

Artículo Original

Afrontamiento Religioso y Sentido de la Vida en Adultos Mayores Jubilados

Religious Coping and Meaning of Life in Retired Seniors

José E. Hernández-Carrasquillo ^{1*}, & Shirley E. González-Tardí ²

1 Universidad Ana G. Méndez, Recinto de Gurabo, Puerto Rico.  <https://orcid.org/0000-0003-3048-7406>

2 Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico, Ponce, Puerto Rico.  <https://orcid.org/0000-0002-4299-3632>

* Correspondencia: johernandezc@uagm.edu; P.O Box. 3030 Gurabo, P.R. 00778-3030.

Recibido: 13 mayo 2020 | Aceptado: 16 junio 2020 | Publicado: 31 diciembre 2020

WWW.REVISTACARIBENADEPSICOLOGIA.COM

Citar como:

Hernández-Carrasquillo, J. E., & González-Tardí, S. E. (2020). Afrontamiento religioso y sentido de la vida en adultos mayores jubilados. *Revista Caribeña de Psicología*, 4(3), 244-258. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i3.3943>

RESUMEN

El objetivo de esta investigación de enfoque metodológico mixto, fue analizar cómo el afrontamiento religioso utilizado por el adulto mayor incidió en la motivación para asumir los retos de la jubilación. En primer lugar, para identificar el afrontamiento religioso se administró el Inventario de Estrategias de Afrontamiento Religioso (IEAR). En segundo lugar, para describir el estilo de afrontamiento religioso y la motivación de acuerdo a la logoterapia, se realizó un estudio de caso a través de una entrevista semiestructurada. En la investigación participaron 30 adultos mayores, entre los 62 a los 75 años de edad, para los análisis cuantitativos y 10 de ellos para los análisis cualitativos. Los resultados de la investigación reportaron que la estrategia de afrontamiento religioso: Continuar confiando en Dios; el estilo de afrontamiento religioso: Colaborativo; y la motivación logoterapéutica: Significado de la vida, fueron los de mayor incidencia al asumir los retos de la jubilación.

Palabras Claves: adulto mayor; afrontamiento religioso; jubilación; logoterapia

ABSTRACT

The objective of this mixed methodological approach's research was to analyze how the religious coping used by the elderly affect their motivation to take on the challenges of retirement. To first identify religious coping, the Inventory of Religious Coping Strategies (IEAR) was administered. Secondly, to describe the style of religious coping and logotherapy's motivation, a case study was conducted through a semi-structured interview. For the research, 30 elderly adults between the ages of 62 to 75 years old participated in the quantitative analysis, and 10 of them participated in the qualitative analysis. The research results reported that the religious coping strategy: Continue trusting God; the style of religious coping: Collaborative; and logotherapeutic motivation: Meaning of life, were the highest incidences to take on the challenges of retirement.

Keywords: older adults; religious coping; retirement; logotherapy

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia de la humanidad, es constatable que las creencias y las prácticas religiosas le han servido al ser humano para dar significado a los acontecimientos de su vida (Pargament, 1997). Por lo que la religión a lo largo del tiempo, ha sido considerada como un recurso de apoyo, fundamentalmente, para el adulto mayor, tanto para su bienestar personal como para su salud (Reyes-Ortiz, Ayele & Mulligan, 1996). Es decir, el apoyo social, la coherencia por el sentido otorgado a la vida y la disminución subjetiva del sufrimiento, son algunos de los beneficios que el adulto de la tercera edad obtiene por medio de sus prácticas religiosas (Fernández-Ríos & García-Fernández, 2000). Por lo tanto, las prácticas o las creencias religiosas podrían formar parte del bienestar integral del adulto de la tercera edad, y es relevante en este creciente grupo poblacional (San Martín, 2007).

Una de las experiencias de gran impacto emocional para el adulto mayor, son los retos propios de la jubilación (Achtley, 1976). La jubilación constituye un hito importante en el ciclo de la vida y en el desarrollo humano, por el impacto que tiene en el aspecto emocional, el cognitivo y el social de la persona (Lefrancois, 1999). En ese sentido, el adulto mayor atravesará por situaciones estresantes, tanto por los ajustes de la jubilación como por los cambios del envejecimiento (Levinson, 1986). Es decir, la persona tendrá que afrontar situaciones estresantes en el ámbito emocional, social y económico, por lo que necesitará de estrategias apropiadas para manejar los cambios y retos de la vida cotidiana.

