad de resistir y luchar bajo las condiciones, para lograr la movilización de recursos se deben tener en cuenta conceptos como el humor y el heroísmo que son sinónimo de la adaptabilidad y el distanciamiento.

- La voluntad de sentido: es la clave que se da en el ser humano para ser capaz de adaptar la responsabilidad de las decisiones y de la vida, a través de las experiencias y el manejo de los recursos en la búsqueda del sentido de vida para constituir una fuerza primaria y no racionalizaciones que no den bases en los factores psicológicos necesarios para la modificación de pensamientos existenciales, pues el sentido de vivir es único e irrepetible, ya que el hombre es capaz de vivir e incluso de morir por los propios ideales y valores, y el sentido no es algo que se inventa, sino se descubre por lo tanto el ser es libre para aceptar o rechazar dicho sentido.
- El sentido de la vida: Para conocer dicho sentido se debe aclarar la dimensión noética que tienen los seres, la cual básicamente se refiere a la dimensión espiritual que también puede tener un manejo errado del concepto religioso, ya que se concluye que esta dimensión más que teológica es antropológica, y sirve para dar apertura a los fenómenos psicológicos y somáticos de los individuos para anteponerse a estos, a fin de alumbrar el camino a la trascendencia innata, el principal elemento de la logoterapia es el “logos” que significa espíritu, pues el concepto completo es el estudio del espíritu, por esto se busca tanto lograr reflexiones porque son las que se aproximan a la propia persona, para promover una mejora en la consciencia y por supuesto a la dimensión espiritual para que se acepte que la significación del amor se da en todas las dimensiones integradas de una persona.

### **1.1.3. Existencialismo y Logoterapia actual**

Noro (2016) postula que la filosofía de la existencia tiene diferentes corrientes, pero una de las principales coincidencias es la de hacer cargo al hombre de la existencia, en un tiempo específico, sobresaliente en las circunstancias, con los desórdenes de la época destinada, con la mundanidad,

el sujeto está definido, por una libertad y aleatoriedad de apertura con el otro, con la trascendencia, para crear aciertos en los actos existenciales, con fines de alcanzar la felicidad, vivir el sufrimiento o la angustia abierto a todas las posibilidades que nacen de este tipo de sentires; lo singular en esta corriente se encuentra en la potencia de armar aperturas a la complejidad de la generalidad de una existencia humana.

En cuanto a la relación que la filosofía de la existencia tiene con los pensamientos de Frankl están los momentos históricos en la propuesta de buscar un sentido que logre una mejoría de la angustia; la orientación que se busca por medio de proponer significados a las experiencias, esto sería la principal intervención de Frankl. Por lo tanto, para tener una mejor representación de la correlación de las ideas y categorías se explican diez principios base de la logoterapia

- El hombre como proyecto: el hombre se ve en diversas motivaciones, pero una de las principales áreas de movilizaciones son los proyectos que este planea para la realización de su ser, éstos no están trazados previamente por un destino, sino por un sentido, el cual ayuda a la constitución de los mismo, poseen decisiones de vida, en torno a futuros y aperturas a las trascendencias.
- El hombre es libre: la libertad postulada en Logoterapia está directamente ligada a la responsabilidad de vivencia, es decir el hombre debe responder por su obrar, puede elegir cualquier elección guiada por la responsabilidad y moral, compromete el beneficio de otros antes que el propio, pues esto forma parte de ser una verdadera persona libre.
- La frustración existencial: puede coincidir con la angustia, la presencia de esta no puede crear inmovilidad en el ser, debe encontrar el sentido ante la sensación de frustración, y tener presente que el sentido pleno ayudará a recobrar la significancia de la vida.
- Cada persona es un individuo y es absolutamente un ser nuevo: el ser es un ser irrepetible, no hay modelos, impulsos, predisposiciones genéticas que lo hagan de cierto modo, cada nueva vida es ontogénesis, es una nueva y valiosa novedad, la originalidad es un deber que debe implementarse en los sentidos y la existencia sin embargo todos los seres por únicos que sean se verán enfrentados a la fragilidad y finitud.

- La Logoterapia en general adhiere muchos ámbitos fenomenológicos porque logra crear iniciación, intervención, apariciones en el ser a través de las técnicas, una de ellas y la más usada: el dialogo socrático, éste es un camino concreto de reflexiones orientadas a buscar posibilidades de sentido y trascendencia, mediante amor y curas para el sufrimiento inherente del ser humano, así se motiva al ser para que sea incondicional ante su propio sentido de vida , el cual tiene muchos caminos desde los valores hasta el dolor.
- El hombre es tridimensional, biológico, psíquico, espiritual: pero en cada persona esta constitución es específica, se hace original, todos los seres están formados por este mismo fin de comprometer la utilidad de la singularidad, por esto los individuos que conocen la dignidad humana pueden ser maestros del respeto ajeno. Pero la persona es fundamental espiritual, porque la psicología sin espiritualidad es ciega ante los valores personales. El logos puede explicarse también desde la dinámica de la persona de distanciarse de lo psicofísico, para salir del sí mismo y enfrentarse con la esencia misma, por lo tanto, la persona espiritual se enfrenta a si misma ya como un ente psicofísico.
- El hombre construye en si el sentido de la existencia: es un constante descubrimiento y perseguir al sentido pues este no es automático, se edifica constantemente, el hombre que pierde el sentido, pone en riesgo su existencia, y no encontraría una trascendencia.
- La persona es existencial, no es fáctica: y debe constituirse pues no está hecha del todo, sino de los hechos, tiene la opción de ser libre y feliz, pero con la responsabilidad abordada desde el punto de vista de la logoterapia, en contra del psicoanálisis el hombre no está desde el punto de vista existencial determinado por instintos sino por el sentido de vida.
- El ejercicio de la libertad tiene en su contenido asumir la responsabilidad, con el buen obrar en beneficios propios, pero principalmente obrar bien con los demás, por esto la moralidad juega un papel imperante como parte de la libertad y el sentido.

- El hombre es temporal y su existencia se debe decidir en tiempo, la temporalidad crea fragilidad y finitos por lo que la muerte debe ser un concepto aceptado en el sentido humano, la existencia es el lugar del sentido, porque ésta contiene el tiempo, la realidad, las vivencias y siempre recae en el sentido, aunque se encuentre silenciado u olvidado, termina reencontrándose.

La apertura a la trascendencia no está comprometida a sí misma, sino al hombre como medida comprometedora de la trascendencia misma, supone recursos como el principio espiritual, ya que al trascender el ser recupera lo mejor de él mismo, satisface al ser.

#### **1.1.4. El sentido del sufrimiento**

Frankl (2015) menciona que el sufrimiento es algo no controlable, ya que en algún punto de la vida, éste representa el destino de lo inevitable, como envejecer en soledad o enfermedades incurables; es aquí donde se da la oportunidad de realizar el valor supremo, de cumplir el sentido más profundo. Porque hace énfasis en la actitud que se decida, al momento de enfrentar dolor, relata una anécdota que vivió con un médico, éste consultaba sobre la depresión que tenía, desde la muerte de su esposa, Frankl escuchó atentamente y con prudencia planeaba como abordar dicho sufrimiento, así que le preguntó: “Que hubiera sucedido doctor, si usted hubiera muerto primero y su esposa le hubiera sobrevivido”; el protagonista comentó que hubiese sido algo terrible para ella pues, tendría que vivir ese dolor tan grande, entonces Frankl le hizo analizar que ahora él le había ahorrado todo ese sufrimiento a ella, como un intercambio, y como él había sobrevivido su deber ahora era enfrentar la experiencia y llorar la muerte de ella con sentido. El sufrimiento deja de ser en cierto modo sufrimiento, cuando se le encuentra un sentido, esto para que se pueda manejar desde el punto de un sacrificio digno. Sufrir no es una enfermedad, pero forma parte del destino inalterable, y lo que Frankl hizo con el médico, fue otorgarle una modificación a la actitud del hombre.

Como cláusulas primordiales de la Logoterapia se encuentra la que, dicta que el principal interés del hombre no es encontrar el placer o evitar el dolor, sino buscar un sentido a la vida, en el afán de lograr esto, el individuo está dispuesto a sufrir. Al aceptar el reto valiente de hacerlo, la vida

tiene hasta el fin último un sentido que se conserva, pues es incondicional con el ser. En los campos de concentración tuvo que lidiar con varias emociones y pensamientos dolorosos, la incertidumbre de no saber si saldría vivo fue uno de los más crueles, lo llevaron a pensar que sus días estaban contados, en especial cuando lo despojaron de sus ropas y los manuscritos de los libros que tenía en ellas; tuvo que usar el traje de un prisionero fallecido; el cual contenía una oración judía en los bolsillos, Frankl interpretó esto como un desafío para los pensamientos que tenía en aquel momento, puesto que se dio cuenta que, en lugar de solo escribir lo que pensaba, debía replantar las preguntas, porque para la mayoría de personas en aquella situación la pregunta era: ¿sobreviviremos a este campo? Ya que si al final no iban a lograr sobrevivir ¿cuál era el sentido de todo el sufrimiento?, sin embargo, el Doctor analizó la situación desde una perspectiva diferente, sostuvo la teoría del sentido incondicional, la adaptó a lo inherente y se preguntó: ¿tienen todo este sufrimiento, estas muertes diarias, algún sentido? Porque si no, definitivamente la supervivencia no podía tener un sentido, pues la vida cuyo significado radica en una casualidad, no merece ser vivida.

### **1.1.5. Los Valores y el sentido de vida**

Martínez (2014) aborda como Frankl introduce los valores como una dirección de recursos para encontrar el sentido de la vida, son vías directas para lograr compromisos, estos se presentan como una triada, los valores de creación, los que son realizables por medio de actos concretos, los valores de experiencia, son parte de la vida; y los valores de actitud, realizados a partir de las actitudes que el individuo decida asumir. El valor de creación es la forma que tiene el hombre de intervenir en el mundo, es poder estructurar y dirigir la realización de los proyectos que el individuo se proponga, esto incluye el trabajo, el cual es una vía ofrecida por la vida para dejar algo en el mundo general; pues no importa la profesión que se ejerce sino la prestación que se le da al trabajo, plantea la dedicación que se tenga en la ejecución, y el por qué se hace, ya que no es lo mismo un pintor cuyo único objetivo es hacer dinero, que un ama de casa que se ocupa de la casa con amor al marido y a los hijos. A veces el trabajo no satisface, sin embargo, por esto es importante recalcar que el hombre tiene la capacidad de aportar entusiasmo y dedicación a la obra, esto será una fuente de valor en los actos. Este valor está muy relacionado a dos aspectos: el esfuerzo por llevar a cabo los propios proyectos, sin estímulos o reforzantes que lo remuneren,

sino únicamente el sentido de concluir la meta y también está relacionado al dar en el mundo respuestas, servicios sin fines de lucro.

Los valores de experiencia forman parte de tomar “algo” del mundo e incluirlo para un enriquecimiento personal, son características como gratitud y el valor por excelencia es el amor. Se crean situaciones y recursos en el campo psicofísico que mejoran los recursos espirituales. Frankl hace alusión al amor de pareja, el cual tiene tres dimensiones: sexual (corporeizada), erótica (rasgos psíquicos), y espiritual. El acto sexual cuando es consumado entre personas maduras es un medio accesible para lograr armonía y unión en un amor auténtico, pues las personas son capaces de ser fieles, de entregar su ser espiritual. Es también ceder al otro, abiertos a probabilidades de transformaciones libres, mediante la responsabilidad de lo que se quiere lograr y el amor genuino no se relega únicamente a la pareja, sino a la familia, amigos e incluso mascotas, es un sentimiento que trasciende la muerte, pues si una persona muere, el amor que se tiene, puede crecer por voluntad consciente y por medio de decisión; es atemporal e imperecedero, no es físico por eso encuentra un significado intenso en el “yo” de cada sujeto. Amar es necesario y se puede lograr un amor a la humanidad, no es esencial una relación con una persona o una orientación de carácter, sino más bien organizar el amor como una totalidad, para lograr esto se necesita de cierto nivel de conciencia, en amor de todo lo existente, esto también influye en generar un sentir holístico. La esperanza yace en amar y esta se proyecta hacia la voluntad de sentido, mantiene encendida la búsqueda auténtica del sentido de vida. La percepción y apreciación de los fenómenos naturales como el amanecer, los paisajes, el sonido del mar y otros aspectos que ofrece el mundo son condiciones del valor de experiencia también.

Los valores de actitud se refieren a lo inevitable, es decir todas las circunstancias que no se pueden controlar, y en estos valores se busca formar una actitud ante cuestiones negativas, se presenta por medio de seguir en el sentido de vida, en vivencia con transformaciones, son superiores frente a los valores experienciales y creativos, ya que aquí se enfatizó que los valores de actitud son cuestiones que se dan a la vida en respuesta a lo que se recibe del mundo, transforman de forma radical y el hombre no los elige, son golpes del destino inherentes al ser. Estos surgen de forma interna, no se necesitan de otras personas, se viven con soledad y con esfuerzo para sobrevivir las situaciones o crisis pues es aquí donde se ponen a prueba los seres humanos ante el dolor.

### **1.1.6. El vacío existencial: un desafío para la psiquiatría**

Frankl (2015) explica que en la actualidad la prevalencia de los vacíos existenciales han prosperado en muchos casos sin conocer las causas y según lo que se conoce estos pueden tener muchas variantes, entre las que se encuentran, posibles faltas de impulsos que les dicten a los sujetos que es lo que deben hacer, también se deben incluir la falta de valores y las convenciones sociales que den la dirección que se debe tomar, a menudo las personas no saben que es lo que quieren hacer así que para negar la responsabilidad y decisión, solamente se hace lo que los demás, y deciden que el curso de la vida es seguir masas; para que la mentalidad individual de los sujetos termine en conformismo.

Resulta alarmante la gran propagación del vacío existencial que se dan a nivel mundial pues las personas recurren a alternativas erradas para no fijar la atención en el sentido de vida y se debe acudir a la adecuada adaptación de la filosofía de vida de cada persona, para tratar de disminuir las consecuencias de la falta de valores y tradiciones universales.

Los principales síntomas del vacío existencial son la apatía y el aburrimiento, como parte de varias investigaciones que se han realizado, se determina que las sociedades que tienen más acceso a la educación es donde más se presenta la frustración existencial, pues los estudiantes tienen nociones científicas útiles, pero el sinsentido de los mismos, es reforzado por el modo en que se presentan los descubrimientos científicos, porque si es un hecho que se concentra el aprendizaje en teorías, análisis y números, quizás no se puede argumentar el mismo valor a la auténtica búsqueda, de las capacidades humanas para descubrir significados únicos y así promover un mejor uso de consciencia.

El vacío existencial no es una neurosis; y si tendría que serlo, entonces sería una ocasionada por el propio medico en la pretensión de curar, pues es este quien manifiesta que la vida deber ser vivida de tal forma o que muchas veces la enfermedad puede ser vista como algo “normal” para el sujeto y cuando este no tiene ninguna perturbación, entonces se manifiesta preocupación en la persona porque está bien, y no hay nada malo que ocasione angustia, por lo tanto empieza la neurosis por no sentir “malestar”.

Para concluir el hecho de cuestionarse si existe un sentido de vida, no implicaría una patología para los adultos mayores, sino la prerrogativa de los mismos de dar por hecho que no existe un sentido de vida, es lo que provocaría la neurosis, así la vergüenza ante la desesperación existencial no debe existir porque esto de ninguna manera constituye un síntoma neurótico sino la mayor señal de conquista para lograr la correcta orientación de vida.

### **1.1.7. Entender el sentido de vida**

Frankl (2012) argumenta que, la existencia puede ser frágil y puede quebrarse, cuando esto sucede el sujeto debe permanecer en un firme ideal, el hombre debe percibir su vida con un sentido, no solo en una base intencional sino en una base trascendente. Crear la esencia del ser, mediante direcciones orientadas fuera de la misma persona, hacia otros. Se hace énfasis en frases como “ser en el mundo”. Pero para comprender esta frase, el individuo debe saber que está comprometido y sometido a una situación, a una realidad que en algún punto será menospreciado por la subjetividad del mismo ser dentro del mundo.

Se crean tensiones entre los dilemas que surgen a razón de reflexiones sobre el “yo soy” y el “yo debo”, por lo que se evitará que el sentido se encuentre con el ser, ya que este solo debe marcar la pauta de la persona. La originalidad del hombre por buscar el sentido y los valores corren riesgos debido al subjetivismo y el relativismo, estos corrompen el entusiasmo de la búsqueda. Contrario a los impulsos propuestos por Freud que modifican la conducta con fines sexuales o sadoomasoquistas, en la corriente de Logoterapia no se comparte la creencia de identificar culpables.

Por lo tanto, se inician disputas entre los pensamientos sobre si el sentido es relativo y efectivamente lo es, pero por hecho de que, difiera según cada persona, además los días y horas pueden hacer cambios en el, esto daría resultado a una singularidad, como una cualidad no situacional sino de vida, el hombre demuestra su singularidad en términos de esencia como de existencia.

Por esto equivale a que cada ser es irremplazable por el sentido de esencia que forja en la vida, no hay un sentido universal que valga, es cierto que los hay con enfoques a la sociedad y por historias culturales, sin embargo en esta corriente el sentido se refiere a la condición humana, el modo de ver los valores, y como se definen estos para aliviar al hombre en la búsqueda, la persona debe tener en cuenta que en el camino existencial encontrará contra posiciones de valores, pueden colisionar entre sí y el reflejo de este caos será en la mente humana, escondido entre conflictos o frustraciones, pues el sentido es más claro y conciso, mientras que los valores ofrecen caminos abiertos a decisiones, y siempre hay libertad de aceptar o no el valor en situaciones importantes.

Otra dimensión importante de conocimiento en el sentido, es la parte subjetiva, Frankl cuenta cómo vivió una de las más difíciles decisiones en la vida, pues en medio de la Segunda Guerra Mundial, Estados Unidos le ofreció la oportunidad de viajar y recuperar la visa, así poder escapar de la persecución alemana, sin embargo él vivía con sus ancianos padres, quienes esperaban que Frankl recogiera el documento, él comenzó a tener dilemas existenciales, y se sintió tan confundido, que deseó que la respuesta fuera dada por el cielo, quería una señal divina; al día siguiente su padre recogió un pedazo de mármol, por lo que Frankl lo abordó y cuestionó sobre ese material en la mesa; el padre le respondió, que era parte de las tablas donde Dios había forjado los diez mandamientos y que resaltaba uno en particular, el doctor preguntó: ¿cuál era?; así que el padre le responde que era el mandamiento que indica: honrar a padre y madre da larga vida, Frankl supo que inconscientemente ya había tomado una decisión, pero en ese momento entendió como la proyección lo llevo a reflejar su pensamiento en la situación que tenía en ese momento con su padre, sin embargo si la proyección de ese mármol hubiese sido únicamente la de una tabla de carbonato entonces el resultado sería una experiencia sin sentido.

