

Un abordaje biocéntrico para el cuidado de los adultos mayores:

Experiencia de integración docencia-extensión e investigación en la formación de profesionales de enfermería

AGUILAR, Viviana

Universidad de la
Pcia. de Buenos Aires
Facultad de la Salud
vaguiar@salud.unicen.edu.ar

Resumen

El presente artículo plantea una propuesta educativa desarrollada como estrategia para fortalecer la formación de los futuros enfermeros de la Carrera de Licenciatura en Enfermería de la Escuela Superior de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires. Este abordaje propone una nueva mirada en el proceso de aprendizaje del cuidado enfermero que va más allá del modelo biomédico reduccionista y unidireccional. Plantea una perspectiva más global y holística que permita comprender el fenómeno humano en todas sus dimensiones, impregnado de un enfoque propio, de una visión del mundo y de los fenómenos de su interés disciplinar.

La educación biocéntrica nos acerca a este espacio vivencial buscando fortalecer las relaciones del grupo y nos permite ejercitar la auto reflexión en las relaciones que se establecen con los estudiantes, docentes, tutores y sujetos de atención en las diferentes circunstancias que los sujetos sociales atraviesan. Esta visión tiene como paradigma básico el Principio Biocéntrico el cual plantea que toda actividad humana está en función de la vida; sigue un modelo interactivo de red, de encuentro y de conectividad; sitúa el respeto a la vida, no sólo del ser humano sino de todos los seres vivos, como centro y punto de partida de todas las disciplinas y comportamientos humanos.

El trabajo con adultos mayores desde un enfoque biocéntrico permite un abordaje integral teniendo en cuenta al sujeto de cuidado como un ser integral, único, relacional inserto en un medio social en donde establece múltiples relaciones con los otros. Abordar el conocimiento del proceso de envejecimiento desde una mirada biocéntrica nos permite no solo acercarnos a lo biológico para brindar cuidados sino establecer un vínculo empático que permitirá un cuidado amoroso, ético, empático en donde el sujeto de cuidado es nuestro centro.

*“Tras el logro de la conquista de la longevidad,
el reto está ahora en nutrir de salud esos años ganados”*

Rosa Gómez Redondo

Proceso de envejecimiento: Una mirada de la situación actual

Castañeda (2007) define el envejecimiento como el conjunto de cambios morfológicos, funcionales y psicológicos, que el paso del tiempo ocasiona de forma irreversible en los organismos vivos. Es un proceso universal (afecta ineludiblemente a todos los seres vivos) y presenta una variabilidad individual (no todos envejecemos al mismo tiempo ni de la misma forma).

Entre 2015 y 2050, el porcentaje de los habitantes del planeta mayores de 60 años casi se duplicará, pasando del 12% al 22%. Para 2020, el número de personas de 60 años o más será superior al de niños menores de cinco años, estimándose que en el año 2050, el 80% de las personas mayores vivirá en países de ingresos bajos y medianos.

La pauta de envejecimiento de la población es mucho más rápida que en el pasado. Todos los países se enfrentan a retos importantes para garantizar que sus sistemas sanitarios y sociales estén preparados para afrontar ese cambio demográfico. El proceso de rápido envejecimiento de la población plantea nuevos desafíos para el sistema de salud.

La provisión de servicios de promoción, prevención, atención y rehabilitación, y las demandas de tales servicios, se estima se intensificarán con el continuo aumento del número y proporción de adultos mayores en la población. Debido a este cambio demográfico se hace necesario comprender el proceso de envejecimiento y preparar a los futuros profesionales con herramientas que les permitan abordar a la población adulta mayor de manera creativa, ética, amorosa respetando la vida.

-Desde un punto de vista biológico, el envejecimiento es la consecuencia de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, un aumento del riesgo de enfermedad, y finalmente a la muerte.

-Los cambios no son lineales ni uniformes, y su vinculación con la edad de una persona en años es más bien relativa.

-En relación a los cambios psicosociales nos encontramos con la edad en donde se llega a la jubilación, el traslado a viviendas más apropiadas, y la muerte de amigos y pareja.