Afrontamiento Religioso

El término *coping* proviene del verbo de habla inglesa *to cope*, traducido como “hacer frente a” y equivalente al término castellano *afrontamiento*. Mientras que, el verbo *afrontar* es definido como hacer cara a un peligro o situación comprometida (Real Academia Española, 2015). El afrontamiento o *coping* es definido como los esfuerzos cognitivos y conductuales realizados para dominar, tolerar o reducir las demandas externas e internas que son evaluadas como excedentes de los recursos de la persona (Folkman & Lazarus, 1984).

En 1997, Pargament conceptualizó el constructo de afrontamiento religioso o espiritual basándose en la Teoría

del Afrontamiento de Lazarus y Folkman (1984). En ese momento, Pargament definió el afrontamiento religioso como las diferentes formas relacionadas con lo sagrado, de entender y manejar los eventos o situaciones negativas de la vida (Pargament & Raiya, 2007). Dicho constructo fue trabajado hasta desarrollar un Modelo de afrontamiento religioso, con la finalidad de tratar los eventos estresantes de la vida y facilitar el manejo de los mismos.

En el Modelo de afrontamiento religioso de Pargament, a diferencia de otras estrategias de afrontamiento, la persona emplea las creencias o prácticas religiosas para el manejo de los eventos que percibe como amenazantes. Para Pargament, las estrategias de afrontamiento, a su vez, pueden manifestarse desde diversos estilos de afrontamiento religioso, por lo que en su modelo describe en tres: *estilo autodirigido*, *estilo evitativo* o *estilo colaborativo*. La Figura 1 presenta los estilos de afrontamiento religioso de Pargament.

La Figura 1 contiene los tres estilos de afrontamiento religioso que las personas de distintos credos podrían utilizar en algún momento de sus vidas, estos son: el autónomo, el evitativo y el colaborador. Estas estrategias divergen en función del sentido de control que la persona se atribuye a sí misma o a la divinidad para afrontar diversas situaciones de la vida, por lo que se pueden observar las siguientes posibilidades descritas en el diagrama (Pargament, 1997).

Teoría Existencial del Sentido de la Vida

La Teoría Existencialista del Sentido de la Vida o Logoterapia de Víktor Frankl pertenece al enfoque humanista de las teorías de la personalidad (Lefrancois, 1999). Esa teoría propone una visión existencialista, una concepción de la persona y unos principios logoterapéuticos que ayudan al ser humano a enfrentar situaciones adversas. En otras palabras, la propuesta de visión existencialista busca cimentar el conocimiento de la realidad humana a través de la experiencia inmediata de la propia experiencia (Real Academia Española, 2019). Por ese motivo, la meta principal de la teoría de Frankl es el encontrarle significado a las experiencias difíciles de la vida. La Figura 2 muestra los principales conceptos de la Teoría Existencialista del Sentido de la Vida de Víktor E. Frankl.