Así dedujo que el sentido es algo que se proyecta por medio de cosas vistas como neutrales, tal como se retrata en el ejemplo anterior, tener significado es tener un medio claro de autoexpresión y por ende subjetividad.

Como parte de las capacidades de una consciencia se encuentran la creatividad, que puede ser interpuesta en medios sociales, se ejemplifica mediante con una tribu caníbal, donde uno de ellos entiende que tiene más significado, perdonarle la vida a un enemigo que matarlo, así crearía una

revolución, puesto que un sentido individual puede llegar a ser uno universal. En una sociedad moderna donde el sentido no tiene relevancia en la vida de la mayoría de los individuos es fundamental que los sujetos estén equipados con capacidades plenas de consciencia, los vacíos existenciales están en constante crecimiento, se debe educar a todos en pro de conocimientos y tradiciones que perfeccionen la capacidad de descubrimientos significantes para la vida. La obediencia a la conciencia debe ser incondicional, incluso si se sabe que puede haber errores, pues cuando la consciencia falla, se abre camino para descubrir otra que, si acierte, hecho que se acerca a la humildad y modestia humana.

Otro postulado en la Logoterapia es la libertad de voluntad de sentido concepto anclado al sentido de vida; este que mantiene al hombre en la realización de ser o no parte de esta búsqueda. Se ha criticado a la corriente porque se ha pensado que esta da un objetividad a los pacientes, sin embargo hay muchos errores en este tipo de pensamientos, pues el logoterapeuta busca el método más adecuado para enseñar a como cada persona puede buscar su propio sentido de vida, no se puede dar un debate filosófico sobre la existencia, ya que el profesional no es un moralista, ni un intelectual, basa el trabajo en experiencias y fenómenos del hombre; los valores como evidencia de encuentro con el sentido, mediante la creación de una obra, hecho o experiencia donde se viva auténticamente la bondad, la verdad, belleza, naturaleza o cultura; finalmente llegar a uno de los valores más profundos en la singularidad del ser humano, el amor.

A pesar de todas las dimensiones que se abordan del sentido, una de las cuestiones que más lo determina es la postura que se escoge en una situación adversa, para elegir superarse y crecer más allá de la ceguera del momento por encontrar la orientación. Como ya se había mencionado, los valores tienen un papel crucial en esta magnífica búsqueda, estos se clasifican en: existenciales, experienciales y actitudinales; es decir a través de lo que el ser aporta al mundo por medio de las creaciones; lo que éste toma del mundo por medio de encuentros y experiencias y por último la postura que asume cuando el destino no puede ser cambiado, esta corriente enseña que cuando el sufrimiento no pueda ser aplazado por ningún medio, debe ser aceptado y transmutado, en significantes de logros para la persona que lo atraviesa; el autor hace mención de un término significativo el homo patients, el hombre sufriente, que únicamente por razones de humanidad

puede sobreponerse ante el dolor, se manifiesta en una dimensión unido a dos polos contrarios, la primera el polo positivo: el sentido; y la negativa: la desesperación.

Frankl hace mención de la importancia del sentido hasta en las últimas etapas de la vida, refiere un estudio que tuvo con varios hombres en prisión que enfrentaron la muerte cara a cara, éstos prisioneros pudieron superarse a ellos mismos y volver a creer en significados trascendentes, luego de esas experiencias.

En conclusión, esta teoría forja pensamientos críticos y científicos, pero también ejemplifica a hombres que sufrieron crueldades inimaginables, uno de ellos es Yehuda Bacon, fue prisionero desde niño en los campos de concentración; Frankl lo cita a él porque en una ocasión narro lo siguiente: de niño pensé: “Les diré a todos lo que vi, con la esperanza de que la gente cambié para bien.” Pero la gente no cambió y ni siquiera querían hacerlo. Solo mucho tiempo después realmente comprendí el sentido del sufrimiento. Puede tener un sentido si te cambia a ti para bien. Habitar este mundo conlleva a muchas preguntas, de diferentes circunstancias, las personas comienzan a preguntarse en medio de la dificultad “por qué” suceden ciertos hechos, pero la respuesta a veces no aparece, es por esto que los sujetos se ven obligados a dar las respuestas conscientes, incluso si hay sesgos en esta, los errores son permitidos porque abren las posibilidades a otras consciencias; no hay una sola dirección cuando se aborda el sentido, pues es algo tan íntimo y particular que corresponde a cada persona forjarlo en hallazgos, la Logoterapia aporta rutas facilitadoras para obtenerlo por medio de los valores, donde cada persona encuentra un lugar para florecer en consciencias y plenitud de esencia grata, desbordada no solo a la individualidad sino hacia los demás, tener la oportunidad de creaciones para beneficios propios pero también para terceros es dejar esa pequeña huella de transcendencia que mencionaba Frankl, son inmensas las probabilidades que se tienen de explorar la creatividad, desde los gustos, aptitudes y talentos que tiene cada persona, no solo por medio del arte sino también por medio de palabras, discursos o pequeños cambios culturales y sociales, incluso en la realización del trabajo.

Las experiencias son parte de los valores pues es de suma importancia tener experiencias que se vivan con valores actitudinales, que permitan hacer de lo cotidiano algo extraordinario, vivir al máximo cada una de las situaciones porque al final, todo en esta vida tiene un aprendizaje.

### **1.1.8. El Suprasentido**

Frankl (2015) propone que en Logoterapia el suprasentido es un sentido último, desborda los alcances intelectuales no puede entenderse del todo, no se trata de comparar la filosofía existencial, pues cuando se debaten temas del sentido, éste dirige al hombre para soportar la irreflexión de la vida, un enfoque que se evita en la corriente Logo terapéutica, pues se defienden las habilidades de asumir la racionalidad de la capacidad para aprender de todo lo fatuo incondicional de la vida.

Porque el espíritu es más profundo que la lógica, es un hecho para las dimensiones antropológicas en la corriente.

En psiquiatría se mantiene el concepto del suprasentido pues sirve para lograr entusiasmos en los pacientes, sin embargo en la utilización de este, el profesional puede confundirse , por lo complejo del concepto de Un buen Dios; no obstante cuando un paciente tiene una creencia religiosa firme, no se plantean objeciones para el uso de este recurso, ya que su abordaje ayudaría a fortalecer los recursos espirituales de la persona, esto no se logra únicamente con discursos o explicaciones sobre el Logos, sino mediante la empatía del terapeuta, debe ser capaz de ponerse en el lugar del paciente. Por esto se relata el siguiente ejemplo, de una anécdota de Frankl quien recibió la visita de un rabino Europeo él relato la historia de cómo había perdido a su esposa y seis hijos en el campo de concentración de Auschwitz, murieron en las cámaras de gas; luego volvió a casarse y se enfrentaba a la esterilidad de su nueva mujer; así Frankl comenzó a explicar cuestiones claves que ejemplifican el Suprasentido; la primera fue mediante recordatorios, de que la única finalidad en la vida no es la procreación, porque esto no crearía una finalidad en sí. Algo que es insensato no puede hacerse sensato por el hecho de perpetuarse. Luego el Rabino le comentó sobre la terrible preocupación que sentía al no poder dejar en la Tierra un hijo varón que pudiera seguir rezándole a Kaddish; así Frankl hizo una nueva intención para ayudarle a percibir la situación de otro modo, inicio con preguntas y una de ellas, enfocada en la posible esperanza

de ver a sus hijos de nuevo en algún cielo; esto causó en el hombre llanto; sin embargo pudo conocer el verdadero motivo de la desesperación, el rabino manifestó que sus hijos al morir, como mártires, quizás ganaron un lugar privilegiado en el cielo, y como ser humano pecador promedio él no podía aspirar a estar cerca de ellos; luego de esto Frankl inició el dialogo socrático, le hizo reflexionar sobre la finalidad de su sobrevivencia, le planteó varias alternativas y una fue, la de lograr una purificación a través de aquellos años de sufrimiento, pues incluso aunque él no fuera inocente como sus hijos, si tenía otras oportunidades de volverse digno de reunirse con ellos, con la cita de un Salmo concluyó este encuentro y por primera vez en muchos años el rabino encontró alivio a su sufrimiento.

### **1.1.9. La presencia ignorada de Dios, psicoterapia y religión.**

Noro (2016) ratifica a manera de resumen los componentes de la logoterapia en relación a la constitución del hombre, desde un ser ahí, un ser responsable, que aprende a vivir con la consciencia de las distintas perspectivas circunstancias, el sujeto no es impulsado sino responsable. Así se iniciaría con la libertad y transcendencia, la libertad se ve reflejada en preguntas concretas como ¿de qué?, ser libre de que, y ¿para qué?, ya que el “yo” debe tener libertad frente al “ello”, es decir la parte consciente y realística de la personalidad pretende ser libre ante los instintos, al lograr esto entonces la persona es libre desde la responsorial.

La consciencia es voz de la transcendencia, y sinónimo, porque también el hombre no religioso tiene consciencia y por lo tanto percepciones, éste acepta la consciencia de forma psicológica y piensa es última, pero no es así, ésta únicamente es la “penúltimidad”

Religiosidad del ser humano, la religión es un fenómeno humano, y la Logoterapia adopta éste como algo que coexistente entre varios deberes humanos, por lo tanto, esta corriente es neutral ante las diferentes direcciones de la religión. Cuando se considera la fe de un Dios, se amplía esto a formas de experiencias de fe con sentido, entonces aquí empieza la corriente a encargarse del fenómeno, quienes se preguntan por el sentido, ya se preguntan por la religión, puesto que hay un interés genuino en la existencia, y no debe confundirse, la Logoterapia es únicamente una psicoterapia y debe abordarse con los parámetros necesarios, sin embargo puede llegar a tener implicaciones con asuntos espirituales como: la voluntad de sentido, el sentido último, la fe y confianza del sentido.

Dios y la Religión: La Religión puede crear una especie de miopía ante la esencia del Buen Dios, ya que orienta a obligaciones de creencias a las masas, pues quieren que un mayor número de hombres creen en Dios, basado en las confesiones religiosas, y no se puede coincidir la idea de un Dios mezquino, puesto que la iglesia no puede exigir ideologías, es el hombre el que decide y debe querer creer, ésta busca condicionar a una exigencia y no se puede querer algo con órdenes impuestas.

Conciencia y sentido: la misión principal del sentido es buscarlo y no crearlo, esto a través de la conciencia humana, por lo que se considera un órgano de sentido, ayuda a descubrir y localizarle en distintas situaciones, el actuar de la consciencia cuando el sentido es hallado es lograr una captación de una forma de razón de la voluntad de sentido, como una facultad preopinante humana, no únicamente en lo real, sino en todo lo que se centra en posibilidades o esperanzas. Existencia humana: No hay ninguna situación en la vida que realmente carezca de sentido, incluso cuando el panorama es desalentador con tragedias, dolor, culpa y muerte (la triada de Frankl), los seres humanos tienen la capacidad de transformarse en aspectos positivos, mediante posturas y actitudes, acertadas. A pesar de que, el hombre no entienda los conflictos entre el

“ello” y el “yo” este entiende que es importante la dominación con sentido de las situaciones, pues la auto-comprensión emite juicios apreciativos sobre los hechos, retraduce las posibilidades de encontrar el genuino sentido a la vida, y eventualmente éste puede ser expresado por el lenguaje del hombre para poner condiciones de encontrar por sí mismo la libertad.

#### **1.1.10. Técnicas clásicas de la Psicoterapia centrada en el sentido**

Martínez (2015) afirma que el sentido hoy en día se encuentra relegado en las partes profundas del inconsciente de los individuos, por lo que en la logoterapia se han creado técnicas que faciliten la concepción de la existencia humana a través de la apertura a la libertad de las orientaciones y búsqueda de aspectos fundamentales y personales, algunas de las técnicas principales para esto son:

a) Intención paradójica: es una forma clara, de dar una explicación de los síntomas y signos del malestar que presenta el sujeto y ya expresado en que situaciones y en qué condiciones los síntomas lo aquejan, se debe intervenir por medio de una invitación directa a lo que teme; porque cuando se desea la experimentación de esto con humor y en un ambiente controlado, los síntomas

probablemente no aparezcan porque se rompe el círculo de espera angustioso, para lograr el enfrentamiento de manera adaptativa y terapéutica ya que la meta es crear una libertad genuina para que la persona pueda tener el control a tal nivel de crear ella misma las condiciones de malestar cuando lo desee, entonces esta será la dueña de las sensaciones y pensamientos de dicho conflicto. La aplicación de la técnica tiene fases concretas:

- Fase de clarificación y adquisición de seguridad: tiene base en los diagnósticos y exclusión de los signos físicos por lo que se debe dar la libre aplicación de la técnica.
- Fase de enseñanza: son explicadas las instrucciones comportamentales y de las responsabilidades que debe cumplir la persona para lograr la adecuada asimilación de la técnica.
- Fase de aplicación del humor: es importante conocer el arte del lenguaje no verbal y el conocimiento de la persona antes de aplicar el humor, también se debe reconocer la situación del individuo, cuando se haya concluido que las condiciones son aptas se asume una posición irónica frente al propio temor.

b) Derreflexión: es la enseñanza de poder tener los pensamientos negativos y conflictivos fuera de la atención centrada y continua de la mente, se aplica mediante la consciencia que se le debe hacer a la persona de la capacidad que posee de distanciarse de situaciones que le causen angustia, porque la utilidad de la misma es necesaria en los momentos donde el individuo cree que no tiene el control de las vivencias y la aplicación es por medio de sustituir pensamientos negativos por otros más útiles o simplemente dejar de centrarse en lo que se desea, por ejemplo; si una persona quiere alcanzar un orgasmo, al intentarlo, pensarlo y desesperarse por dichos acontecimientos lo único que lograra será la hiper intención por el orgasmo lo que culminara en frustración, pues debido a la angustia dirigida no lo obtendrá. Por lo tanto, la persona debe aprender a ignorar los síntomas para la correcta funcionalidad de la descentralización del sufrimiento o preocupaciones para lograr esto, se deben usar variantes como las siguientes:

- Se propone la búsqueda de contenidos verdaderamente útiles para que pueda concentrarse en dichos pensamientos.

- Se debe utilizar la localización de alternativas en el momento de la hiper reflexión distorsionada y así jerarquizar las prioridades para determinar cuál es la mejor alternativa y dirigir el pensamiento hacia la elegida.

- Practicar recurrentemente el ejercicio, cuando la persona lo necesite.

c) Modulación de actitudes: el cambio o modulación de actitudes amplía el horizonte de la significación que tienen las perspectivas de las personas, puesto que cuando se deben enfrentar los sufrimientos inevitables, es importante que se acoplen los diferentes modelos cognitivos para que los sujetos logren ver el valor de la angustia y las penas, ya que la actitud no puede ser determinada por nada más que por la persona y para la eficacia de esta técnica es necesario aplicar la creatividad, argumentación y oposición del terapeuta según la corriente logoterapéutica. La aplicación es por medio de preguntas que lleven a la persona a reflexionar la posición ante la situación y por supuesto la percepción sobre las posibles soluciones, algo muy importante para hacer esta técnica es dejar claro que las situaciones negativas son parte de la vida, pero que la actitud que se tome frente a ellas es únicamente tarea de cada individuo, en ellos están la decisión de escoger como han de sobrellevar dichas circunstancias.

d) Diálogo socrático: el objetivo de esta técnica es desenvolver el pensamiento de la persona, para que según los datos que le interesan y situaciones que desea cambiar, replantee elaboraciones de las cuestiones rígidas que piensa, el diálogo socrático puede desarrollarse en dos momentos, primero cuando se da la refutación y segundo es la mayéutica, el principio de esta técnica es despertar nuevas visiones, ideas o perspectivas. Sócrates siempre se mostraba ignorante ante el otro para que este también enmascarara la postura y pudiera también ser ignorante, cuando este ya estaba dispuesto a reflexionar entonces comenzaba a realizar preguntas que daban como resultado el esclarecimiento de la ignorancia que había guiado en el primer momento, para demostrar que la ignorancia es la única que logra despertar el deseo de investigación y entonces ya los sujetos tendrían la iniciativa de buscar el conocimiento propio. Es importante mencionar que esta técnica es la más relevante en la logoterapia, pues es aquí donde el terapeuta moviliza los recursos de la persona, para intervenir por medio de la esencia de las mismas para modificar

paradigmas y obtener un mayor acceso a la búsqueda del sentido de vida. Para finalizar con el uso del dialogo socrático el logoterapeuta debe prestar atención a los silencios que presentan parte de los problemas, siempre con el uso de preguntas que buscan lo que realmente es y no lo que la persona cree que es, por esto se debe tener una escucha activa para encontrar pequeñas pistas que ayuden al sujeto a tener más consciencia de las rutas hacia el sentido.

Fuente: *elaboración propia con base en Martínez (2020) pp. 130-135.*

### **1.1.11. Aportes en la terapia**

Martínez (2015) el aporte principal que la logoterapia ha tenido en el campo psicológico es la implementación de la comunicación y las cuestiones existenciales que se dan en el encuentro del ser humano, además ayuda y concreta la creación de la apertura para la mejora de las dimensiones que conforman al ser, por lo tanto, esta abre las brechas para integrar las relaciones armoniosas entre el espíritu, mente y cuerpo. Utiliza la cura por medio de la conversación humana, para despertar en el sujeto el interés propio, por la reflexión de los factores psicológicos.

A través del concepto de libertad se abordan las maneras múltiples de las personas para conseguir que el tratamiento psicológico cubra las necesidades básicas que propone la logoterapia, en especial la autonomía de la persona, quien percibe si el terapeuta es auténtico y coherente con los aspectos que quiere aportar en el otro, así pues este debe promover la libertad, si el mismo la práctica, por lo tanto si se es libre se ayuda a los demás a ser libres, es la única tarea de usar el arte de la mayéutica, el conocimiento para lograr la transformación de la experiencia del sujeto. Cuando el ser se abre a la búsqueda del camino en la psicoterapia a través de la logoterapia se logra una visión del camino personal, así que daría indicio de otro concepto crítico el modo del ser de la persona en el mundo y la diferenciación de este; se debe profundizar en buscar el fracaso de la organización de la estructura de la persona, explicar cómo y cuándo los fracasos han logrado cambios y la aceptación de conductas para la recuperación de los hechos, pues al investigar la historia de la persona también se logra un adecuado uso de la biografía personal como parte del sentido de voluntad para el sentido de la vida, y posteriormente identificar y modificar la estructura total del ser en el mundo.