Otra razón clave para actuar en materia de envejecimiento y salud es fomentar el desarrollo sostenible. Se deberá tener en cuenta esta transición demográfica y las iniciativas tendrán que aprovechar la contribución que las personas mayores hacen al desarrollo y, al mismo tiempo, garantizar que no se las excluya. Para lograr con este objetivo se hace indispensable cambiar las percepciones acerca de la salud y el envejecimiento. Uno de los retos para formular una respuesta integral al envejecimiento de la población es que muchas percepciones y supuestos comunes sobre las personas mayores se basan en estereotipos anticuados. Es necesario romper con los estereotipos y diseñar estrategias innovadoras para dar una respuesta global.

¿Por qué actuar en materia de envejecimiento y salud?

Los derechos de las personas mayores

Un enfoque de la salud basado en los derechos humanos establece que el derecho a la salud “abarca una amplia gama de factores socioeconómicos que promueven las condicio-

nes para que las personas puedan llevar una vida sana, y hace ese derecho extensivo a los factores determinantes básicos de la salud, como la alimentación y la nutrición, la vivienda, el acceso a agua limpia potable y a condiciones sanitarias adecuadas, condiciones de trabajo seguras y sanas y un medio ambiente sano”

Según la OMS en su informe sobre envejecimiento saludable define dos conceptos importantes, el primero es la capacidad intrínseca, que se refiere a la combinación de todas las capacidades físicas y mentales que un individuo puede utilizar en un determinado momento. Sin embargo, la capacidad intrínseca es solo uno de los factores que determinarán lo que una persona mayor puede hacer y el segundo es el entorno en el que habita y su interacción con él. El entorno ofrece una serie de recursos planteando una serie de obstáculos que determinarán si una persona con un determinado nivel de capacidad puede hacer las cosas que siente que son importantes para su vida.

Referentes Empíricos

Otra de las dificultades encontradas es la de medir el concepto de envejecimiento a través de referentes empíricos, esto ha llevado a la creación de escalas que, basados en aspectos muy puntuales, que miden la funcionalidad física, social y psicológica. Los instrumentos generados han logrado permitir una visión amplia y profunda del concepto desde sus diversas perspectivas, logrando aproximaciones teóricas. Un ejemplo de estos son los instrumentos utilizados para la valoración funcional del adulto mayor, los cuales están dirigidos a

recoger información sobre su capacidad para realizar su actividad habitual y mantener su independencia en el medio en que se encuentra. Podemos nombrar el Índice de actividades de la vida diaria (Katz), el Índice de Barthel, Índice de Lawton y Brody entre otros.

Experiencia de Trabajo con Adultos Mayores: Proyecto Danzar la Vida

La biodanza nos conecta con la alegría de vivir, con el disfrute, integrando-nos y facilitando los procesos de renovación orgánica, re-aprendiendo las funciones originales de la vida a través de vivencias inducidas por la música y la danza en grupo.

Dentro de las diferentes definiciones de la palabra “danza” nos encontramos con aquella que la define como “movimiento integrado pleno de sentido”, es a partir de esta acepción que podemos decir que Biodanza es la “danza de la vida”. Rolando Toro, creador del sistema biodanza busco más que esto, soñó, plasmó y creó un sistema revolucionario que permite activar los potenciales afectivos y de comunicación que nos conecte con nosotros mismos, con el otro y con la naturaleza. Esta pequeña introducción me permite dar a conocer nuestro Proyecto de Voluntariado Universitario “Danzar la Vida” que es llevado cabo por un equipo de voluntarios de la Escuela de Ciencias de la salud – UNCPBA de las Carreras de Licenciatura en enfermería y Medicina y la Escuela Biocéntrica de Biodanza de Olavarría.

La semántica de la palabra con que se designa a esta etapa de vida que podríamos denominar como “la vejez” está cargada de múltiples acepciones valorativas negativas y de prejuicios, estos no dejan ver que en reali-

dad los años son depositarios de vida y la vida es una celebración en el instante mismo que tomamos consciencia con la posibilidad de nuestra respiración. Re-significar la vida en el hogar, a través del encuentro, la danza y la música se constituye en un acto de celebración en cada uno de los encuentros.

En una sociedad atravesada por el consumo y la inmediatez, en donde las comunicaciones digitales dejaron de lado la voz de muchos y dieron paso a la que es una facilitadora forma de comunicarnos pero que, en muchas ocasiones, se encuentra despojada de sensibilidad, cuidado, miradas, tacto y amorosidad es que la propuesta apunta a volver a conectarnos con lo primordial, con nuestra esencia y desde una mirada biocéntrica desarrollar la práctica de la biodanza con una propuesta desde la acción social, integrando en la diversidad que conforma la ronda las posibilidades de cada uno de los humanos que la integran.