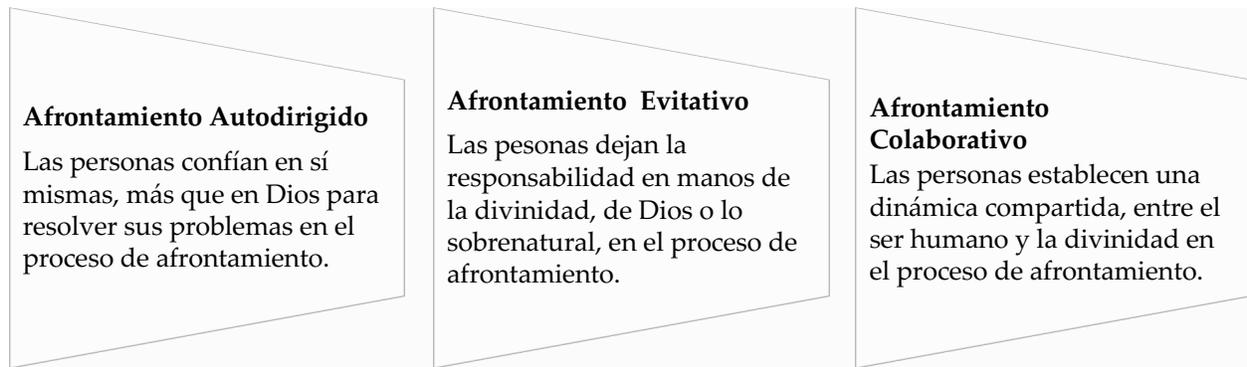


Figura 1. Modelo de estilos de afrontamiento religioso de Kenneth I. Pargament (1997).

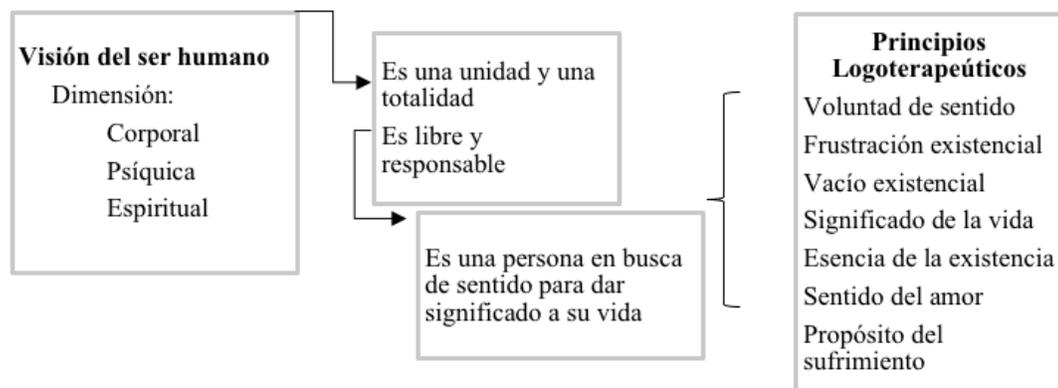


Figura 2. Conceptos principales de la Teoría Existencial del Sentido de la Vida de Viktor E. Frankl (1946).

La Figura 2 en primer lugar, demuestra que desde la perspectiva de la teoría, el ser humano debe visualizarse en tres dimensiones, extensiones o espacios: corporal (física), psíquica (mental) y espiritual. En segundo lugar, el ser humano es una persona libre y responsable de sus actuaciones, con el propósito de encontrarle sentido a su existencia. En tercer lugar, se ilustran los principios logoterapéuticos que un ser humano puede desarrollar. Es importante destacar, que el término logoterapia fue ideado por Frankl (2001) a partir de la palabra griega *logos*, que equivale a *sentido*, *significado* o *propósito*. Por lo que definió la logoterapia, como esa primera fuerza motivante del hombre, que le impulsa a luchar por encontrarle un sentido a su propia vida y darle algún significado. Algunos de los principios básicos de la logoterapia que trascendieron en la discusión de este artículo son:

- 1) *Significado de la vida:* Es el significado concreto de la vida de cada persona en un momento dado. Es decir, la evaluación o el juicio que emite la persona desde sus circunstancias presentes y concretas. El

significado concreto de la vida de cada persona está relacionado al propósito y a la responsabilidad o nivel de conciencia con la cual comprende y asume su vida cotidiana.

- 2) *Sentido de amor:* El amor se manifiesta más allá de los impulsos instintivos. Se expresa en el contexto de la mutua relación. Es un fenómeno primario como el sexo, pero no primitivo como sólo el impulso de la libido. La relación de amor entre personas ha de ser una expresión de afecto libre y humanizante.
- 3) *Propósito del sufrimiento:* Es el enfrentamiento con situaciones inevitables de la vida. En tal sentido, la actitud vital con la cual la persona humana asume y resignifica el sufrimiento, las preocupaciones o el dolor.