Si se logra mostrar a la persona dónde, cuándo y en qué medida le resulta imposible realizar la plenitud de la existencia, se motivará a la introspección que concluirá como la revelación, la cual puede impulsar el camino que necesita para alcanzar para el libre desarrollo de las potencialidades que se esperan en el espacio relacional.

El terapeuta es un ser que esta frente a otro ser, que trata de entender la relación de los fenómenos de la vida y claro al final la relación terapéutica contribuye objetivamente para el alcance de las metas básicas de la logoterapia, por lo tanto, se debería integrar el valor principal de la misma el amor que se manifiesta por medio de los dos encuentros existenciales, que se reflejan en el mismo plan terapéutico. Una cuestión muy puntual en esta corriente es la prioridad de hacerle saber a los demás que el paciente no es un objeto a estudiar, sino un ser igual al logoterapeuta, para el establecimiento de nuevas aperturas se presentarán las ventajas de las mismas, como, por ejemplo: las nuevas posibilidades de los procesos existenciales.

## **1.2. Calidad de vida**

### **1.2.1. Definición**

Nussbaum y Sen (2016) exponen que la calidad de vida es parte de las sociedades humanas, y esta tiene orígenes desde que el ser humano inició la evolución intelectual y cognitiva en el desarrollo de las culturas. Dentro del estudio de la filosofía y la psicología en las sociedades se adquieren estudios para fundamentar teorías que garanticen la mejora del bienestar en la población general. En primera resolución de la medición de la calidad de vida se encuentra: la igualdad de satisfacción, los bienes y las capacidades personales pues se debe asegurar de manera adecuada los funcionamientos individuales, y para tener en cuenta dichos funcionamientos el sujeto debe tener una buena nutrición, salud física y psicológica; una vida digna en la sociedad y activa en la comunidad. Aspectos relevantes que se mencionan son también el manejo de las tradiciones locales del país y los cambios que se presentan en el ciclo de la vida del ser humano, así como la proyección positiva que la comunidad tenga en los habitantes, es decir si se los individuos se sienten incluidos y aceptados.

OMS (2020) define que la calidad de vida es la percepción de un individuo en el lugar que ocupa y en el espacio relacional de la existencia en la que se adapta, además de involucrar el contexto cultural, el sistema de valores, la relación con las metas, planes y expectativas de los seres humanos. Es un concepto mayormente asociado a la salud física, estado psicológico, autonomía y las relaciones interpersonales que vivan los individuos, por lo tanto es la capacidad óptima que posee una persona para afrontar exitosamente los retos que tiene la realidad y los métodos que

aportan aumento en la calidad de vida son básicamente maneras que reducen el aburrimiento y que permiten una mayor libertad a los sujetos para escoger alternativas recreacionales y la realización de actividades culturales y sociales.

### **1.2.2. Sociedad del bienestar y calidad de vida**

Pérez (2013) plantea que el nacimiento de las sociedades democráticas logró crear cambios en las políticas sociales y debido a esto se inició el concepto de bienestar social, basado en otorgar protagonismo al individuo y la sociedad, mientras el Estado cumple con los acuerdos establecidos para la promoción de la satisfacción general; el bienestar de la población está fuertemente ligado a la calidad de vida de los ciudadanos.

El Estado debe servir en pro de cumplimientos con los incentivos adecuados para estimular responsabilidades y abrir brechas en la vida de los sujetos, por esto es vital que se garantice autonomía y autocontrol para la realización personal que refuerce la seguridad de los desafíos del futuro; como miembros de una sociedad se considera, la importancia del marco legal dentro del cual los individuos pueden perseguir libremente y responsablemente sus propios fines.

Un aspecto resaltado es el sistema de pensiones, al cual los individuos deberían tener acceso, ya que a pesar de que deban sacrificar una suma de dinero en los años de productividad, es un ahorro seguro para el futuro; y el Estado debería admitir que el porcentaje del monto que se extraiga esté libre de impuesto pues es de carácter social.

El concepto de estado de bienestar es polémico y aun se discute la magnitud de la responsabilidad que los gobiernos tienen sobre el mismo, ya que una sociedad civil acostumbrada a tenerlo todo del Estado tendrá desperdiciada la capacidad de producir y activarse; la búsqueda del bienestar es un estímulo que favorece la revitalización de las estructuras sociales capaces de evolucionar y de alcanzar niveles más óptimos de valores superiores con relación a la satisfacción.

Según los estudios de los modelos sociales europeos, hay tres criterios que se apoyan para evaluar el bienestar, estos son: la reducción de la pobreza, la protección contra los riesgos del mercado de trabajo, las recompensas por la participación; todo esto relaciona con la calidad de vida, pues ésta es determinada por una serie de factores, físicos, culturales, socioeconómicos y políticos. Aunque el concepto es relativamente nuevo, pues la idea comenzó a tener auge en la década de los años

60, en torno a debates sobre el cambio climático posteriormente cobro importancia y la sociedad empezó a ser medida a través de datos objetivos y estadísticas que permiten tener un registro de hechos relacionados al bienestar social de un poblado.

El concepto de calidad de vida comenzó a ser parte de los estudios relacionados con las evaluaciones de salud, educación y como medida de bienestar, sin embargo aún existen dos grandes discusiones sobre la definición de la calidad de vida; primero está el enfoque que postula que la calidad de vida es el concepto sobre la percepción subjetiva, frente a los que la acreditan como una percepción de datos objetivos también; y el otro debate es el carácter de ésta, pues algunos profesionales creen que es de índole idiosincrática y otros aclaran que es de carácter nomotético, es decir aún se discute si la calidad de vida debe ser un enunciado de leyes y hechos de relaciones causales y el resto que la adjudica como un valor propio de los penonomeños singulares de las variadas disciplinas que la componen.

En referencia a los adultos mayores, el concepto gira en torno a una singular importancia, la preocupación por vivir, no prolongadamente, sino mejor, ésta es la meta gerontológica más perseguida, así como también forman parte de las políticas sociales y sanitarias de muchos de los países.

Generalmente se desea vivir en una existencia íntegra, satisfactoria, porque la vida está por encima de cualquier valor social. El estudio de la calidad de vida se ha establecido desde varios panoramas de las ciencias y cobra particularmente interés en las ciencias de la salud, específicamente en la perspectiva psicológica en donde radica la razón de la percepción y valoración subjetiva, que tengan los individuos de las condiciones de vida propia; también es relevante la experiencia personal, desde los diferentes niveles de participación e integración con el entorno social.

### **1.2.3. Características de la calidad de vida**

Jiménez (2010) define que la calidad de vida es un concepto muy complejo que se hace explicable a través de las mejoras continuas en las subescalas de los componentes que la objetan, por lo tanto, fuera de las características que siempre se han sustentado, se afirma que la calidad de vida es la habilidad de acceso a los recursos por parte del individuo para lograr una dominación y conducción racional que logre hacer consciencia de la vida propia. La calidad de vida de una

persona ha sido colocada como los parámetros de las condiciones adecuadas de subsistencia, con estados de bienestar además de los elementos que favorezcan los términos de vida significativa con la combinación de las escalas subjetivas de valores, aspiraciones y anhelos personales.

En dicha área se adecua la percepción que tiene la persona para adherir la cuestión multidimensional que incorpora la salud física, emocional y social, por último, se analiza la variabilidad en el tiempo, la edad, el ciclo vital y el entorno en donde viva cada persona aporta significativamente la co-construcción del nivel de calidad de vida. El ímpetu social que aporta la subjetividad es un eje de reflexión sobre el ser, pues no hay una certeza de los diversos intentos de relacionar aspectos medibles como la riqueza con la satisfacción psicológica, porque se concluyó que aún si se tienen recursos económicos, no necesariamente indicaría un estado psicológico satisfactorio, por ende, las necesidades que denotan las características básicas de la calidad de vida son:

- Subsistencia: el poder contar con una salud física, mental y un equilibrio social para que la persona cumpla instintivamente con el rol de adaptabilidad en el campo de ajuste, se debe tener alimentación digna, abrigo y un empleo; se alimenta, procrastina, se descansa y se trabaja para propiciar un contexto vital.
- Protección: el individuo debe cumplir con la necesidad básica de sentir seguridad con cuidados correspondientes, adaptación y sobre todo la autonomía; los sistemas gubernamentales deben encargarse de la seguridad, la salud gratuita, los derechos de todos los civiles, en especial los derechos de la familia. Para concluir con dicho concepto es importante tomar en cuenta los planes de ahorro en la edad adulta los cuales deben ser fundamentales para cooperar, prevenir, planificar los objetivos a futuro.
- Afecto: fomenta la autoestima y el autoconcepto de los individuos por medio del aprendizaje introspectivo, que alude al amor propio y al respeto de la receptividad en los sujetos, se menciona la pasión, la voluntad, la sensualidad y la sexualidad que cada persona quiera vivenciar, se puede dar el afecto por medio de amistades, parejas, familia, animales domésticos, plantas y jardines. El individuo debe gozar de hacer el amor, acariciar, expresar emociones para compartir y cultivar el afecto que ofrece.

- Entendimiento: el acceso a la consciencia plena y desarrollada que aumentará la crítica, disciplina, intuición y la razón que ayuden al ser humano a tomar mejores decisiones ante la vida. El disfrute de la literatura y los métodos científicos que informen los avances de investigaciones, para motivar a la persona a poner a prueba eventos a través del ensayo y error por lo tanto concluir en el análisis de experiencias.
- Participación: es la forma de los sujetos de tener una atención plena ante la receptividad social, que dispone de acuerdos, normas y leyes; aplicarían los términos de los derechos civiles, las responsabilidades, obligaciones y atribuciones, para las ganancias que el trabajo aporte y lograr afiliación a los ámbitos de interacción participativa a nivel social.
- Ocio: poder tener el derecho a la curiosidad, imaginación, despreocupación y el uso libre de la actividad mental ante la vida, por lo tanto, se puede manifestar por medio de juegos, espectáculos, fiesta y red de apoyo con los amigos.
- Creación: la intuición de poder contribuir a las pasiones y voluntad de iniciativa, para los cambios que se presenten en las áreas didácticas del ser humano y así mejorar dichas características, para las cuales hay que contar con: habilidades interpretativas, destrezas, métodos y trabajo de construir o inventar nuevos tipos de diseños.
- Identidad: tener una idiosincrasia digna de la cual nadie se burle o exponga para que el ser no se sienta avergonzado de las raíces, es el sentido de pertenencia en la autoestima y hábitos de costumbres que los sujetos deseen, por lo tanto, los símbolos, el lenguaje y los grupos de referencia marcan la clara diferencia en las normas, leyes y los roles de memoria histórica que aún se mantienen. Se manejan las cuestiones de compromisos, integraciones y la autoreflexión que indaga al crecimiento personal.

- Libertad: sinónimo de autonomía, el sentido de voluntad de poder romper con las condiciones que se suponen rigen la vida de una persona, puesto que si hay libertad habrá asertividad, la cual determina la audacia de la igualdad de todos los seres humanos, se discrepa de la manipulación bajo presión social y se da la desobediencia hacia lo esperado, pues la libertad es la que logra la diferencia en las demás personas.

**Tabla núm. 2 Características de la calidad de vida**

Características	¿Qué es?	Aplicación
<b>Afecto</b>	Es la parte que fundamenta un porcentaje de la autoestima de la persona porque al tener fuentes de afecto habrá reciprocidad y humor para dar a los demás y sentirse apoyado.	Se da por medio del afecto hacia la persona misma, con las amistades y la pareja por medio del sexo. La intimidad y los vínculos de los hogares entran en este ámbito también.
<b>Entendimiento</b>	Poder tener un acercamiento honesto hacia lo que la persona desea con una racionalidad, disciplina e intuición para buscar el bien de la misma.	A través de distintos aprendizajes entre ellos la literatura y diversas políticas comunitarias y familiares
<b>Participación</b>	Tener la capacidad de adaptarse con receptividad y mostrar iniciativas ante situaciones que requiere de disciplina y humor.	Cuando los ancianos se afilian, dan opinión para la búsqueda de soluciones mediante propósitos o diálogos críticos.

<b>Ocio</b>	El uso de la imaginación en el tiempo libre ya que en esta etapa hay mucho, se usará la curiosidad para crear metas que incentiven la actividad cognitiva.	Mediante divagaciones, las fantasías o incluso los recuerdos de la persona. Se pueden organizar juegos y fiestas. Son espacios de encuentro.
<b>Creación</b>	Lograr motivar las pasiones, intuiciones y deseos de los ancianos a través de la autonomía y los inventos.	Es el uso de arte en muchos casos para interpretar, diseñar o tener libertad para la expresión de emociones, sentimientos o conflictos.
<b>Identidad</b>	El sentido de pertenencia que tenga la persona y que lo una a un objeto, pensamiento o creencia asertiva. Símbolos, idioma y cultura.	Es la integración hacia lo que la persona cree que es debido, por ejemplo, a los entornos sociales, las actualizaciones o incluso el propio pasado.
<b>Libertad</b>	Fomento de la autonomía a través del sentido de la voluntad, y la tolerancia. Igualdad de los derechos.	Diferenciación a través de cierta rebeldía que rompe con determinantes y condicionantes. Plasticidad de la percepción.

Fuente: *elaboración propia con base en Jiménez (2020) p. 145.*

#### **1.2.4. Fundamentos de la calidad de vida en adultos mayores.**

Wallace y Murphy (2015) verifican por medio de varios estudios de casos de personas mayores que la calidad de vida en los adultos mayores es uno de los retos más importantes, que merecen atención en la actualidad, las personas de la tercera edad forman un porcentaje significativo en las sociedades, y esto seguirá en aumento. Uno de los casos abordados menciona la historia de una anciana de 72 años que debe enfrentar la muerte de su esposo y la soledad de continuar en las enfermedades propias de la edad; entonces cuando se evaluaban las determinantes de la calidad de vida, las autores enfatizan que el término “vida” está definido por varios enfoques desde una calidad y cualidad que propone la vitalidad humana por lo tanto, para asegurar la calidad de vida los sujetos deben tener una influencia que les motive a evidenciarla en acciones.

Uno de los principales fundamentos descritos en la teoría de la motivación de la personalidad propuesta por Abraham Maslow, como lo cita Wallace y Murphy explica que los seres humanos tienen una jerarquía de necesidades entre las cuales están: las básicas- fisiológicas, las de seguridad y afectividad, son esenciales para la supervivencia humana, por lo tanto se recalca la importancia de las relaciones en la vejez debido a la alta percepción de soledad que se vive, además Maslow explicaba que la ruta de la autorrealización también requiere del propio reconocimiento, por lo tanto buscar la realización es una medio de expresión de las potencialidades humanas.

Muchas de las recopilaciones presentadas fundamentan la calidad de vida como un estado particularmente singular en cada anciano, pues el ambiente es diferente y éste repercute de forma indirecta en la satisfacción personal algunas de las áreas más relevantes que se encontraron fueron: movilidad, áreas de actividad diarias, habilidades organizacionales y de orientación, comunicación receptiva, salud general, síntomas de enfermedades que se presenten, relaciones sociales e interpersonales, autonomía, manejo financiero, gratificación, imagen del futuro. El bienestar psicológico es una de las áreas que mejor manejo debe tener, pues aquí se retractan factores principales en la calidad de vida de ancianos. Algunos de los fundamentos para mejorar la calidad de vida son:

- Relaciones y conexión con otros, para minimizar el impacto de la soledad.
- Proponer actividades que tengan un significado para las personas, es importante recordarles que sus habilidades pueden ser útiles para la contribución local, evocar los conocimientos y experiencias que han adquirido a lo largo de la vida.
- Tratar de mantener una actividad física moderada, ya que las personas de edad avanzada recaen en los niveles de la actividad física y esto puede tener impactos negativos en la salud, se deben adaptar formas de seguir ejercitándose.

- Fomentar la identidad, es importante recalcar los roles que las personas han tenido, las fortalezas individuales y mantener rutinas acordes a estos.
- Tener rutinas y horarios pueden reconstruir un impacto positivo para la realización de nuevas actividades o propósitos.
- Es importante recordar que las personas mayores merecen ser tomadas en cuenta cuando se trata de decidir, pueden readaptar sus planes de cuidados, es decir pueden ser libres de decidir si quedarse en casa o recluirse a una institución de cuidados. Los adultos mayores deben ser capaces de establecer sus prioridades.
- Establecer planes de salud médica, optar por los métodos con los que ellos se sientan más cómodos.
- Tener un plan de residencia o asilos, para esto la persona se basa en dos elementos: el primero es si conocer a más personas resididas en el lugar y el segundo es el cuidado en el ambiente, la persona aun en un asilo debe ser capaz de determinar los patrones de cuidado que desea.
- Las persona deben conocer sus necesidades, valores y creencias, para mantener la identidad y dignidad, esto incluye también cierto tipo de cuidados cuando el anciano se encuentra en un asilo, ya que el cuidado es holístico, se busca tener compasión por la persona, confirmar el valor de la misma y crear propósitos, crear calma, mantener un ambiente adecuado de desenvolvimiento, tener horarios, reportes de sueño, actividades enfocadas en mejorar la participación de los residentes con sus familiares, la atención personal y los cuidadores deben estar informados del historial médico.

### **1.2.5. La calidad de vida en el anciano**

López (2010) expone que las condicionantes de la calidad de vida en el anciano tienen mayor peso en las desigualdades que se viven al llegar a dicha etapa y no solo abarcan las desigualdades sociales sino también las familiares y el desequilibrio de la propia salud. Cuando se discute sobre el adulto mayor se debe tener en cuenta que la perspectiva de sí mismo cambia de manera radical, lo cual implica que no solo se tenga que lidiar con la discriminación social sino también con el propio repudio o negación, además de que la mayoría de los ancianos debe sufrir la falta de recursos económicos sin los cuales no tendrán un acceso digno a la salud, por lo tanto habría una disminución en la manifestación de los síntomas de las enfermedades, puesto que esto crea una restricción para el uso en los servicios de salud que son fuente de estrés y evitación para el anciano.