Traigo las palabras de Rolando Toro cuando nos recuerda que “Existe en las personas, una sabiduría innata que orienta hacia las fuentes nutricias, la percepción que orienta a buscar aquello que genera más vida. Sin embargo, ocurre, que muchas personas han perdido, por un lento proceso de degradación instintiva, la capacidad de conexión con la vida “

Esta propuesta apunta a recuperar esa capacidad de conexión con la vida, busca un doble objetivo, por un lado crear un puente de sensibilización entre los jóvenes que se encuentran en la etapa formativa de su carrera de enfermería y medicina con los adultos mayores para lograr acciones que tiendan a humanizar cada vez más las prácticas de salud, se busca a través del encuentro de ambos grupos sensibilizar los colectivos y buscar “el despertar de la arcaica capacidad de conexión con la vida, la

conexión consigo mismo, con el semejante y con las fuerzas vivas del universo”.

Por otro lado, el llevar la práctica de la biodanza a los hogares de ancianos nos permite la posibilidad de conectar-nos con la vida y desarrollar “esa juventud de espíritu que da como resultado la sabiduría y genuina juventud del anciano” (Ashely Montagu)

La enfermería, como disciplina tiene como objetivo principal el cuidado, desde la Facultad de Ciencias de la Salud nos basamos en el Modelo de Cuidado de Jean Watson quien refiere que el objetivo de la enfermería consiste en facilitar a las personas la posibilidad de lograr un mayor grado de armonía entre mente, cuerpo y alma, que engendre procesos de autoconocimiento, respeto a uno mismo, autocuración y autocuidados, este objetivo se alcanza a través del proceso vincular amoroso y empático. Si nuestras acciones tienen estas características y existe la conexión sentida, la mirada y la presencia se genera la posibilidad de re conectar-nos con la vida, re-educar la afectividad, estimular la creatividad y crear vínculos amorosos con los otros.

Un encuentro en el Hogar: La danza de la vida

Partiendo de la premisa que la formación no es un acumulo de conocimientos y que el proceso implica la construcción de ciudadanía es que la acción social se posiciona en la formación como uno de los pilares fundamentales de la institución.

El proyecto comenzó con un trabajo de campo a cargo de los estudiantes de enfermería acompañados por el equipo docente quienes realizaron dentro de un espacio académico

sus primeras experiencias con adultos mayores. Los voluntarios, que a partir de ahora se convierten en “los corazones”, tienen un encuentro con los ancianos para realizar un diagnóstico de la situación de salud integral para conocer cuáles son las posibilidades y necesidades, al momento de iniciado el camino que los llevara a su primera experiencia con la biodanza. Luego de un trabajo de sistematización de la información relacionada con una esfera física / psicológica y espiritual, se toma contacto con las posibilidades de deambulación y conexión con los cinco sentidos, sus inquietudes, gustos y sueños de los abuelos que habitan en el hogar. En este proceso de “cuidar” las emociones están siempre presentes y la armonía entre la mente-cuerpo y el alma en su totalidad encuentra la posibilidad de restarse en un proceso intersubjetivo de compromiso y entrega.

Según la OMS en su Informe sobre Envejecimiento Saludable del 2005 refiere “Para crear entornos realmente amigables con las personas mayores, se requieren acciones en distintos sectores (salud, cuidados a largo plazo, transporte, vivienda, trabajo, protección social, información y comunicación), por muchos actores (gobierno, prestadores de servicios, sociedad civil, personas mayores y sus organizaciones, familiares y amigos). También se requieren medidas en varios niveles de gobierno. En la búsqueda del objetivo común de optimizar la capacidad funcional, cada una de estas partes interesadas puede trabajar en su ámbito respectivo de manera focalizada y complementando a la vez lo que hacen las demás.”

Una forma de trabajar con adultos mayores y luchar contra la discriminación por motivos de edad, es fomentar e inculcar en todas las

generaciones una nueva manera de entender el envejecimiento. Se hace indispensable aceptar la amplia diversidad de la experiencia de la edad avanzada, aprender a reconocer las inequidades que subyacen a ella y trabajar en estrategias innovadoras que permitan un abordaje integral, amoroso, ético del cuidado de toda la población.