Jubilación de Adultos Mayores

La jubilación es un hito de la vejez, ya que la jubilación aparece como un aspecto crucial, en el transcurso de la vida de muchas personas. El bienestar individual, la

satisfacción con la nueva etapa y la toma de decisiones, constituyen ser los tres aspectos más estudiados en torno a la jubilación (Sahagún & Hermosillo, 2014). En ese sentido, Atchley (1976) propuso las Fases de la Jubilación, para explicar que el adulto mayor jubilado experimentará

retos vitales desde una serie de etapas. Estas etapas son: Pre-retiro, Luna de miel, Desencanto, Reorientación, Estabilidad y Terminación. La Figura 3 muestra las fases de la jubilación concebidas por Atchley.

Primera Fase: Pre-retiro	<ul style="list-style-type: none"> • Ocurre la preparación a la jubilación y planificación del retiro • Se desata el temor ante los ajustes económicos
Segunda Fase: Luna de miel	<ul style="list-style-type: none"> • Aumenta la ilusión, entusiasmo, descanso, retomar proyectos • Aparece la idea satisfactoria de tener mucho tiempo disponible
Tercera Fase: Desencanto	<ul style="list-style-type: none"> • Acontece la pérdida de satisfacción por la rutina sin el trabajo • El tiempo de ocio se vuelve un "enemigo"
Cuarta Fase: Reorientación	<ul style="list-style-type: none"> • Se descubre un nuevo modo de entender el tiempo • Se definen mejor los nuevos roles
Quinta Fase: Estabilidad	<ul style="list-style-type: none"> • Surgen nuevos objetivos, según sus nuevos intereses • Se cobra mayor confianza ante los ajustes ya logrados
Sexta Fase: Terminación	<ul style="list-style-type: none"> • Ocurre pérdida de la autonomía personal total y de las decisiones realizadas completamente por la persona • Sucede el deterioro físico natural del envejecimiento

Figura 3. Fases de la Jubilación de Robert C. Atchley (1976).

De acuerdo a la Figura 3, una persona en su proceso de jubilación enfrenta las siguientes fases:

1) *Primera Fase: Pre-retiro.* Conlleva todas las actividades como preparación a la jubilación. Acontece las preocupaciones típicas del ajuste de la persona con respecto al aspecto de los compromisos económicos y financieros; el suplir las necesidades básicas sin la realidad de un trabajo remunerado, y las preocupaciones por el factor salud. Por ejemplo, el adulto mayor siente incertidumbre por su estado de salud y el dinero que recibirá de sus pensiones (Atchley, 1976, 1985).

2) *Segunda Fase: "Luna de miel".* Se destaca por ser una fase emocional y de ilusión por el entusiasmo que representa el tiempo de ocio, y el nuevo control del tiempo sin la responsabilidad del trabajo estructurado. Ocurre el anhelo de retomar proyectos; compartir por más tiempo con familiares o amigos; iniciar alguna actividad o trabajo para tener nuevos ingresos o bonificaciones (Atchley, 1976, 1985). Por lo general, se dedica más atención a la salud, el ejercicio físico y la alimentación. No obstante, puede ocurrir

algún deterioro de las relaciones de convivencia familiar si existen asuntos inconclusos de pareja o con los hijos. Podrían proliferar las adicciones, el sedentarismo, las relaciones sexuales extramaritales, entre otras dificultades asociadas el tiempo de ocio empleado de modo no saludable (Adorno-Muñoz, 2018).

3) *Tercera Fase: Del Desencanto o Decepción.* Esta ocurre, porque la persona se percata de que algo le falta. El adulto mayor pierde satisfacción con respecto a las actividades que consideraba placenteras, esto, al compararlas con el estilo de vida llevado antes de la jubilación y el tiempo como era ocupado antes, por medio del trabajo. En el peor de los casos, ocurre una desesperación por no lograr manejar el tiempo de ocio (Atchley, 1976, 1985).

4) *Cuarta Fase: De la Reorientación.* El adulto mayor se interesa por una nueva manera de entender el tiempo y lo reorganiza. En ocasiones recurre a un trabajo a medio tiempo para suplir gastos menores. Otro modo de ocupar el tiempo de ocio es con tareas voluntarias. Dado que el adulto mayor se enfoca en

sus actividades, recurre a conservar antiguos roles o descubre roles nuevos para manejar el tiempo de ocio.