Un elemento primordial es la forma de vida que presenta el adulto mayor en la familia y se debe tomar en consideración que la mayoría de los ancianos se encuentra en la etapa llamada nido vacío, donde los hijos se han independizado, por lo tanto la compañía sería el cónyuge y si han enviudado se crea un dilema entre los hijos del mismo, por el cuidado del anciano, sin embargo se considera que la solidaridad familiar es el mayor pilar de los adultos mayores, porque son quienes se responsabilizan de las transferencias de dinero, bienes, servicios, cuidados y afecto, por lo tanto los hijos jóvenes y sin hijos propios son los que más aportarán, así la mayoría de ancianos deben ser cuidados de manera holística en donde se incluirían aspectos: médicos, sociales, recreacionales y de afecto, así que según el ingreso de los recursos económicos así será la calidad de los cuidados.

Para concretar el lugar de la familia es el más importante en el bienestar, especialmente la pareja, cuando éstos han tenido una larga trayectoria de matrimonio y si el mismo siempre formó parte del proyecto de vida. Sin embargo se debe tener en cuenta que los roles han cambiado y por ejemplo las hijas ya no podrán dedicarse completamente al cuidado de los padres, porque tienen que laborar, además se da algo llamado el efecto “sándwich” donde los hijos deben encargarse de los padres mayores y de los propios hijos, por último si es un hecho que ha aumentado la esperanza de vida, pero no la calidad de vida en muchos países, porque el número de ancianos con enfermedades graves es elevado.

En términos demográficos y sociales la brecha de género se vive en la vejez, pues son las mujeres las que son más dependientes económicamente y más vulnerables ante las discapacidades y la mortalidad, además de los problemas comunes de la vejez, las ancianas deben tomar en cuenta factores ginecológicos como: la menopausia y la gran prevalencia de cáncer de útero y ovarios, por la falta de información y de apoyo social la mayoría de mujeres no asiste a consultas médicas de índole sexual.

El anciano normalmente presenta episodios de ansiedad en los cuales busca aislarse o manifiesta ciertos comportamientos hostiles debido a todos los cambios a los que se somete, es suma de importancia que se le explique que los estados emocionales tienen mucha relevancia en esta etapa y que es responsabilidad del mismo controlar las actitudes internas y las emociones que se presenten ante los desafíos nuevos que deben enfrentar.

### **1.2.6. Valoración y autopercepción de la calidad de vida en el anciano**

González (2010) refiere que antes de que las personas lleguen a la muerte tendrán que atravesar por el envejecimiento un proceso irreversible, aquí habrá múltiples variables internas y externas, que afectaran en el equilibrio personal; por lo tanto, fomentar hábitos saludables como el consumo de alimentos sanos y realización de actividad física y mental, esta última para mantener un nivel cognitivo optimo, que ayude a enfrentar la vejez con actitud positiva y otorgue motivación. Cuando el adulto mayor se concentra en las necesidades que debe satisfacer, habrá aumento la autoestima y la visión general de la vida; se cree que esto reduce la probabilidad de desarrollar enfermedades mentales como la demencia.

Es importante mencionar que algunos ancianos pueden necesitar la presencia de personal de enfermería para la realización de la vida normal, y la compañía de este tipo de servicios ayudara también a prevenir el aislamiento. Actualmente los adultos mayores son más conscientes de los beneficios de la realización de actividades deportivas, cognitivas y de socialización, han cambiado los paradigmas y la tecnología es algo aceptado en esta etapa, por lo que es útil enseñar sobre éstas, el mejor anclaje de percepción saludable es que las personas deben ser libres de disfrutar el tiempo libre pues este contribuye a un nivel pleno de salud y bienestar.

Es decisivo apoyar campañas que mejoren el ejercicio, incorporen el mantenimiento de una dieta adaptada y también en donde se den a conocer los factores principales de la calidad de vida, debido a las nuevas percepciones de la sociedad y los arquetipos del envejecimiento hay más sensibilidad comunitaria las personas comprenden las dificultades de afrontar enfermedades en especial si se trata de las mentales. Por lo tanto, se valora la participación familiar, los programas implantados en los diferentes centros de atención primaria, se fortalece una sociedad que fomenta la participación activa del anciano; uno de los retos más destacados no es prolongar la vida de las personas sino mantener niveles de esperanza y autonomía durante las etapas de vejez.

La percepción de la calidad de vida de los adultos mayores se relaciona con la ejecución de actividades físicas, tareas grupales, aprendizajes cognitivos, motivación y dinamismo, sobre todo cuando se les impulsa a desarrollar actividades divertidas, pues siempre es importante motivar la adquisición de conocimientos, socialmente hay mucho que aportar y se debe empezar por la realización de campañas donde se integran a las personas mayores en la productividad, pues los adultos mayores son pilares de sabiduría, guías colectivas, todo esto para lograr sensaciones de autonomía y capacidades reales de trabajo en los sujetos.

La evaluación y valoración de la calidad de vida es una tarea colectiva, así que se debe contribuir a la aceptación e inclusión de estas personas, y no únicamente en el ámbito social sino también en la atención sanitaria. La autopercepción está más asociada a los estilos de vida, es decir como el anciano puede sentirse motivado a través de rutinas diarias normales, que le permitan crecer en conceptos como autoestima y cognición.

Se plantea una calidad de vida desde varias teorías y por ser los adultos mayores sujetos de estudio, se enfatizaría la psicología del desarrollo humano en donde las superaciones forman parte vital de las visiones utilitaristas del término, debido a la aceptación del bienestar, mediante rectores funcionales, principalmente la habilidad de la persona para crear actos valiosos y capacidades de combinar alternativas alcanzables; el campo subjetivo es notable y debe inculcarse en la calidad de vida, porque incorpora de forma más completa a una persona desde el desarrollo personal, y la posibilidad de obtener conocimientos para un desarrollo propio, relaciones interpersonales y no únicamente las familiares sino también las relaciones de amistades, autodeterminación cuando el individuo se muestra decidido a alcanzar metas y

objetivos trazados desde la realidad objetiva e inclusión social. Así el término calidad de vida se relaciona de primera mano con la satisfacción personal del ser, porque crea potencialidades en distintas áreas de evolución de aspectos objetivos, psicológicos y sociales, es un constructo que tiene procesos complejos que conforman de manera particular la percepción de satisfacción de una persona.

### **1.2.7. Formas de vida en las personas mayores**

Serrano (2013) afirma que el envejecimiento es una conquista humana la meta inicial del ciclo humano, así que el análisis del estilo de vida es la manera integral de estudiar los comportamientos en relación consigo mismo, con el entorno y con los allegados. Las formas de vida han cambiado a lo largo de los últimos años, pues la esperanza de vida es un hecho y con las nuevas ideas de la década se empieza a aceptar que la vejez es solo otra etapa más, en donde aún se pueden disfrutar muchas cosas y aprendizajes, por lo tanto es relevante mencionar que los estereotipos de los ancianos han ido en disminución, porque se presentan los adultos mayores como personas autónomas y libres que se han dedicado a cuidar la independencia y para lograr esto se aluden las posibilidades de la nueva era como: la participación en áreas sociales, espirituales, culturales y cívicas.

Como los cambios sociales van en constante evolución, también la perspectiva que se tiene de lo que es “normal”, en especial con las familias que son las que muestran los cambios más visibles, así los ancianos se muestran abiertos ante los diferentes tipos de familia, como lo son las más prevalentes, las familias de solo dos miembros, pero en países más desarrollados los ancianos se enfrentan directamente con la soledad.

Los lazos vinculares siguen vigentes en muchas familias que tienen a cargo a un anciano a distancia, pues un gran porcentaje de ellos menciona que tiene contacto diario con los hijos, y el segundo porcentaje reporta que lo mantiene con nietos también, el desarrollo tecnológico ha aportado grandes ventajas para erradicar la soledad, y como parte de la globalización los adultos mayores en gran mayoría pueden manejar aparatos tecnológicos, porque de muchas formas estas nuevas redes de comunicación compensan sentimientos de vacío, sin embargo luego de llegar a los 80 años, muchos de los ancianos necesitan apoyo familiar vivencial o convivir con otras generaciones.

El apego que muestran los ancianos es particular, porque no es precisamente hacia personas sino más bien a objetos, uno muy común es a la vivienda habitual, perder la casa de toda la vida es un duelo, puesto que no solo incluye la casa física, sino también todo el locus-residencial y lo que representa el barrio, el pueblo, la red de apoyo y los recuerdos de todo lo anterior, así que las mudanzas en esta etapa pueden tener repercusiones graves como el aislamiento social. Seguir los últimos días de vida en la vivienda de habitación provoca sentimientos de libertad en la persona y el envejecimiento en estas condiciones es un poco más autónomo para el sujeto, pero siempre debe tener el apoyo económico de algún familiar y aunque al principio el vivir solo tiene una faceta oscura, luego se deja de percibir como un desafío y se ve como una nueva oportunidad; con respecto a los ancianos que viven con un núcleo familiar, las tareas de cada uno dependerán del género, las ancianas ayudan en las tareas domésticas y los varones en recados o en recoger a los nietos en el colegio.

En el área laboral, no hay muchas oportunidades para los adultos mayores, pero con los cambios sociales contemporáneos es un paradigma que se logra erradicar día a día, porque la percepción de la vejez debería ser una en razón a la de tener respeto hacia dichas personas; y las cuestiones negativas de las formas de vida de los ancianos están sujetas más a los prejuicios que se tiene sobre dicha etapa que a factores reales, dado que hay falsas creencias sobre como una persona debe vivir la vejez, no obstante la que más radica para la mejora de la asimilación es la de que los ancianos juegan un papel importante en la sociedad, pues son las figuras que otorgan consejo, experiencias, guías y sabiduría a las generaciones futuras.

Las decisiones al final de la vida varían según cada cultura porque, en las occidentales se trata de garantizar una vida longeva a la persona, llena de las mejores condiciones, en la mayoría de casos tratan que los ancianos pertenecientes a la familia sean respetados y bien cuidados porque son el pilar de un legado generacional, pero algunas familias pueden creer que el anciano es una carga y que no es funcional por lo tanto solo ansían la muerte del mismo.

Para concluir con el análisis de las formas de vida en la vejez se denota que están fuertemente influidas por la sociedad y las actitudes positivas, como el aprender todo lo relacionado a ese nuevo ser que fluye ante toda una vida de haber convivido con el mismo, por lo que se preocuparía de conocer cómo será vivir junto a un “yo” distinto y conocerse de nuevo.

### **1.2.8. Aspectos psicológicos de las personas mayores**

Como menciona con anterioridad para evaluar los aspectos psicológicos se necesita el respaldo de la psicología evolutiva, puesto que cada etapa representa experiencias, aprendizajes y características diferentes a las demás, por lo tanto para estudiar el ciclo de la vida se han hecho divisiones que muestran las características normativas de cada una y como la psicología influye, en este caso la logoterapia específicamente muestra como el adulto mayor se concentra más en la trascendencia del ser, y hacia el cultivo de las capacidades mentales y espirituales en las relaciones interpersonales, la valoración de la creatividad y nuevas habilidades de la persona, fuera de compararse con las que hacía antes, pues el ego no puede tener protagonismo, porque se busca que los adultos mayores adquieran características positivas y puedan valorarse a sí mismos. Se pretende anular el miedo a morir mediante lo que se recibe, por ejemplo: el apoyo de los hijos, el legado material, cultural y espiritual.

La adultez tardía se da de los sesenta a sesenta y cinco años en adelante y por el periodo tan amplio, muchas veces se divide en dos: edad adulta tardía que abarca hasta los setenta y cinco y la vejez que inicia en los setenta y seis años en adelante.

a) Adultez tardía: los deberes de desarrollo aquí están marcados por la llamada edad evolutiva donde la persona recuerda experiencias y anhela la juventud, además de crear puntos de reflexión en temas como: los ámbitos laborales, porque la mayoría de personas a esta edad llega a la jubilación así que debe asimilar esta nueva reacomodación de factores personales. La vivencia del transcurso del tiempo es con mayor rapidez y se puede empezar el contraste con el mismo, que ya paso y como lo vivió en la otra parte, el tiempo que le queda por vivir; en aspectos de personalidad hay una reafirmación de la misma que viene acompañada de la disminución de rendimiento y fatiga física.

b) Vejez: las principales tareas son un poco más difíciles porque la persona se enfrenta a una realidad cambiante, lo primero que se concientiza es aceptar el envejecimiento corporal y la limitación del tiempo, porque al estar presentes las enfermedades y ver el cambio en el aspecto físico, las ideas y sentimientos de decadencia son parte de los pensamientos muchas veces. Mientras se ven enfrentados al crecimiento y partida de los hijos o el fallecimiento del cónyuge,

por lo tanto la persona debe tener valentía ante las muertes alrededor que le servirán para tomar consciencia del propio deceso. Otro aspecto relevante es afrontar el cambio de roles, pues los hijos se van y comienzan a tener hijos propios, lo que hace que el anciano deba integrar nuevos miembros en el esquema familiar, además los padres ancianos pasan a depender de los hijos mayores y como el cuidado de los mismos es muy difícil a veces estos se institucionalizan en asilos. Se debe acentuar mucho el trabajo psicológico en aceptar la monotonía pues hay una reducción drástica de impulsos vitales y sexuales, ausencia de novedad, rutina y falta de incentivos.

c) La vejez y las tareas de desarrollo: son más concretas y específicas a continuación se muestran las más relevantes:

- Aceptar la decadencia biológica, psicológica y social: la persona debe estar conscientes de cómo es el funcionamiento del ciclo vital del ser humano y vivir cada etapa con valor, orgullo y felicidad.
- Aceptar las limitaciones: comprender que el cuerpo y mente sufren cambios normales y que parte de estos cambios conlleva a aprender nuevas formas de adaptarse.
- Miedo al riesgo de la enfermedad y la muerte personal: Analizar que la enfermedad y la muerte están próximas y que no necesariamente se les debe huir o temer, sino más bien modificar las ideas respecto a dichos miedos.
- Duelos: reconocer que la muerte es un proceso natural y humano el cual tiene etapas que deben ser explicadas y vividas de forma emocional.
- Modificación de extremos de pensamientos: ya que son muy inflexibles o con paradigmas muy rígidos, lograr un balance de las creencias y no polarizarlas.

- Dominar el temor ante la dependencia y el ser vulnerables: tener una voz dentro del ámbito familiar y una autoestima fortalecida.

- Resolución de los conflictos de envejecer satisfactoriamente y la ansiedad de los sentimientos de pérdida y muerte: la vejez es una etapa compleja que merece ser vivida en plenitud y en el alcance a los propios objetivos de cada persona, la ansiedad de pérdida debe ser atendida, y reestructurada en los pensamientos alternos de la terapia.

- 

### **1.2.9. Obstáculos de vivir una vida larga y saludable.**

Papalia y Feldman(2018) exponen que la vida de los ancianos es distinta porque acumula muchas emociones, sentimientos y duelos que acompañan las dolencias físicas en especial el estrés, que cuando se vuelve crónico debilita la salud en general, si se viven muchas inquietudes sobre el futuro habrá ansiedad flotante y en retrospectiva el estrés aumenta los riesgos de sufrir enfermedades del corazón, para gozar de una salud completa es necesaria la correcta alimentación y atención médica, además se revela que la situación financiera puede sujetar a los individuos a tensiones mentales.

El mantener un estado de ánimo bajo constantemente con negatividad y quejas crea para las personas un entorno hostil y futuros trastornos mentales como la depresión o la ansiedad, para lograr un manejo adecuado de las situaciones adversas las personas deben tomar actitudes frente a las mismas, fuera de la salud subjetiva hay elementos que expresan factores devastadores para la longevidad como tener sobre peso, ya que las personas con un índice de masa corporal normal tienen menos probabilidad de morir de cáncer y de problemas cardiovasculares .Llevar un estilo de vida sedentario, pues cuando se realiza al menos media hora de ejercicio diario, las personas son menos propensas a morir por cualquier causa, y según investigaciones el ejercicio es un elemento clave para la reducción del estrés. Conductas como fumar y beber alcohol los individuos que llegan a estar más sanos en la vejez son los que menos fumaron, pues los que lo hacían tienen grandes riesgos de morir de cáncer de pulmón y de enfermedades cardíacas. Por otro lado, el consumo de alcohol puede ser favorecedor para la vida larga, pero éste debe ser

moderado y para que sea considerado de esta forma, el consumo es de 5 y 15 gramos de alcohol por día, sin embargo, los hombres y mujeres que se abstuvieron totalmente de beber alcohol tenían un porcentaje igual que el de los bebedores continuos a morir por los mismos riesgos de enfermedades cardíacas.

La red de apoyo en los ancianos puede ser fuente de motivación para el afrontamiento de factores negativos del ciclo y como ley social los seres humanos necesitan pertenecer con semejantes porque esto crea un símbolo-cultural que integran a la persona a la comunidad, lo cual fortalece la identidad del sujeto, además de evitar la angustia real o imaginaria que puede aparecer cuando hayan dificultades o crisis, sin embargo en las investigaciones actuales se concluye que, tener una red de apoyo estable no necesariamente garantiza una mejora en la calidad de vida, pues esta red está sujeta a tiempo y espacio por lo tanto es cambiante la intensidad de apoyo recibido, pero se manifiesta que los ancianos al compartir un rango similar de edades, tienen en común varios elementos que crearían una red de apoyo más adaptada a los requerimientos, es decir una red basada en un punto de partida, en la interacción y comparación de vidas entre los ancianos, si algunos les fue mejor o peor.

#### **1.2.10. Psicología de la salud: tener una calidad de vida**

León (2013) manifiesta que la psicología de la salud es una de las mayores aportaciones en la actualidad para el campo de los cuidados preventivos de la enfermedad y del aumento del nivel de calidad de vida en los sujetos, se basa en la correcta identificación de posibles correlaciones en los diagnósticos de evaluación, por lo tanto integra aspectos de conceptos contemporáneos como: la biomedicina en las contribuciones de salud mental, pues es, un hecho de que la salud es la parte principal de la calidad de vida y esta pasa a ser de carácter social, porque muchas veces está sujeta a factores socioculturales, así que el concepto de salud sería representado por la realización de los recursos individuales que potencian un estilo de vida adaptado; como la misma es el mayor logro social e individual según las condicionantes de cada sociedad, esta debe ser potencial criterio de evaluación para la calidad de vida de las personas; pues se explica que la psicología de la salud puede abarcar aspectos que van más allá del comportamiento, pero que forman parte de la salud subjetiva y debe tenerse en cuenta que la misma se dedica a mejorar el aspecto

psicológico de los términos de la salud general por lo tanto esta se divide en tres pilares fundamentales:

- Nivel de la intervención: es la dinámica que se encarga de asegurar los parámetros de lo que es la salud, en base a investigaciones básicas, hasta a las evaluaciones de los programas de salud psicológica que se efectúan para controlar la prevalencia de trastornos y no solo se evalúan sino también se ve implicada en la creación, selección y ejecución de los mismos.
- Objetivos de dichas intervenciones: para que estén acentuados a la correcta evolución de la calidad de vida y de la psicología de la salud, la cual tiene como objetivo el sujeto o sujetos, además de velar por las instituciones, específicamente se busca llegar a sitios marginados, como lo son los asilos y no solo se efectúan las intervenciones con los ancianos sino también con el personal, pues lo que se espera es crear una consciencia en los servicios psicológicos para fomentar la satisfacción general de las características de la calidad de vida.
- Tipo de intervenciones desarrolladas: se pueden centrar en los programas de salud física y la retroalimentación de la misma por medio de psicoeducación, pero el objetivo principal es lograr la modificación de conductas y actitudes no saludables, por medio de campañas de realización sobre la importancia de la psicología de la salud en la sociedad en general, además de actividades altruistas que promuevan el cambio social y la empatía para concluir en campañas de educación y apoyo de la integración de la salud dirigida a ciertas comunidades o grupos de personas de edades iguales.