Conclusiones

El envejecimiento es un proceso inherente a la vida humana, el cual constituye una experiencia única, heterogénea y su significado varía según las culturas. Podemos definirlo como un fenómeno multidimensional que involucra todas las dimensiones de la vida humana. El cuidado de enfermería en el envejecimiento debe tender al abordaje de todas las perspectivas del ser humano, en donde se prepare a los estudiantes para el diseño de estrategias de intervención en el cuidado no solo innovadoras sino lo creativas, atractivas, integradoras que permitan que el adulto mayor.

Referencias Bibliográficas

- Alonso, S. (2014). ¿Qué es la biodanza? ¿Cómo nace? El principio biocéntrico, como motor impulsor de la biodanza. *Espacio Esencial*, 9, 9, 1-4. <http://www.holista.es/spip/article207.html>
- Buber, Martin, (2006) *Yo y Tú y otros Ensayos*, Lilmod, Buenos Aires.
- Cavalcante R, Wagner Cezar, Diógenes Fátima, Arraes Cristiane, Regina Cássia. (2004). *Educación Biocéntrica: Un movimiento de construcción dialógica*. Fortaleza: Ediciones CDH.
- Fajardo ENM. Castiblanco A.(2012) Valoración integral del adulto mayor a partir de escalas de medición. *Edu-Fisica*; 4: 1-15.
- Fernández, Vicenta, Guerra, Carmen Amarilis, Rondón, Rosa, Varón, Milagros, Gainza, Carmen, Ortega, Neris, &
- Rodríguez, Lilia. (2014). Significado de envejecer para profesionales de enfermería en los escenarios de su práctica. *Salus*, 18(3), 15-20. Recuperado en 11 de agosto de 2019, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382014000300004&lng=es&tlng=es.
- Monteagudo M, Cuenca Amigo J, San Salvador del Valle R.(2014) Aportaciones del ocio al envejecimiento satisfactorio. España: Publicaciones de la Universidad de Deusto; p. 40.
- MORIN, Edgar. (1999). Los siete saberes necesarios para la Educación del futuro.
- Elaborado para la UNESCO por Edgar Morin como contribución a la reflexión internacional sobre cómo educar para un futuro sostenible. Traducción de Mercedes Vallejo Gómez.
- MORIN, Edgar. (2015) "Enseñar a vivir" Manifiesto para cambiar la educación. Editorial Nueva Vision. Buenos Aires)
- Krzemien D, Monchietti A, Urquijo S. Afrontamiento activo y adaptación al envejecimiento en mujeres de la ciudad de Mar del Plata: una revisión de la estrategia de auto distracción. *Interdisciplinaria* 2005; 22: 183-210
- Organización Mundial de la Salud. Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud. [Internet]. 2015 [Acceso 30 de noviembre de 2015] Disponible en http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf?ua
- Prado ML, Morillas BA, Morán PL. Metodología de la revisión de la literatura en investigación de enfermería. En: Prado ML, Souza ML, Monticelli M, Cometto MC, G PF
- (editoras). *Investigación Cualitativa en Enfermería. Metodología y Didáctica*. Washington, D.C.: OPS/OMS, 2013.
- Tapia P, Catalina, Varela V, Héctor, Barra A, Luis, Ubilla V, M. Dolores, Iturra M, Verónica, Collao A, Carmen, & Silva Z, Rosa. (2010). Valoración multidimensional del envejecimiento en la ciudad de Antofagasta. *Revista médica de Chile*, 138(4), 444-451. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872010000400008>
- Toro, R. (2012). *Inteligencia afectiva: la unidad de la mente con el universo*. Editado por Cecilia Toro/Póstumo. Santiago de Chile: Editorial Cuarto Propio.009). Arquetipos e inconsciente colectivo. Barcelona: Editorial Paidós Ibérica.
- Toro, Verónica y Terrén, Raúl,(2008) *Biodanza, Poética del Encuentro*, Grupo Editorial Lumen, Argentina.
- Vernet Aguiló, Fina. (2007). Conceptos básicos de enfermería en la atención gerontológica según el Modelo V. Henderson. *Gerokomos*, 18(2), 24-30. Recuperado en 11 de agosto de 2019, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2007000200004&lng=es&tlng=es.