5) *Quinta Fase: De la Estabilidad.* En esta fase el adulto mayor como persona jubilada aprende a cómo manejar su tiempo, sus recursos, las situaciones sociales y la salud que van ocurriendo con el paso del ajuste a los cambios propios (Adorno-Muñoz, 2018). Las actividades y el manejo del tiempo van acorde con los intereses y los objetivos trazados por el jubilado. De acuerdo a Atchley (1976), no todas las personas llegan a esta etapa. Por otro lado, no hay una edad en particular para alcanzarla, porque dependerá de los recursos y estrategias que las personas tengan o desarrolle. Inclusive, depende en gran parte de la aceptación del nuevo rol y de encontrar actividades que permitan potenciar sus capacidades (Atchley, 1976, 1985).

6) *Sexta Fase: De la Terminación.* En la última etapa de la jubilación, en la cual el rol del adulto mayor, como persona jubilada es interrumpido por la pérdida de su autonomía; lo que cambia su rol en la sociedad o la familia. En esta fase, pueden ocurrir varias situaciones: la pérdida de autonomía por razón de salud física o mental, el cambio de domicilio del hogar a alguna institución hospitalaria o de cuidados, y la disminución en la toma de decisiones, con respecto a sus propios recursos (Adorno-Muñoz, 2018).

Planteamiento del Problema

Esta investigación analizó cómo incide el afrontamiento religioso en la motivación existencial del adulto mayor de 62 a 75 años, para asumir los restos propios de la jubilación. De acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas (2017) el envejecimiento de la población mundial representa uno de los cambios demográficos y sociales más significativos, de un impacto global insospechable. Evidencia de ello son los datos del informe "Perspectivas de la Población Mundial", los cuales indicaron que el número de personas mayores, o sea, aquellas de 60 años o más, se duplicarán para el 2050 y se triplicarán para el 2100. Por consiguiente, la población mundial de personas mayores pasará de 962 millones (13%) cifra del 2017 a 2100 millones en 2050, y de 3,100 millones en el 2100. Como consecuencia, la Organización de las Naciones

Unidas (ONU) al igual que la Organización Mundial para la Salud (OMS) señaló que, a nivel mundial, el grupo de personas de la tercera edad crece más rápidamente que los de las personas más jóvenes (Organización de las Naciones Unidas, 2017; Organización Mundial para la Salud, 2017).

Los informes de la Organización Mundial de la Salud y los de la Organización de las Naciones Unidas, coincidieron también, en que el crecimiento poblacional del adulto mayor, traerá consecuencias para la planificación de la política pública. Es decir, en el mercado laboral y financiero, en la demanda de bienes y servicios (viviendas, transportes y protección social, entre otras), para la estructura familiar y al mismo tiempo, afectará los lazos entre generaciones.

En fin, es razonable concluir, que no solo aumentará la población del adulto de la tercera edad, sino que también habrá una diversidad de personas jubiladas. Por esa razón, la variedad de necesidades en las personas jubiladas aumentará, lo que ameritará de una multiplicidad de profesionales de ayuda y recursos estratégicos para atenderlas. Por lo tanto, de los modelos de afrontamiento incluyendo el Modelo de Afrontamiento Religioso como el de Pargament (1997), podrían emerger estrategias de intervención para con los adultos mayores jubilados. Las prácticas o las creencias religiosas integradas apropiadamente en la intervención del profesional, podrían formar parte del bienestar holístico de la persona (González-Rivera, J., Veray-Alicea, J. & Rosario-Rodríguez, A., 2016).

MÉTODO

Diseño de Investigación

La investigación que se llevó a cabo tuvo un enfoque metodológico mixto: El componente cuantitativo de la investigación, se valió del instrumento Inventario de Estrategias de Afrontamiento Religioso (IEAR) del 2018 de Juan A. González Rivera y Orlando M. Pagán Torres. El componente cualitativo de la investigación fue consumado valiéndose del método estudio de caso, en la modalidad de estudio de caso situacional, esto, al hacer uso de una entrevista semiestructurada (Lucca & Berríos, 2009).