#### **1.2.11. Modelos de investigación de la calidad de vida en persona mayores.**

Pérez (2013) describe que existen muchos modelos que se pueden tomar como punto de partida para la investigación de la calidad de vida, sin embargo, son pocos los que tienen un enfoque en los adultos mayores, por lo tanto, a continuación, se enlistaran los dos principales.

Modelo ecológico de Lawton: es un modelo de trabajo con carácter ecológico, tiene aportaciones amplias y fructíferas, ya que analiza y se basa en explicar el funcionamiento del comportamiento adaptable y el afecto positivo del individuo, en relación al grado de competencia y el grado de presión ambiental; argumenta un término de calidad de vida enfatizado al juicio

subjetivo y valoración multidimensional con base en criterios interpersonales y socio-normativos de los sistemas donde interactúe la persona, además tomó en cuenta el tiempo, es decir no solo el estado presente, sino también el pasado y las probabilidades futuras; medible por medio de cuatro áreas: competencia comportamental, calidad de vida percibida, entorno objetivo y satisfacción/bienestar global.

Modelos comportamentales: Estos modelos justifican que la calidad de vida no pueden únicamente estar sujetos al bienestar psicológico o de satisfacción que perciba la persona, sino también deben regirse por la conducta que el individuo despliegue para el alcance de vivir una calidad de vida; así ésta sería parte relevante del análisis de la toma de consciencia de lo que hacen las personas, para fomentar una experiencia de la calidad de vida, deben tenerse en cuenta estilos de vida que mejoran o perjudican esta.

Esta postura se apoya en la realización de las cosas que se deben hacer y las que se quieren. Por ejemplo, la salud, las creencias existenciales, los recursos materiales, capacidades sociales, red de apoyo social, serán factores cruciales, pero no determinantes para una vida de calidad, la personalidad parece ejercer significancia como compendio de la forma habitual de ser, actuar, sentir y pensar que incide en la calidad de vida.

En general se considera que las personas mayores tienen un poco de mejora en cuestiones racionales, ya que el proceso de envejecer fuerza a la mayoría de personas a ser conscientes de lo que implica esta vivencia, las pérdidas y disminuciones en habilidades propias; a pesar de ello los ancianos buscan formas de seguir en la eficacia y mantener el propio autocontrol, esto forma una visión positiva de la autonomía y desarrollo personal.

### **1.2.12. Calidad de vida y logoterapia en la vejez**

Ceberio (2013) expresa que la vida es algo que nadie comprende del todo y que la preparación para la muerte se vuelve aún más compleja para los ancianos quienes mayoritariamente la tienen como estigma de algo que es el final, entonces experimentan una noción cercana de lo que significa dejar la vida material para lograr una transcendencia genuina, muchos de ellos saben que deben vivir al lado de las personas importantes, se refugian en la familia para compensar los

sentimientos de tristeza, se sabe que el envejecimiento muestra con crudeza que el final está cerca y a pesar de los avances médicos no hay mejoría psicológica desde el punto de análisis existencial, toda la vida se ha acumulado en experiencia y vale la pena cada respiro aun así la salud física este muy deteriorada.

La logoterapia en esta etapa afronta retos como la pérdida de parejas, familiares, amigos y por supuesto la real posibilidad de la muerte propia, un aspecto a manejar en el anciano es la nueva adaptación a ambientes diferentes, como lo son las instituciones.

La vejez tiene como principal reto la muerte y la actitud ante ella por eso la aplicación de la logoterapia demuestra ser una alternativa fiable para esta etapa, por los términos como trascendencia y voluntad de sentido, aunque las personas mueran estas saben que hay un legado que permanece, e incluso cuando el olvido sea un hecho fueron seres singulares, además de proyectar actitudes, emociones y amor en los demás, se debe concretar una trascendencia simbólica en el anciano para empezar una etapa de desprendimiento, en cuanto a libros favoritos, ropa o cualquier objeto, que normalmente regala al nieto preferido; el miedo a la muerte disminuye en la vejez si este se compara con el que tienen los adultos de edad media.

Además de buscar una solución a la problemática de la soledad que muchos de los ancianos deben vivir se analiza cómo lograr que la persona sienta el bienestar general de estar satisfecho con la vida, siempre se cuidan los valores que han marcado tendencias en la vida de cada uno de ellos, por lo tanto la capacidad del encuentro auténtico con ellos mismos es un modelo que se usará en logoterapia ya que este crea una coexistencia que está abierta al espíritu para permitir que los ancianos trasciendan ellos mismos para promover la trascendencia a los demás.

La Logoterapia proporciona una redefinición de la vejez en una sociedad que tiene miedo de llegar al final del ciclo vital, porque promueve el desarrollo de la atención integral de los ancianos, no solo por medio de un cambio de actitudes, sino de readaptación de las capacidades y valoración de la experiencias para lograr un renovado sentido de vida; pero no solo eso también incluye la búsqueda de la belleza del proceso natural de envejecer, mediante una concepción humanista, con valores y derechos inalienables, se logra que el adulto mayor se sienta útil e importante aunque tenga enfermedades y condiciones de vulnerabilidad, esto no impide que los cambios y retos propuestos para sobrellevar esta etapa desvalorice o perturbe al anciano.

A través de la Logoterapia se acentúan: la sabiduría que conlleva envejecer, capacidad de amar, crear y trascender pues estas personas ya tienen ganada la mejor escuela de aprendizaje, la vida misma. Ya que ésta se centra en movilizar recursos espirituales para que la persona pueda descubrir el sentido y las voluntades del mismo, se crea responsabilidad, autotrascendencia en los valores, auto distanciamiento del anciano, para mejorar la instancia personal y la consciencia general de la vida; el adulto mayor entiende que las circunstancias de la vida no pueden ser del todo una delimitante, sino un estímulo para activar la voluntad de sentido y la filosofía de vida, la cual no se pierde con la edad, en cambio ayuda a facilitar el desarrollo holístico del ser.

Hoy en día esta corriente psicoterapéutica tiene un gran auge global, porque las aplicaciones de la misma han traspasado las primeras áreas de intervención, y se ha adaptado a campos como: recursos humanos, medicina, principalmente en geriatría, cuidados paliativos, poblaciones vulnerables y por supuesto los adultos mayores, pues es la edad que más importancia tiene para reclamar y a la vez aportar a los demás, hay una tarea concreta que reforzar en la vejez, y es el lograr la integridad personal constituida por un punto culminante pero también un punto esperanzador, para integrar una verdadera trascendencia, por medio de lo que se ofrece a los demás, el por qué se ofrece, y para que se ofrece, en comprensión de la realidad de la existencia. Para concluir la logoterapia logra que las personas mayores valoren lo realizado durante la trayectoria física, se desbloquean miedos, traumas, falta de proyectos y la angustia ante la muerte para recalcar que nunca es tarde para empezar el sentido de vida.

Por lo anterior descrito es importante tomar en cuenta a la logoterapia como una fiable alternativa para trabajar con la calidad de vida y sus elementos, los cuales muchas veces se ven influidos por circunstancias ajenas a los individuos, pero esto no es una razón para no cuidar del estilo y manejo de vida en general, a través de los estados de satisfacción general con la existencia, mediante la toma correcta de decisiones, actitudes y pensamientos que mejoren la salud subjetiva de los ancianos, se debe estructurar una perspectiva existencial para el afrontamiento de cuestiones que solo se viven en la vejez, el duelo de los más cercanos y el propio mediante el ultimo propósito de la vida, el sentido y las trascendencias, se busca encontrar un propósito para vivir, disfrutar, para ser libre y aumentar el bienestar psicológico.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La logoterapia es una corriente de pensamiento existencial, que forma parte de la psicoterapia, figura de manera holística ante los fenómenos psíquicos y espirituales del ser humano en la trayectoria de la búsqueda genuina del sentido personal, existe relevancia de la misma por el uso y manejo de preguntas que ayudan a los sujetos a entender mejor la significancia de las actitudes durante las adversidades, se trata de modificar perspectivas negativas para orientar las búsquedas de voluntades que forjen sentimientos liberadores, valores, vivencias y actitudes, para la aceptación del ser humano como un ente multidimensional que debe mantener la armonía en los aspectos bases que le conforman, el reto es integrar elementos psíquicos con los recursos espirituales, para finalizar con la aceptación de responsabilidad y decisiones de la persona ante las experiencias de vida.

La calidad de vida, acentúa un eslabón superior en la evolución de la sociedad y también en los aspectos psicológicos que integran las condiciones sugerentes de la dignificación de vida de los habitantes en un lugar determinado, sin embargo, por la complejidad, ésta debe asociarse a la salud psicológica para lograr entender, por qué la mayoría de investigaciones que tienen como punto clave la calidad de vida concluyen que, sin importar cuantos aspectos objetivos, económicos y físicos sean adaptados a los estudios, estos no tendrán mayor consideración en la variable si no se adhieren componentes primordiales para el bienestar general psicológico de los sujetos, y el manejo de la psique con base en : emociones, sentimientos, ansiedad, relaciones interpersonales y autopercepción: para la obtención de un valor más concreto del término, hay que conocer la satisfacción vital y el estado de ánimo positivo que interfiera en las vivencias de las personas.

El análisis del estudio presentado, es importante para retratar la realidad de la calidad de vida en adultos mayores, mediante la psicología actual que propone, la humanidad y al ser humano, antes que un diagnóstico o síntoma, por lo tanto, se busca complementar objetivamente los factores clave para el abordaje de la misma, a través de significados personales, como lo propone la Logoterapia. La presente investigación está orientada a una incorporación integral del ser humano en un estado de felicidad ante la vida, dicho esto se promueve la mejora global de la persona, no

solo de un síntoma o trastorno, sino a través de un cambio de actitud y responsabilidad. En Guatemala el manejo de la calidad de vida podría no ser prioridad en los entes de salud pública, y menos si se trata de adultos mayores, por lo que hay un menor acceso a las disciplinas multidimensionales de aportes en dicho tema, sin embargo, en Guatemala la calidad de vida parece tener determinados objetivos, que implican más, las razones económicas y médicas para argumentar las bases de ésta, ya que se deduce que actualmente no se cuenta con censos o regulaciones que velen por el concepto holístico donde se incluyan aspectos psicológicos; el país y específicamente el Departamento de Quetzaltenango debe velar por el bienestar psicológico general de esta población vulnerable. El estudio busca hacer énfasis en la calidad de vida de los adultos mayores para lograr una realización satisfactoria, fortalecer el apoyo social, psicológico y espiritual, del estado del bienestar general; así implementar nuevas ideas de realización plena en los factores emocionales y físicos, motivar a los futuros profesionales a centrar estudios en temas relacionados. Por lo ya mencionado se plantea la siguiente interrogante: ¿Cuál es el resultado reportado de la logoterapia en la calidad de vida de los adultos mayores?

## **2.1 Objetivos**

Compilar según bibliografía científica utilizada, los resultados de la Logoterapia con la Calidad de vida en los adultos mayores

### **2.1.1 Objetivos específicos**

- Analizar la aplicación de las técnicas clásicas de la Logoterapia, según bibliografía científica.
- Establecer según la bibliografía académica las características de la Calidad de vida del adulto mayor.
- Categorizar los aspectos psicosociales asociados a la Calidad de vida en el adulto mayor, según bibliografía recopilada.

## **2.2 Variables** Logoterapia.

- Calidad de vida.

## **2.3 Definición de variables**

### **2.3.1 Definición conceptual de variables**

#### Logoterapia

Frankl (2018) define que la logoterapia se opone a los nihilismos del ser humano y ayuda al modo en que se enfrenta el mundo con esperanza y aceptación ya que el único que lleva esperanza al mundo es el ser humano, así mismo afirma que la manifestación de voluntad y aspiración de los sujetos por el sentido no es un fallo psicológico, sino que se encuentra en la naturaleza humana, el sentido de la vida es la máxima motivación en el ser humano y lo único que llena ese vacío. Lo opuesto al vacío es la plenitud, y tal vez sea lo que se busca en conductas erradas, más que felicidad, es un estado de plenitud ya que la Logoterapia ofrece valiosas herramientas para vivir con más significado y calidad de vida.

#### Calidad de vida

Donaire (2013) menciona que la calidad de vida, es un concepto amplio relacionado con el bienestar social y el desarrollo humano. El cual integra la salud física, el estado psicológico, las relaciones interpersonales, la autonomía, las creencias, los valores y el contexto donde se desarrolla la persona. Sin embargo, es importante comprender que la respuesta a cada uno de estos dominios es subjetiva y tan variable gracias a la influencia de factores sociales, materiales, la edad, la situación de empleo o a las políticas en salud. Por lo tanto, la evaluación de la calidad de vida sirve también de apoyo para la toma de decisiones en el tratamiento de los pacientes al poder evaluar el potencial beneficioso de los nuevos tratamientos.

## **2.4 Alcances y límites**

El estudio se fundamenta en la revisión literaria, de fuentes investigativas a lo largo de aproximadamente 10 años, con adultos mayores que estén en el rango de edades de 60 años en adelante; con base en el tema objeto de estudio ya mencionado.

Esta tesis se limita únicamente a recopilar información de investigaciones previamente realizadas. Debido a la pandemia mundial de Covid-19 se restringe al uso de estudios científicos de terceros para la conclusión de los objetivos de este análisis.

## **2.5 Aportes**

La calidad de vida como parte existencial, antropológica, social y psicológica que cubre los factores de satisfacción en los sujetos, es un tema que merece ser estudiado en el país porque forma parte del bienestar general de la comunidad, por lo tanto la psicología a través de la promoción de la humanidad y sus elementos multidisciplinarios, debe fomentarla integración del ser humano en las diferentes áreas que le conforman, ya que incursionan y aportan directamente al estado de satisfacción, felicidad y ánimo pleno con la vida de los individuos, mencionado lo anterior se denota el valor que tiene la calidad de vida en el impacto social de un país, donde la mayoría de los habitantes no vive con dignidad en este caso específicamente para las poblaciones dentro de Guatemala que sufren de marginación y olvido.

Para la Universidad Rafael Landívar y la carrera de Psicología Clínica, es importante enfocar la importancia del concepto de la calidad de vida, puesto que los profesionales de la salud abordan todo el tiempo ésta, se trata que los consultantes tengan una mejor calidad psicológica y física.

Se brindarán aportes a Quetzaltenango para analizar cómo se pueden mejorar las áreas que fortalecen la calidad de vida de los ancianos y así promover la salud psicológica del adulto mayor, el poder fortalecer las actitudes y los estados de ánimo de los sujetos a través de la promoción de servicios sociales y fomento de voluntariados para recordar que siempre habrá un motivo y valores creativos que modifiquen perspectivas personales y vuelquen a la responsabilidad de llevar una vida libre, sin importar la edad.

Para las futuras generaciones de psicólogos que vean la motivación de trabajar con los sabios de la sociedad, para que tengan la iniciativa de estudiar a los ancianos, analizar cómo las vicisitudes de la última etapa del ciclo humano puede esconder muchos misterios y retos para la psicología humana, esta investigación será un punto de partida que marque una diferencia entre estudiar solo determinadas, áreas o trastornos y estudiar al ser humano en funcionalidades emocionales, psíquicas, físicas y sociales de manera completa. Y que el estudio logre un precedente para seguir en la investigación de la calidad de vida, pues es muy poco lo que se puede recopilar de intervenciones de la misma con adultos mayores, ya que Guatemala tiene como tarea empezar a elevar más la calidad de vida de las personas, para demostrar que con el estado general de bienestar toda una sociedad puede evolucionar, a sentimientos genuinos de felicidad y que mejor manera de comenzar que con las ancianas que han favorecido a la contribución de las familias propias, ajenas y a un país entero.

### **III. MÉTODO**

#### **3.1 Sujetos.**

Para la realización del presente estudio se utilizó bibliografía académica enfocada al tema de la logoterapia y la calidad de vida en adultos mayores, con variedad en las condiciones

sociodemográficas, económicas, culturales, de ambos sexos, con escolaridad diversa, de nacionalidad guatemalteca y otros países, el número de sujetos analizados fue de 2,889 aproximadamente.

### **3.2 Procedimiento.**

- Selección de temas: a partir de las apreciaciones e ideas de interés para lograr centrar la idea con las bases del estudio.
- Realización y aprobación de uno de los sumarios enviados a revisión: de los mismos se eligió uno para el desarrollo del estudio.
- Aprobación del tema de investigación: para luego proceder a la realización del perfil de la misma.
- Investigación de antecedentes: a través de la exploración en revistas internacionales y tesis nacionales, con la utilización del internet como medio de búsqueda.
- Elaboración del índice: por medio de la búsqueda de subtemas para fundamentar e integrar las dos variables de investigación.
- Realización de marco teórico: a través de la exploración y lectura de libros con la utilización de internet, libros físicos y libros en PDF.
- Planteamiento del problema: dirigido según la problemática observada en el contexto determinado de la investigación y el marco teórico.
- Elaboración del método: mediante la delimitación de los sujetos, y del tipo de investigación utilizada.
- Realización de la discusión de resultados, con base en los antecedentes y marco teórico del estudio.
- Redacción de las conclusiones del estudio a partir de los objetivos del mismo.

- Referencias bibliográficas: de todas las citas o menciones del trabajo de investigación por medio de los lineamientos de normas APA.
- Realización del resumen: por medio de una síntesis de la realización de la investigación.