Participantes

La muestra consistió de un grupo de personas adultas de la tercera edad jubiladas de entre los 62 años a los 75 años de edad. La muestra fue de 30 participantes (17 féminas y 13 hombres) encuestados para el diseño cuantitativo y de 10 participantes entrevistados para el diseño cualitativo. Dichos participantes diariamente visitaban a la iglesia y pertenecían a algún grupo religioso. El pueblo de residencia era principalmente el de Caguas y eran pertenecientes a la Diócesis de Caguas, Puerto Rico. El escenario laboral en el que trabajó la mayoría fue en la empresa privada y la tipología de empleo con la cual se identificaron fue la de productores. La mayoría de los participantes llevaban más de 10 años de jubilados, en su generalidad se desempeñaban como maestros. Los adultos de la tercera edad señalaron que habitualmente disfrutaban de muy buena salud y en su generalidad esperaban vivir de 10 a 15 años o más.

El tipo de muestreo utilizado fue intencional, ya que se seleccionó a los participantes directa y deliberadamente de la población, con unos criterios de inclusión previamente establecidos, estos fueron: (1) Ser adulto mayor de la tercera edad entre los 62 años a los 75 años de edad, (2) Haber sido trabajador público o privado, (3) Estar retirado o jubilado, y (4) Profesar una afiliación religiosa cristiana y católica.

Instrumentos

Para obtener los datos cuantitativos, se utilizó el *Inventario de Estrategias de Afrontamiento Religioso* (IEAR) de Juan A. González Rivera y Orlando M. Pagán Torres del 2018. Ese instrumento se compone de doce (12) reactivos que se dividen en seis (6) creencias religiosas y seis (6) prácticas religiosas. La escala de respuesta del instrumento es una de tipo Likert, en la cual el 0 representa en absoluto, 1 representa algo, 2 representa moderadamente, 3 representa mucho, y 4 representa totalmente. El rango de la escala fluctúa entre 0 a 48 puntos. La confiabilidad total del instrumento según el total Alpha de Cronbach fue de .95 y de acuerdo a la prueba Spearman-Brown de .84.

Para obtener los datos cualitativos, se utilizó un *Protocolo y Guía de Preguntas para la Entrevista Semiestructurada* creado por el investigador. La validez del instrumento se obtuvo por medio de un panel de tres (3) expertas en consejería profesional y la

confiabilidad por un plan piloto con cinco (5) adultos jubilados; la transcripción de las entrevistas y la retroalimentación directa de los participantes.

Procedimientos Generales

El procedimiento de la investigación consistió en: (1) Solicitar el permiso a los administradores parroquiales para realizar la investigación. (2) Se obtuvo la autorización a la Junta de Revisión Institucional de la Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico, Recinto de Ponce, para cumplir con los estándares éticos de la investigación con seres humanos. (3) Se estableció contacto con los participantes de la investigación para realizar la entrada al campo. (4) Se realizó la entrada al campo, donde se informó a los participantes del propósito de la investigación y se completó la hoja del consentimiento informado de participación. (5) Se le administró el cuestionario a 30 participantes. (6) Se realizó el Plan Piloto y las entrevistas individuales con cinco (5) participantes de acuerdo al protocolo. (7) Se realizaron la entrevista semiestructurada con los diez (10) participantes; esto incluyó, el que se solicitará por escrito autorización al participante a través de un consentimiento informado. (8) Se revisó posteriormente con cada participante de la transcripción de la entrevista semiestructurada por medio de la retroalimentación del participante. (9) Se analizaron los datos para discutir los resultados, llegar a las conclusiones, las implicaciones y las recomendaciones de la investigación. (10) Se presentaron los hallazgos y resultados de la investigación.

Análisis de Datos

Los datos para el diseño cuantitativo fueron obtenidos por medio de las estadísticas descriptivas: frecuencias, por cientos, media y moda. Los datos para el diseño cualitativo se obtuvieron por la unidad de análisis de las siguientes categorías: Categorías 1 - Estrategias de Afrontamiento Religioso y sus componentes, Categoría 2 - Estilos de Afrontamiento religioso y sus componentes, Categoría 3 - Motivación Logoterapéutica y sus componentes. Los datos cuantitativos y los cualitativos fueron analizados utilizando el Método Paralelo Convergente de John W. Creswell (2014), empleando el análisis estadístico del Programa Estadístico para Ciencias Sociales (SPSS) IBM, versión 26.0 del 2019 y el Método de Harry F. Wolcott (1990) para describir, analizar e interpretar

los datos cualitativos de las entrevistas realizadas a los participantes.

RESULTADOS

El primer propósito de la investigación fue identificar cuáles eran las estrategias de afrontamiento religioso utilizadas por el adulto de la tercera edad para asumir los retos de la jubilación. La estrategia de afrontamiento religioso más utilizada por los adultos de la tercera edad fue la creencia religiosa: Continuar confiando en Dios con un 83% (25 participantes), con una media de 3.33 y la moda de 4 (equivalente a totalmente). La Tabla 1 presenta la frecuencia de cada estrategia de afrontamiento religioso utilizada por los participantes.

Tabla 1

Descriptivos de cada estrategia de afrontamiento religioso utilizada por los participantes.

Estrategia de afrontamiento religioso	f	%
Continuar confiando en Dios	25	83
Buscar consuelo en Dios	21	70
Encontrar fortaleza en la oración	18	60
Pensar que Dios siempre tiene el control	20	66
Aferrarme a las creencias religiosas y espirituales	16	53
Creer que Dios tiene un propósito con esta situación	22	73
Buscar apoyo en la comunidad de fe	17	56
Asistir a la iglesia o al templo	23	76
Leer textos sagrados de su religión (ej. Biblia)	16	53
Leer otros libros de crecimiento espiritual	14	46
Escuchar música sacra o religiosa	9	30
Recibir consejería o dirección espiritual por parte de un líder religioso.	10	33

El segundo propósito de la investigación fue identificar el estilo de afrontamiento religioso utilizado por el adulto de la tercera edad para asumir los retos de la jubilación. Un total de 10 adultos de la tercera edad eligió el estilo de afrontamiento religioso: Colaborativo, lo que representó el 100% de los

participantes. Ningún participante eligió el estilo autodirigido ni el evitativo.

El tercer propósito de la investigación fue identificar cuál es la motivación de la logoterapia elegida por el adulto de la tercera edad para asumir los retos de la jubilación. Un total de siete adultos de la tercera edad destacó percibir importante: el Significado de la vida, lo que representó el 70% de los participantes, constituyendo el por ciento más alto. Otros tres adultos de la tercera edad eligieron: el Sentido del amor, lo que representó el 30% de los participantes. Ningún participante eligió la motivación de la logoterapia Propósito del sufrimiento. La Tabla 2 presenta las frecuencias y los por cientos de la percepción de importancia de la motivación logoterapéutica utilizadas por los participantes en la investigación.

Tabla 2

Percepción de importancia de la motivación logoterapéutica utilizadas por los participantes entrevistados.

Motivación Logoterapéutica	f	%
Significado de la vida	7	70
Sentido del amor	3	30
Propósito del sufrimiento	0	0

Finalmente, el cuarto propósito de la investigación fue describir cómo incide la estrategia y el estilo de afrontamiento religioso en la motivación del adulto de la tercera edad para asumir los retos de la jubilación. Un total de siete adultos de la tercera edad de la investigación reportó una incidencia utilizando la triada: *Continuar confiando en Dios, Estilo colaborativo, Significado de la vida*, lo que representó el 70% de los participantes.

No obstante, las principales situaciones estresantes y de ajustes reportadas por los adultos de la tercera edad jubilados fueron: el factor económico previo y durante la jubilación, la planificación para la jubilación, el manejo del tiempo en la jubilación, el “nido vacío” en la jubilación, la pérdida de la salud en la jubilación, así como, la salud y la dificultad económica en la jubilación. La Tabla 3 presenta las frecuencias y los por cientos de la incidencia de la estrategia y el estilo de afrontamiento religioso en la motivación logoterapéutica utilizadas por los participantes entrevistados en la investigación.

Tabla 3

Frecuencia y por cientos de la incidencia de la estrategia y el estilo de afrontamiento religioso en la motivación logoterapéutica utilizadas por los participantes entrevistados.