### **3.3 Tipo de investigación, Diseño y Metodología.**

Para lograr la ejecución del estudio, se adaptó la metodología investigativa, que mejor ayudara a direccionar la base de los parámetros del tipo de análisis solicitado, mediante algunos conceptos presentados por autores se detalla mejor a continuación.

Sampieri, (2011) propone que la revisión sistemática es aquella en la que existe una búsqueda profunda de estudios importantes, sobre un tema seleccionado; luego de identificar y obtener los estudios, éstos deben sintetizarse con base en el método preestablecido y explícito. Es decir, es un tipo de literatura útil para recopilar y analizar de forma científica los múltiples estudios o trabajos de investigación por medio de pasos sistemáticos. Sirve para evaluar e interpretar el trabajo de investigadores, académicos y profesionales de un campo elegido; tiene como fin proporcionar un resumen vasto de la literatura disponible y principal relacionada una pregunta de investigación formulada. Una ventaja fundamental de esto es que propicia al lector la oportunidad de verificar si este llega a la misma conclusión que el autor.

Bogaño, et al (2018) expresan que las revisiones sistemáticas se caracterizan por tener una descripción clara del proceso de recolección, selección, evolución y resúmenes críticos de la evidencia de las variables y la eficacia del tratamiento, diagnóstico o pronósticos. Pueden responder preguntas de tratamiento, diagnóstico o diferencias de los estudios primarios que son analizados.

La mayoría de este tipo de investigación se centra en las respuestas de los tratamientos y distingue las estructuras de las respuestas o conclusiones propuestas por los investigadores Ferreira, et al (2011) propone que las revisiones sistemáticas son investigaciones científicas las cuales se centran en los fundamentos de los estudios originales o primarios relacionados al tema, son una

herramienta esencial para resumir información científica que se encuentre disponible y no solo eso además se incrementa la validación de las conclusiones de los estudios anteriores; estos pueden tener como objetivos la identificación de cuestiones inconclusas que tengan otros estudios.

Hernández, et al (2014) aborda que la investigación exploratoria tiene como principal objetivo examinar un problema de investigación poco estudiado, del cual aún hay dudas o que no es muy estudiado; ayudan a la finalización de fenómenos relativamente desconocidos, para la promoción de información en relación a una investigación más completa. Se busca indagar nuevos problemas, identificar conceptos o variables, mediante postulados de metodologías. Y desde el enfoque descriptivo se menciona la exposición de fenómenos, problemas, situaciones o sucesos, que se deben explicar a profundidad y especificar las propiedades de los objetos, estos en general buscan medir o recoger información sobre las variables de estudio.

Fidias (2012) destaca que la investigación exploración se efectúa en un tema u objeto desconocido, el cual requiere de un acercamiento para lograr resultados que fundamenten una visión más amplia de dicho objeto, se busca aproximar un mejor nivel de conocimientos. Mientras que la investigación descriptiva pretende caracterizar un hecho, fenómeno, individuo o grupo para fijar estructuras de comportamiento, sus resultados están en un nivel intermedio en cuanto a la hondura de los conocimientos se refiere.

Sampieri (2011) considera que los estudios de alcance exploratorios deben examinar un tema o problema poco estudiado, o el cual no ha sido abordado antes. Por medio de la literatura se revelará si hay suficiente información o si únicamente hay ideas vagas relacionadas con el problema, o también podría aplicarse a la investigación de nuevas perspectivas de un tema. El enfoque descriptivo busca especificar las propiedades, caracteres y perfiles de personas, grupos, hechos, comunidades o fenómenos en general para ser evaluados por medio de análisis, estos pretenden medir o recoger información de forma independiente o conjunta sobre las variables a las que se refieren.

#### **IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS.**

Para la realización de la búsqueda de las variables del presente estudio, se realizaron rutas que evidencian el método utilizado para encontrar documentos con información científica que se ajustaran a los criterios establecidos de la investigación, por lo tanto, es importante presentar los recursos utilizados, que a continuación se detallan: Figura núm. 1

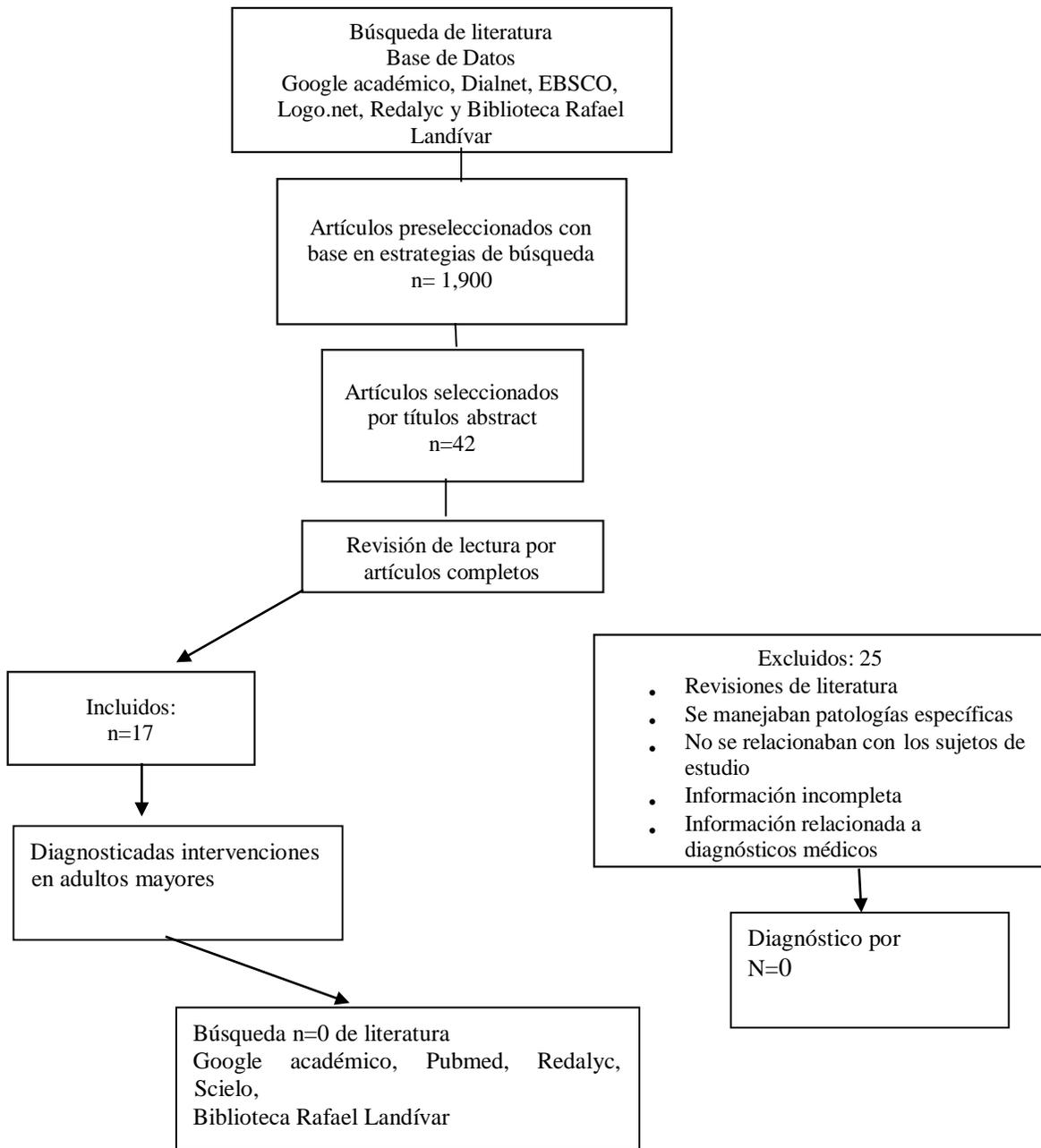


Figura núm. 2

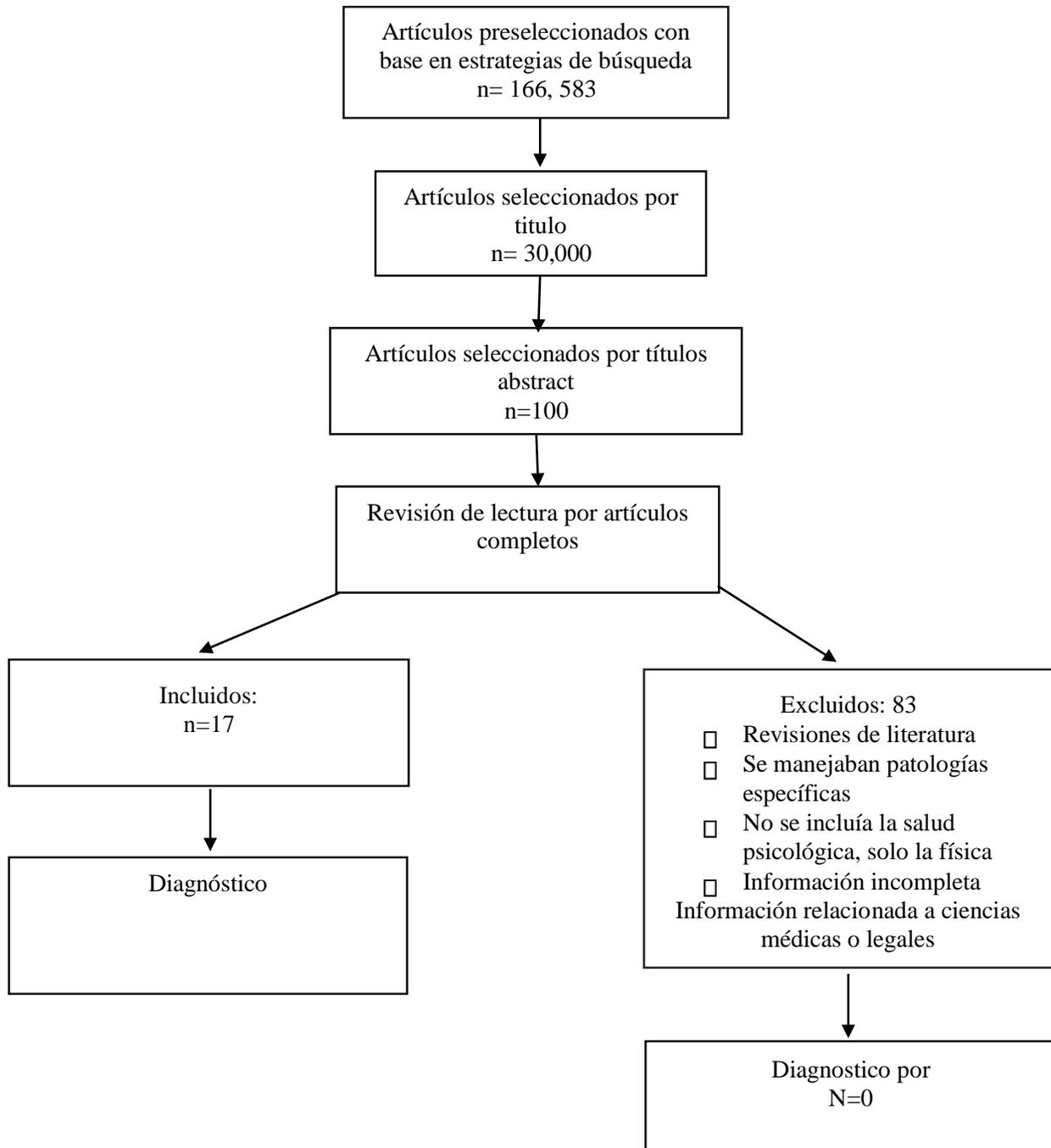
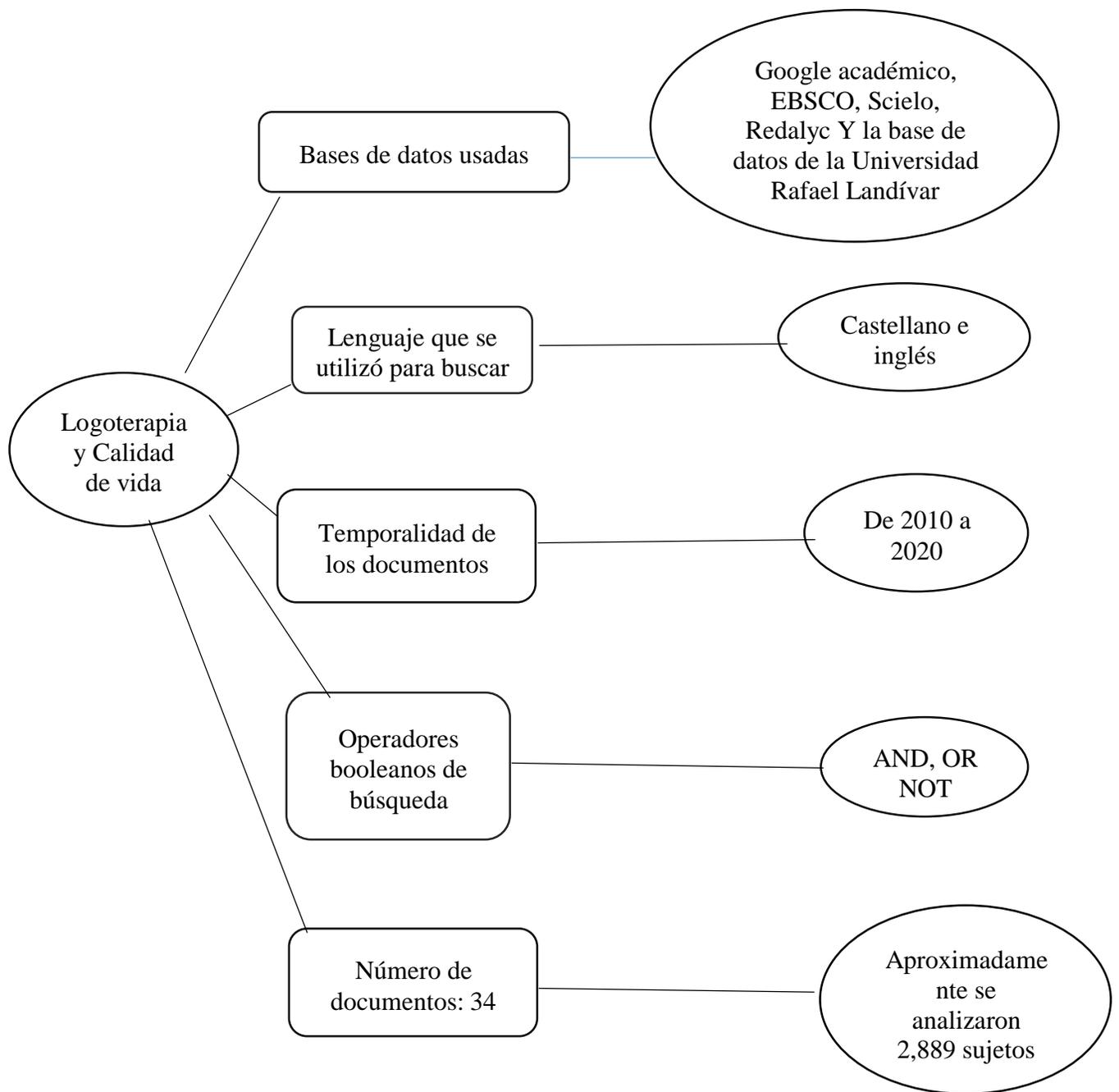


Figura núm. 3



## V. DISCUSIÓN

La Logoterapia aborda al ser humano, como un ser formado por mente, cuerpo y espíritu, posiciona al hombre ante la búsqueda de sentido de la vida, a través de diferentes recursos, como:

la creación de valores, la responsabilidad, la libertad y trascendencias; por esto tiene impacto en las psicoterapias actuales; pues erradica trastornos mentales y cuestiones no especificadas en los criterios clínicos como: las frustraciones y vacíos existenciales en las diferentes etapas de la vida y como parte del abordaje de las dimensiones humanas en la Logoterapia están las áreas físicas y sociales, así se introduce la calidad de vida determinada por varios factores, desde la percepción y la valía que la persona tenga, y sienta en la sociedad, hasta el acceso que tenga a los servicios básicos de una sociedad, por lo tanto cuando se estudian adultos mayores hay que tener en cuenta dimensiones directamente ligadas a la satisfacción plena del anciano, como: la autonomía, los ingresos económicos, las relaciones personales y sentimientos de apoyo, estos son solo algunos de los aspectos que ayudan a mejorar los niveles de la misma, el concepto debe adaptarse a esta etapa del ser humano.

Por consiguiente en la presente investigación, se planteó como objetivo general compilar los resultados reportados en las revisiones literarias de la aplicación de la Logoterapia en la Calidad de vida de los adultos mayores, para lograr esto, se compilaron aspectos clave de las variables. A partir de los diversos hallazgos encontrados de varios autores citados en el presente estudio, se establece la Logoterapia como una corriente psicoterapéutica útil para la mejora de la calidad de vida en los adultos mayores ya que tiene relaciones directas con factores asociados a los estados psicológicos en la percepción del envejecimiento.

Dichos resultados guardan relación con lo que sostiene Razo, et al (2018) y Kohan (2013) quienes abordan que la calidad de vida está fuertemente ligada a las dimensiones existenciales que plantea Frankl y porque se constata que la visión existencial y personal podrán aportar aceptación a los cambios propios de la edad, pues ayudarían a disminuir las sensaciones de vacío, desesperación o frustración, ya que los condicionamientos de esta etapa no solo son biológicos, sino psicológicos y sociales, por lo que el uso de la Logoterapia se aplica para desligar condicionantes del hombre y ayudarlo a la voluntad de libertad, y la actitud que se asume ante los retos en las situaciones que aparecen. Es decir, lograr que el sujeto sepa que no depende de una edad cronológica para hacer ciertas actividades o para tener ciertas actitudes. Se especifica que las herramientas presentadas por Víctor Frankl mejoran al ser humano, en cualidades como responsabilidad, auto-distanciamiento y auto trascendencia las cuales a la vez aportan al concepto de salud contemplado en la investigación y como parte de los beneficios, se encontraron

niveles más elevados del bienestar general y subjetivo de la persona, a través del fomento de las capacidades para facilitar conductas de afrontamiento en respuesta a la nueva adaptación que debe enfrentar el adulto mayor en la transición de modalidades que conlleva la vejez. Estos autores expresan que las personas ancianas que logran adaptarse a la búsqueda de sentido y la integridad de las dimensiones del ser humano tendrán mejores condiciones de vida en el envejecimiento, pues aceptarán los cambios y pérdidas habituales de la edad.

Además Ceberio (2013) aborda que la importancia de los significados en la vejez dependen mucho de cómo la persona sea capaz de percibir la trascendencia y la motivación de la búsqueda del sentido; esto lograra crear una sensación de mejora con los sentimientos negativos que aparecen durante la vejez, para evitar las tendencias de soledad y demás vicisitudes, se remarcan los valores de Frankl y los modelos de técnicas de la corriente, pues estos indican que ayudan a propiciar un bienestar general de satisfacción por lo tanto.

También se encontraron aportes notables en Meireles, et al (2016) en Pastoral Psychology y Velásquez (2010) en la Universidad Rafael Landívar de Guatemala, quienes realizaron investigaciones relacionadas a las variables de estudio, el primero de ellos, realizó el estudio en la ciudad de Belo Horizonte, Brasil, explica los enfoques subjetivos que aportan a la idea de tener una vida establecida en elementos que contribuyan a los sentidos de la existencia, por medio de relaciones personales, que constituyan lazos de amor a otros y puedan hacer que los individuos se sientan incluidos en la sociedad, es fundamental establecer bien el sentido de vida, por medio de nuevas prácticas de cuidado en torno a la valía del nuevo curso de vida, siempre para integrar los aspectos que constituyen a un ser completo es decir el ser bio-psico-social, y así mejorar la sensación de bienestar general de vida; por lo tanto el sentido no involucra solo los aspectos positivos sino también los aspectos finitos como la vida y el envejecimiento. Hay similitud en las dos conclusiones de los estudios puesto que, el segundo autor realizó la investigación en la ciudad de Guatemala y concluyó que las técnicas de la Logoterapia ayudan a encontrar un sentido de vida en los adultos mayores, esto reafirma no solo las emociones positivas de los sujetos sino los aspectos básicos para la mejora de la calidad de vida, sin embargo, ambos autores abordan que el contexto es un factor determinante para los resultados positivos. Por lo que es importante recalcar que el envejecimiento no está reducido únicamente al área biológica sino también a

factores psicológicos y sociales que envuelven la vida activa y repercuten en las dinámicas de los adultos mayores, entonces las personas deben ser aptas para la conservación de las funcionalidades en las actividades básicas, deben adoptar una perceptiva sobre la dignidad y la condición enfocada a la vejez, se deben crear nuevos pensamientos a esta nueva etapa de vida, no solo como un método de adaptación, sino como una forma de contribuir a la satisfacción del anciano, para lograr esto de forma holística, es importante tener en cuenta corrientes como la Logoterapia, puesto que como lo confirman los autores ya mencionados, ésta ofrece recursos psicológicos, ante crisis existenciales como: pérdida, duelos, soledad, la tristeza y salud en general; mediante el fortalecimiento de herramientas como: los valores, el sentido de vida que reivindica la percepción del adulto mayor no solo individualmente; pues Frank propone que, vivir en el sentido propio también es desbordar el sentido hacia otros, por lo que no solamente el anciano piensa en su pasado y vivencias sino también en los aportes vivenciales y de conocimientos que este pueda brindar a los demás o a una sociedad, esto creará el sentimientos de pertenencia y validez, aunado a esto se logra la mejoría en la auto percepción, manejo de autonomía y bienestar psicológico de los ancianos, gracias a las propuestas Logoterapéuticas evidenciadas, que nutren al ser como un sujeto valioso incluso si está cercano a la muerte, porque esto no parece ser un obstáculo ya que el sentido no se puede perder nunca y cuando los ancianos tienen claro que no hay situaciones que los determinen o les impidan seguir con aprendizajes personales, cambian sus estados de felicidad, satisfacción y por ende mejora la calidad de vida.

Es importante recalcar que las bases de la Logoterapia han sido de apoyo para lograr la esencia actual de la misma, por lo tanto se mencionan los aportes de Martínez (2014) y Noro (2016) quienes muestran como la corriente tiene vías importantes de reflexión para los sujetos, como: los valores Logoterapéuticos, los cuales son recursos esenciales para el fortalecimiento del ser humano ya que mediante estos se logra, la creación, experiencia y actitudes de afrontamiento ante situaciones complicadas e inherentes que suelen ser dolorosas, pero es a partir de las mismas que los individuos obtienen el sentido del sufrimiento y por ende estarán más cerca del sentido de vida; las extensiones de la percepción propia, incitan a la persona a que descubra todo lo valioso en la existencia propia, Frankl describe varias categorías antropológicas de valores, a parte de las tres ya mencionadas, concreta los valores sensibles, relacionados con el placer y sabor. Valores vitales todos los que tienen relación con la salud, un ejemplo, realizar una rutina de ejercicios. Valores estéticos aunados a la belleza, y a la estética como la contemplación de una

obra de arte. Valores intelectuales, cuestiones que aporten conocimientos y sabiduría, como el poder interiorizar un libro. Valores éticos son aquellos que aumentan la bondad, el bien obrar en las relaciones.

Valores sagrados la sensación de tener una conexión con la oración. Un campo central que conforma la Logoterapia es la espiritualidad y la fe que profesan los seres, y no solo mediante una creencia sino la fe hacia un ser supremo, que tiene bases en el sentido de responsabilidades ante los demás y ante la propia convicción de seguirle y no por medio de una Iglesia exclusiva sino por medio del amor puro.

La Logoterapia tiene bases concisas en los sentires que se manifiestan en la vida humana, los primeros acercamientos en el existencialismo, pues como se mencionaba, parte del vivir es cuestionarse, y tener consciencia de responsabilidad ante respuestas que esperan ser descubiertas, muchos de los indicios de la Logoterapia están ligados a filósofos que crearon conceptos sobre la esencia humana y espiritual; por lo tanto, es preciso mencionar que la espiritualidad crea un enfoque más amplio, pero quizás también un poco más complejo, debido a lo subjetivo de cada creencia o fe de las personas, es menester ser neutral ante esto, pero deben priorizarse los encuentros de fe a través del sentido, ya que no hay ninguna situación humana que carezca de sentido, a propósito de éste, parece ser la base más citada en los abordajes de la Logoterapia, la principal tarea de la misma es ayudar a las personas a encontrarlo, crear consciencias de transformaciones en las motivaciones de la vida, por medio de recursos que el mismo Frankl explicó: los valores, divididos en tres categorías: creativos, de experiencia y actitudinales; estos forman la fuente básica de estimulación para el ser y la relación con el sentido de vida, cuando las personas logran entender el ¿por qué? y ¿para qué? de lo que hacen con base en sentimientos de responsabilidad hacia los demás y dignidad tendrá un mejor panorama del significado de su vida. Debido a que parte importante de la aplicación de las técnicas de Logoterapia se sustentan en las bases y fundamentos, se detalló la relevancia de los componentes de la misma, para poder expresar mejor los hallazgos de las intervenciones se hace mención de Bolaños (2012) en la Universidad Rafael Landívar del Campus de Quetzaltenango y Sánchez, (2018) de la Universidad Católica Pontificia de Argentina tienen estudios en donde se aplicaron intervenciones logoterapéuticas en pacientes ancianos sanos y próximos a la muerte, en ambos estudios se

establecen similitudes que concretan la importancia de las técnicas en la vejez; incluso para el enfermo terminal o el sujeto próximo a la muerte, los recursos de la corriente favorecerán los cuidados paliativos, si la persona lo requiere; desde el foco psicológico se busca crear consciencia en la espiritualidad para desarrollar, la idea del sentido como motivación en la vida del sujeto, porque el hombre no se encuentra determinado y por medio de los valores de actitud puede lograr sentido a situaciones difíciles de la existencia. Por lo tanto la Logoterapia ayuda a tener plenitud ante las complicaciones de los significados de la muerte y el sufrimiento, ya que el abordaje espiritual, logra ser una propuesta demostrada en el bienestar de los pacientes ancianos o moribundos.

Noblejas, (2018) y Román (2020) evidencian la importancia de las principales técnicas Logoterapéuticas, la primera autora, muestra el manejo de las mismas a través de una división simple: terapia específica y terapia no específica. La específica, puede aplicarse principalmente en ansiedades, por ejemplo los trastornos relacionados a fobias, una de estas técnicas es: La Derreflexión mayormente utilizada para disfunciones sexuales, psicomatizaciones e insomnio. La Logoterapia específica, es indicada para las situaciones con etiología noógena, pues estos problemas suelen estar ligados más a los vacíos existenciales, conflictos de valores y confrontación de situaciones complicadas en el ciclo vital; se centra en ayudar a la persona a encontrar el sentido de vida; algunas de las técnicas mencionadas son: Líneas de acompañamiento en la búsqueda de sentido, técnica que se basa en crear análisis existenciales de la trayectoria de vida, se busca aportar significados a errores del pasado, para orientar esto al presente, y lograr una conexión entre lo que la persona vive y vivió, también ayuda a proyectar un futuro con sentido; la Búsqueda de modelos: analiza sobre las personas que tienen o tuvieron una vida con sentido y encontrar los valores que pueden acoplar los sujetos en la vida propia. La Búsqueda de personas, sirve para que el sujeto pueda ser importante, esto propone que se fortalezca el valor intrínseco, se reflexionan las responsabilidades y contemplaciones de vida, se descubre qué sentido tienen los hechos cotidianos.

Entrenamiento de sensibilización de sentido, se centra en conocer las áreas no problemáticas de la persona, para analizar mejor pros, contras, opciones y viabilidad sobre todo la responsabilidad en dirección a un compromiso y apertura al sentido, con base a lo explicado es interesante el aporte

de Román (2020) pues él hace mención de la Biblioterapia, la cual se establece en la Logoterapia; es una técnica fundada en torno a recursos terapéuticos de libros, metáforas y toda letra escrita, que tengan un contenido motivante para la persona, se aplica a los paciente de forma individual y en poblaciones vulnerables como prisioneros o residentes de asilos que necesitan encontrar el sentido de la vida, ya que éste parece perderse en los adultos mayores, pero es recuperable mediante las estimulaciones de las acciones que ayuden a disminuir las ansiedades y depresiones propias de la etapa. Como por ejemplo incentivar la lectura, conocimientos y mejora de relaciones interpersonales.

El anciano debe estar abierto para planear y organizar un futuro, con frecuencia la Biblioterapia, es un recurso valioso para este propósito, por esto se concluye que la experiencia lectora produce un efecto de catarsis, y es un puente hacia la sensación de libertad y posibilidad de habitar otras realidades para enriquecer la propia vida, en desarrollo de la imaginación la creatividad, sin embargo en pro de tener una mejor experiencia en este campo la persona debe estar orientada por otros profesionales como el bibliotecario y el principal protagonista, el psicólogo, quien sabrá aportar lecturas que logren la disminución de perturbaciones, por medio de libros reflexivos.

Para concluir en que las técnicas de esta corriente, crean fortalecimiento en las diferentes dimensiones de los sujetos, pues velan por el bienestar integral, es importante recalcar que con el paso del tiempo ha aumentado la cantidad de técnicas aplicadas, ya que se implementan métodos como la Biblioterapia, para lograr que las personas tengan grados de Dereflexion y encuentros con otros mundos que los involucren en la propia realidad mediante el sentido de vida, se demuestra la viabilidad del manejo de éstas, cuando son sometidas ante poblaciones vulnerables como los ancianos. Como se plasma en los estudios citados, los talleres de técnicas ayudaron significativamente a los sujetos a encontrar sentido y a crear consciencias espirituales para el acercamiento a la inherencia de la muerte.

El terapeuta, enseña la importancia de los diversos acontecimientos negativos que deben ser asumidos con sentido, porque reconoce que los individuos tienen el poder de dominio sobre todas las situaciones existenciales; por esto cuando la aplicación de técnicas es dirigida a una terapia específica o no específica, las personas deben centrarse en las posturas que viven ante los ¿para

qué? de los acontecimientos, de los enfrentamientos de conflictos emocionales y la postura trascendental que brinda el sentido, para forjar en la psique un mecanismo bien adaptado a las seguridades de vivencias en direcciones motivacionales que aportan aprendizajes, conocimientos, reflexiones, reconciliaciones con errores pasado y proyecciones con sentido al futuro, se presenta la oportunidad de encontrar tranquilidad ante creencias espirituales y distanciamientos asertivos de situaciones incontrolables. Parece novedosa la implementación de los escritos y libros en general que logran crear proyecciones en las personas, a través de historias o metáforas, pues hay una relación casi directa con el aprendizaje que brindan las técnicas clásicas de la Logoterapia, se pueden ejemplificar, búsquedas de modelos de vida, mediante personajes literarios donde el individuo se identifique con los valores o manejos de situaciones existenciales del mismo.

Se aborda la Logoterapia como una corriente útil en la aplicación de la mejora de la calidad de vida y por lo tanto para explicar mejor esto, es necesario lograr el establecimiento de las características de la misma en el adulto mayor, por consecuencia se hizo énfasis en Jiménez (2010) y Varela (2016) quienes infieren que el envejecimiento poblacional es un fenómeno internacional que está en aumento, esto se desarrolla en un entorno que no presenta muchas oportunidades para los adultos mayores, pues para la mejora de subsistencia de los mismos se deben trabajar las características principales que conforman la calidad de vida, como el manejo de las enfermedades crónicas, y posturas que velen por crear un envejecimiento más sano, mediante el fomento de la funcionalidad personal. El soporte de terceros, el cual debe ofrecer al anciano, protección, afecto y entendimiento, ya que al estar en una etapa donde los cambios son drásticos éstos necesitan el confort de los sistemas gubernamentales, encargados de la seguridad, la salud gratuita, los derechos de todos los civiles, y en especial la atención de los miembros de la familia.

Se busca mejorar el bienestar físico, psíquico y social de los ancianos, a través de coberturas con base en las necesidades básicas de: nutrición, oportunidades de inclusión sociales y una vida armónica dentro de la familia. Uno de los autores aborda directamente un término conocido como envejecimiento activo, el cual se respalda en la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida según los niveles de envejecimiento, se crea un ambiente con mecanismos adaptativos y sensaciones percibidas en

pro del bienestar, con el fin de una realización personal, incluso si hay enfermedades o discapacidades en el sujeto.

Mientras el otro autor muestra como las características de vida no solo dependen de la realidad social sino también de la percepción en áreas específicas del anciano como: entendimiento es decir propiciar al mantenimiento o mejora de consciencia de la realidad, ocio, que pueda tener un espacio para fomentar el crecimiento de aptitudes, habilidades o pasatiempos habituales, para crear rutinas saludables de distracciones, tener una identidad, que la persona pueda tener presente quien es realmente, recordar que no está delimitado a esa nueva etapa o enfermedades; sino más bien es un sujeto con esencia plena de capacidad en la dignidad; el sentido de pertenencia, ante una sociedad, raza o grupo determinado de personas, libertad para fomentar la autonomía y sentido de voluntad en las direcciones correctas, para una mejora de satisfacción general, la participación crea espacios donde la personas pueda contribuir con sus semejantes y por último la creación que es tener presentes los cambios necesarios de las habilidades que deben tener las personas para lograr aportes nuevos en sus destreza.

Gonzales et al, (2017) y Navarro, et al (2017), abordan estudios enfocados a ciertas características principales de la calidad de vida, mencionan cuestiones como el concepto del envejecimiento activo el cual tiene pautas favorecedoras en la vejez, las personas que lo viven tienen menos patologías, bajas probabilidades de enfermedad y discapacidades, buena capacidad cognitiva y funcionalidad cotidiana; además de tener actividad en las áreas sociales y actividades de producción. Hay aspectos clave como: los estudios que los ancianos tengan, las relaciones con las enfermedades que se padecen y las profesiones que tienen, crean una ventaja en la satisfacción general, en cambio el otro estudio explica que, la autoeficacia, la percepción de salud y sentimientos de soledad son dimensiones ligadas a la calidad de vida, el autor argumenta que según las conclusiones la soledad es una de las principales causas negativas de la auto percepción, hay que prestarle atención a este sentimiento para lograr mejorar la calidad vida en el envejecimiento.

Las características de la calidad de vida están definidas por varios elementos que contribuyen a la mejoría de la satisfacción general de un sujeto, dichos aspectos, no están únicamente basados en la realidad social o las particularidades socio-demográficas, si es relevante que las personas

mayores tengan el acceso correcto a las seguridades gubernamentales básicas de cualquier individuo como: alimentación, vivienda, acceso a un servicio social para atender las enfermedades e inclusión social, por lo tanto para poder explicar las características de ésta, es necesario hacer énfasis en el estado subjetivo de la persona, no quiere decir que el estado objetivo carezca de valor, ambos son fundamentales, pero cuando en el sujeto hay un buen estado físico, aunado a las condiciones de la salud psicológica y la red de apoyo, habrán más ancianos con satisfacción con la vida experimentada.

Debido a lo complejo del concepto éste hace alusión a las diversas evoluciones de la persona, en función con: el medio ambiente donde se desenvuelva, el manejo de una buena independencia, tener un adecuado dominio en las áreas físicas y psicológicas, esto creará una mejora en la percepción individual, y por último las creencias personales y la espiritualidad que la persona maneje influyen en cómo perciben la existencia y la muerte.

Además hay aspectos muy notables que parecen indicar una mejoría en la calidad de vida a continuación se mencionan los principales: la percepción propia de valía y autonomía del sujeto, la manera en que el anciano se sienta ante otros, como perciba sus capacidades y habilidades; las relaciones interpersonales, el adulto mayor puede tener buenos accesos a los servicios sociales, e incluso buena percepción general, pero necesita de un sentido de pertenencia y una red de respaldo con personas que le fomenten la atención, pero es importante que las personas que los acompañen sepan que los ancianos tienen una mente propia y por lo tanto deben ser respetados, para que el individuo sea capaz de seguir en creación de habilidades, por lo que los familiares o cuidadores no tendrán como tarea solo atenderles, sino animarle y motivarle ante los nuevos retos del envejecimiento. Es provechoso tener los patrones del envejecimiento exitoso, el cual puede ser una pauta a seguir que guie la calidad de vida de manera directa.

Romero et al (2017) y Serrano (2013) exponen que los aspectos característicos que influyen en el área social del anciano para mejorar la calidad de vida, recuerdan lo marginadas que son estas poblaciones, es fundamental crear en ellos un apoyo social percibido, esto unido a otros aspectos como los cuidados que recibe el anciano, protección digna y respeto por la condición de la persona, es decir que sepa que sigue igual de importante para los demás, incluso si está enfermo. La independencia en el hogar incrementará la autonomía de la persona. Una de las mayores

desventajas de esta etapa es la exposición a enfermedades, así que tener una mejor adaptación a la vida cotidiana, en especial si se sufren algunas enfermedades ayudaría a que el anciano aprenda como mejorar su funcionalidad.

Tener un mantenimiento de las capacidades mentales, relaciones interpersonales, espiritualidad y la creatividad genera una mejora en la valoración propia del sujeto. Según avance la vejez, habrán más adaptaciones que el individuo requerirá, tendrá que: lograr una buena contemplación de los recuerdos juveniles, es decir, que la persona agradezca estos y no los vea únicamente como algo que desearía volver a vivir.

Parte de los factores psicológicos que más lugar tienen en la vinculación de la calidad de vida es el aceptar el envejecimiento, aceptar la partida de los hijos, fallecimiento del cónyuge, y la consciencia de la propia muerte, ya que el miedo a la misma debe ser erradicado mediante la reconciliación con esta etapa, pues es un destino inherente.

El cambio de roles será algo que debe enfrentar la persona, habitualmente estaban acostumbrados a ser productivos en el hogar o a cuidar a los demás, pero debido a la decadencia biológica, psicología y social; lo más probable es que el anciano sea quien necesite los cuidados ahora. Se debe afrontar las limitaciones del cuerpo y mente, pues es algo normal en el ciclo vital, habrá que prestar atención a la modificación de extremos de pensamientos: ya que son muy inflexibles o con paradigmas muy rígidos, lograr un balance de las creencias y no polarizarlas.

Los factores psicológicos que están relacionados con la calidad de vida, son amplios y tienen gran notabilidad en las medidas de la satisfacción general, para evaluar si una persona tiene una buena calidad de vida, es sumamente importante tener en cuenta el aspecto subjetivo, estado psicológico y percepción; al analizar a los autores citados, lo principal es lograr una aceptación de la vejez, y lo que ésta conlleva, puesto que no solo habrán cambios corporales sino también muertes de seres queridos, sobrellevar esto será difícil, pero el adulto mayor puede contemplar la realidad con la ayuda de personas que sean un grupo de apoyo, además tener presente que el trato que se les propicie a los ancianos respaldará en gran medida los sentimientos de dignidad y respeto que se tiene hacia sí mismo.

Es importante que esta etapa se acepte con normalidad, y no como algo necesariamente negativo, sino como una nueva apertura hacia oportunidades de seguir en aprendizajes propios y sobre el manejo de sentido, metas, expectativas y anhelos del futuro, ya que actualmente la longevidad ha aumentado y el futuro si es un hecho.

## **VI. CONCLUSIONES**

En esta investigación se compiló según bibliografía científica utilizada, los resultados de la influencia de la logoterapia con la calidad de vida en los adultos mayores, puesto que se

encontraron aportes que evidencian la importancia de las bases y aplicaciones Logoterapéuticas que favorecen directamente a la mejora de la calidad de vida, ya que dicha corriente aborda recursos subjetivos que promueven la condición de los ancianos ante factores principales ligados a la satisfacción con la vida.

Mediante varios estudios se analizó la aplicación de las técnicas clásicas de la logoterapia, éstas siguen en auge para las psicoterapias actuales, pues motivan al ser humano a buscar significados ante situaciones adversas. Las técnicas clásicas han sido modificadas a lo largo del tiempo, por otros métodos novedosos como la Biblioterapia, la cual implementa libros, historias y metáforas que tienen relación directa con el aprendizaje que se proporciona en el proceso Logoterapéutico. Se establecieron las características de la calidad de vida del adulto mayor donde hay aspectos muy primordiales las cuales resaltan: percepción propia de valía del sujeto, los sentimientos que éste tenga ante otros, la autonomía de sus capacidades y habilidades.

Son importantes las relaciones personales porque sirven como red de apoyo social; la calidad de vida para los ancianos es poder ser funcionales en la cotidianidad, esta es la clave para lograr la satisfacción general de la vida. Así mismo las características de esta variable son vastas y complejas, pero si se logra crear una independencia personal, estado psicológico armónico, fomento de relaciones personales, apoyo social y buena salud física en general se logra la dignidad y bienestar del adulto mayor.

Se categorizaron los aspectos psicosociales asociados a la calidad de vida en el adulto mayor, con base en los autores citados, quienes argumentan que la psicología es una de las dimensiones más importantes para abordar y atender los niveles del constructo ya mencionado, este se debe iniciar desde la aceptación del envejecimiento con normalidad, a consecuencia de esto se encuentra en aspectos como: la compañía y relaciones personales del sujeto, el tipo de cuidados recibidos, la adaptación ante las pérdidas, enfermedades y muertes a los que se enfrentan los ancianos, y por último la mejora de la autoestima con el fomento de la autonomía y dignidad para crear nuevos retos, metas y anhelos en un futuro que no debe percibirse como desalentador.

## VII. REFERENCIAS

Achaerandio, L (2010). *Iniciación a la práctica de la investigación* (7ª ed.). Ciudad de Guatemala: Magna Terra Editores.

Aguilar J, et al (2011) Factores que determinan la calidad de vida de las personas de la ciudad de Badajoz: España. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* vol.

- 4 núm. 1 pp. 161-168 Recuperado de  
<file:///C:/Users/PC/Desktop/349832331017.pdf>
- Aponte, V. (2015). Calidad de vida en la tercera edad de la ciudad de La Paz. *Ayaju órgano de difusión científica del departamento de psicología UCBSA*, vol 13, núm 2, agosto Recuperado de  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S207721612015000200003](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S207721612015000200003).
- Avellar Z, et. al. (2017). La percepción del sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal de la ciudad de Brasilia. *Avances de la psicología Latinoamericana*, vol. 35, núm. 2, abril-agosto, pp. 375-386. Recuperado de  
[revistas.urosario.edu.co/xml/799/79951336012/index.html](http://revistas.urosario.edu.co/xml/799/79951336012/index.html).
- Benegas A. (2019). Víctor Frankl: logoterapia en la vida moderna de la ciudad de Madrid. *El diario exterior*, febrero Recuperado de  
<https://www.eldiarioexterior.com/viktor-frankl-logoterapia-en-la-49994.htm>
- Benitez, I (2016). La Evaluación de la Calidad de vida: Retos Metodológicos presentes y futuros de la provincia de Granada: España. *Papeles del Psicólogo* vol.37 núm. 1, pp. 69-73 Recuperado de <file:///C:/Users/PC/Desktop/77844204009.pdf>
- Besdine, R. (2016). La calidad de vida en ancianos. *Manual MSD versión para profesionales*, núm. 3, agosto. Recuperado de  
<https://www.msmanuals.com/es/professional/geriatr%C3%ADa/envejecimiento-y-calidad-de-vida/calidad-de-vida-en-los-ancianos>
- Bogaño, et al. (2018). *Revisiones sistemáticas, definiciones y nociones básicas para artículos*. Monterrey, México: Tecnológico de Monterrey. Recuperado de  
<https://repositorio.grial.eu/bitstream/grial/756/3/Revision%20sistemica%20de%20literatura%20para%20articulos.pdf>
- Briceño, O. (2013). Un psicólogo en los campos de concentración, Breve semblanza de Viktor Emil Frankl, de la ciudad de San José. *Scielo, Intersedes*, vol. 14, núm. 28, agosto, pp. 253-261 Recuperado de  
[https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?scripranavat=sci\\_arttext&pid=S2215-24582013000200013](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?scripranavat=sci_arttext&pid=S2215-24582013000200013).
- Ceberio, M. (2014). *El cielo puede esperar: la cuarta edad: ser anciano en el siglo XXI*, Argentina Buenos Aires, Argentina: Ediciones Morata, S, L. Recuperado de  
<https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/51841>

- Díaz, C y González A. (2016). *Métodos de investigación en educación* (4ª. ed.). Perú, Lima, Perú: universidad Católica del Perú.
- Donaire G. (2013). *Tratamiento y calidad de vida*, (3ª. ed.) México, D.F, México: Ediciones Mayo Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/116924/?prev=as>.
- Fernández G, et al (2011). Calidad de vida en Envejecimiento sano del adulto mayor de la ciudad de La Paz: Bolivia. *Revista de información científica* vol. 70 núm. 2, abril-junio  
Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757297002> Ferreira, et al (2011). *Revisiones sistemáticas y metanálisis: bases conceptuales e interpretación*. Barcelona, España: Revista Española de Cardiología.
- Fidias G. (2012). *El proyecto de investigación* (6ª ed.). Caracas, Venezuela: EDITORIAL EPISTEME, C.A. Recuperado de <https://evidencia.com/wp-content/uploads/2014/12/EL-PROYECTO-DE-INVESTIGACION-C3%93N-6ta-Ed.-FIDIAS-G.-ARIAS.pdf>
- Fischer, L. (2016). *La didáctica de amor en pareja: una visión desde la logoterapia*. España Barcelona: Editorial Club Universitario. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/114178>.
- Frankl V. (2015). *El hombre en busca del sentido*. (3ª. ed.). Barcelona, España: Herder editorial (libro en pdf)
- Frankl V. (2018). *Logoterapia y análisis existencial: textos de seis décadas* (2ª. ed.) España, Barcelona: Herder Editorial, Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/116924/?prev=as>
- Frankl, V. (2011). *Teoría y terapia de las neurosis*. España, Madrid, España: Herder editorial Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/45651/>
- Frankl, V. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. (4ª ed.). España, Barcelona: Herder editorial. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/45704>
- García, L. (2016). *Calidad de vida: estudio comparativo en adultos mayores institucionalizados en un asilo y que residen con su familia* (tesis de licenciatura). Universidad Mariano Gálvez, Campus Central, Guatemala. Recuperado de <https://glifos.umg.edu.gt/digital/93223.pdf>.
- Gómez J, (2019). Interdisciplinariedad en gerontología La calidad de vida como criterio integrador de la interdisciplina de la ciudad de Madrid: España. *Revista Internacional de bioética, deontología y ética médica* vol. 30 núm. 4, octubre-diciembre pp1371-1383

- Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7323716>
- Gonzales, A y Lima, L. (2017) Autoeficacia, percepción de salud y soledad sobre la calidad de vida en adultos mayores del Estado de México: México. *Revista de las sedes Regionales*, vol. 5, núm. 15, septiembre-noviembre, Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4576/457653227004/html/index.html>
- González, R (2010). *Calidad de vida, bienestar y salud* (1era. ed.). España: Psicoeduca S.L.
- Hadil H, et al (2019). Relación entre bienestar espiritual, calidad de vida y sentido del sufrimiento en una población de ancianos religiosos residentes en centros españoles de la ciudad de Barcelona: España. *Gerokomos* vol 30 núm. 3, septiembre-noviembre
- Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2019000300124](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2019000300124)
- Hernández, R; et al. (2014). *Metodología de la Investigación*. (2ª. ed.) México D.F. México: McGraw-Hill. Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-lainvestigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Jiménez C. (2010). *La calidad de vida psicológica*, (2ª. ed.). España, Barcelona, España: Universidad de Boyacá.
- Kohan A. (2013). Logoterapia su utilidad en los ancianos de la ciudad de Buenos Aires. *Dra. Kohan*, junio. Recuperado de <https://dra-adela-b-kohan.webnode.com.ar/news/logoterapia-su-utilidad-en-los-ancianos/>
- León C. (2013). *Psicología de la salud y calidad de vida*. (3ª. ed.). Bolivia, La paz, Bolivia: UOCN
- Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/56322>
- Legrá N, et al, (2014). Envejecimiento y sentido de vida. Desafíos para su estimulación. *Revista de información científica de la ciudad de Guantánamo: Cuba. Revista de información científica* vol. 83 núm. 1, enero-febrero pp 162-170 Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757262018>
- López, E. (2010). *Salud, familias y vínculos en el mundo de los adultos mayores*. (2ª ed.). México, DF México: Eudeba Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/66230/>
- Lujan, I. (2014). *Calidad de vida del adulto mayor dentro del asilo de los hermanos de Belén*, (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landivar, Campus Central, Guatemala.
- Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Padilla-Ivanna.pdf>.

- Martínez, E (2014) *Manual de Psicoterapia con enfoque Logoterapéutico*. Bogotá, Colombia: El manual moderno (Colombia) Ltda. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/71157>
- Meireles E, et al (2016). Old Age, Finitude and Meaning: ReflectionsontheCare of OlderAdultsBasedonLogotherapy de la ciudad de New York: Estados Unidos de Norteamérica. *Pastoral Psychology* vol. 66, mayo Recuperado de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=16&sid=dfbe763a-a2ad-417d-b442-3cb6f5986f56%40sdc-v-sessmgr02>
- Melguizo, E (2012). Factores asociados a la calidad de vida de adultos mayores. Cartagena (Colombia). *Revista Salud Uninorte* vol. 28 núm. 2, mayo, pp251-263  
Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/view/1250/3036>
- Morgan J (2012). GeriatricLogotherapy: ExploringthePsychotherapeutics of Memory in TreatingtheElderly de Estados Unidos de Norteamérica. *PsychologicalThought* vol. 5, núm. 2. Octubre Recuperado de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=13&sid=dfbe763a-a2ad-417d-b442-3cb6f5986f56%40sdc-v-sessmgr02>
- Navarro E, y Sanjuán M (2017). Funcionamiento cognitivo y calidad de vida en ancianos con y sin envejecimiento exitoso. *EuropeanJournal of HealthResearch*, vol. 3, núm. 1 pp. 75-85 Recuperado de <file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-FuncionamientoCognitivoYCalidadDeVidaEnAncianosCon-6152056.pdf>
- Noblejas A, (2018). Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención de la ciudad de Madrid: España. *Revista de Psicoterapia* vol. 29, núm. 109, marzo pp 69-87  
Recuperado de <http://ojs.revistadepsicoterapia.com/index.php/rdp/article/view/231/115>
- Noro J (2016) *Filosofía, Logoterapia y Análisis existencial*. Buenos Aires, Argentina: Dirección Nacional del Autor (libro en pdf)
- Nussbaum, M y Sen A. (2016). *La calidad de vida*. (14 ed.) México D, F México: Fondo de Cultura Económica. (libro en pdf).
- Organización Mundial de la salud (2020). *Un artículo sobre la calidad de vida*. Recuperado de [https://www.ecured.cu/Calidad\\_de\\_vida](https://www.ecured.cu/Calidad_de_vida)
- Papalia D y FeldmanR. (2018). *Desarrollo Humano*. (12 ed.) Estado de México, D.F: Mcgraw-Hill Interamericana editores, S.A. de C.V.

Pérez, G y Olivia A, (2013). *Calidad de vida en personas adultas y mayores*. Madrid, España: Universidad autónoma a distancia, ciencias sociales y jurídicas. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/48623>

Ramírez A y Ruiz A (2017). Salud y calidad de vida: Su relación en los grupos etarios del Estado de Mexico: Mexico. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, vol. 9 núm. 2, junio pp 1-16 Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/3331/333152922001.pdf>

Razo, A (2018). Construcción de las Representaciones Sociales de la Calidad de vida en diferentes etapas de la edad adulta del Estado de México: México. *Espacio abierto*, vol. 27, núm. 1, octubre-diciembre Recuperado de

[file:///C:/Users/PC/Downloads/DialnetConstruccionDeLasRepresentacionesSocialesDeLa Calidad-6473195.pdf](file:///C:/Users/PC/Downloads/DialnetConstruccionDeLasRepresentacionesSocialesDeLa%20Calidad%20de%20Vida%20en%20diferentes%20etapas%20de%20la%20edad%20adulta%20del%20Estado%20de%20M%C3%A9xico%20-%20Razo%20A.pdf)

Román A (2020). Revisión Sistemática de artículos sobre Biblioterapia y el sentido de la vida, de la ciudad de Buenos Aires: Argentina. *Calidad de vida y Salud* vol. 13 pp 114-129 Recuperado de

<http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/266/211>

Romero, Z. (2017). Envejecimiento y factores asociados a la calidad de vida de los adultos mayores en el Estado de México. *Papeles de Población* vol. 23 núm. 93, julio-septiembre Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252017000300059&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252017000300059&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

Sampieri (2011). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). México D.F, México: Mcgraw Hill.

Recuperado de

[https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)

Sánchez, J (2018). Intervenciones Logoterapeúticas en personas con cuidados paliativos y en su cuidador primario publicado de la ciudad de Buenos Aires: Argentina. *Biblioteca digital de la Universidad Católica Argentina*, noviembre Recuperado de

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/492/11/intervencioneslogoterapeuticas-personas-cuidados.pdf>

- Sánchez, L, González, U y González, A. (2014). Calidad de vida psíquica y estado de salud física en el adulto mayor de la ciudad de La Habana. *Revista Habanera de Ciencias Médicas* vol. 13 núm. 2 marzo-abril Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2014000200017&lng=en&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2014000200017&lng=en&tlng=en)
- Varela, L (2016). Salud y calidad de vida en el adulto mayor de la ciudad de Lima: Perú. *Revista de medicina experimental y Salud Pública* vol. 33, núm. 2, abril-junio Recuperado de <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2016.v33n2/199-201/es/>
- Velásquez, B. (2010). *Efectividad del taller de logoterapia para aumentar el sentido de vida en un grupo de adultos mayores institucionalizado*. (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango. Recuperado de file:///C:/Users/PC/Downloads/Velasquez-Bayron.pdf
- Villafa, L (2012). Dimensión existencial, personal y actividad física en adultos mayores de la ciudad de Valencia: España. *Congreso Virtual de Psiquiatría Interpsiquis*, febrero Recuperado de <https://docplayer.es/20591711-Dimension-existencial-personal-yactividad-fisica-en-adultosmayores-del-valle-de-toluca-mexico.html>.
- Visiers, C (2013). El individuo que florece y la comunidad que desaparece sobre el pensamiento positivo y los retos de la Logoterapia en la actualidad de la ciudad de Barcelona: España, *Asociación Española de Logoterapia*, núm. 17, pp 37-52 Recuperado de [http://www.logoterapia.net/uploads/17\\_visiers\\_2013\\_pensamientopositivo.pdf](http://www.logoterapia.net/uploads/17_visiers_2013_pensamientopositivo.pdf)
- Wallace M, y Murphy K. (2015). *Nursing Case Studies on Improving Health-Related Quality of Life in Older Adults* (1era. ed.). Estados Unidos: Springer Publishing Company; Recuperado de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=6&sid=67eaa838-706e-CxjdXN0dW400281550eb7a45eb024%40sessionmgr4006&bdata=JkF1dGhUeXBIPWNvb2tpZSxpc lkJmN1c3RpZD1zNDI0NTQ4NiZsYW5nPWVzJnNpdGU9ZWhvc3QtbGl2ZSZzY29wZT1zaXRI#AN=981900&db=nlebk>.