	<i>f</i>	<i>%</i>
Continuar confiando en Dios, Estilo colaborativo, Significado de la vida	7	70
Continuar confiando en Dios, Estilo colaborativo, Sentido del amor	1	10
Creer que Dios tiene un propósito con esta situación, Estilo colaborativo, Significado de la vida	1	10
Asistir a la iglesia o el templo, Estilo colaborativo, Significado de la vida	1	10

DISCUSIÓN

La investigación tuvo el propósito de analizar cómo la estrategia de afrontamiento religioso, el estilo de afrontamiento religioso y la motivación de la logoterapia, incidieron en los adultos mayores al asumir los retos propios de la jubilación. De acuerdo al Inventario de Estrategias de Afrontamiento Religioso de Juan A. González Rivera y Orlando M. Pagán Torres del 2018, un total de 30 participantes de la tercera edad jubilados manifestaron utilizar las estrategias de afrontamiento religioso, lo que representó el 100% de los participantes. La estrategia de afrontamiento religioso más utilizada por los participantes de la investigación fue la creencia religiosa: Continuar confiando en Dios en un 83%, equivalente a 25 personas, con una media de 3.33 y la moda de 4 (representando totalmente).

De acuerdo a la entrevista semiestructurada de los 10 participantes de la tercera edad jubilados entrevistados, el 80% de los encuestados, equivalente a ocho (8) personas eligió la creencia religiosa: Continuar confiando en Dios, como la principal estrategia que utiliza el adulto de la tercera edad para asumir la situación estresante de la jubilación. Evidentemente, con esos resultados se demuestra que los análisis cuantitativos y cualitativos fueron equivalentes. Por otro lado, los 10 participantes entrevistados, también eligieron el estilo de afrontamiento

religioso: Colaborativo, lo que representó el 100% de los participantes entrevistados.

Ante el hecho y el hallazgo de que los participantes de esta investigación poseen un estilo de afrontamiento colaborativo, ese estilo les ayudó y propició a que exista una dinámica compartida entre éstos y su divinidad (en este caso Dios). Ese hallazgo significa, que en el proceso de afrontamiento religioso, el modo en que se da y ocurre el control religioso, no está solo centrado en los esfuerzos de los participantes como persona, sino que perciben también el control en la Divinidad. Eso quiere decir, que existe un trabajo en conjunto entre la persona y la divinidad. Dicha realidad, permite que cuando un ser humano no perciba tener la capacidad para asumir una situación conflictiva, éstos pueden emplear estrategias de afrontamiento religioso como lo son las prácticas o las creencias religiosas.

No empece a ese hallazgo, eso no quiere decir que el estilo de afrontamiento religioso colaborativo sea el más apropiado o beneficioso a otro (que el autodirigido o el evitativo), puesto que no existe un estilo de afrontamiento religioso superior o inferior a otro (Pargament, 1997). Sin embargo, resulta beneficioso para la población adulta mayor, debido a que propicia que la persona se perciba capaz, indague en sus destrezas personales y también considere que un poder superior puede ayudarle a superar alguna situación conflictiva de la vida.

En ese sentido, los resultados de esta investigación son cónsonos con los datos de la investigación cualitativa llevada a cabo por Landi en el 2011 con ocho (6) personas entrevistadas (4 mujeres y 2 hombres), entre las edades de 28 a 62 años. Landi encontró que las personas utilizan más el estilo de afrontamiento religioso colaborativo para las situaciones estresantes como: las dificultades familiares, los problemas conyugales, las contrariedades laborales, el duelo por muerte de pariente cercano y la pérdida de peso. En resumen, en la investigación de Landi, los participantes reportaron los siguientes estilos de afrontamiento religioso: (1) el estilo de afrontamiento colaborativo, (en una mayor frecuencia), (2) el estilo de afrontamiento religioso autodirigido (en una frecuencia moderada), y el estilo de afrontamiento religioso evitativo (con una frecuencia menor). Dichos participantes

también demostraron utilizar un total de 58 estrategias al tener algún problema o dificultad

Los resultados cuantitativos y cualitativos obtenidos, son cónsonos también, con las investigaciones de Schafer (1996; 1997), en los cuales postuló que la religión les permite a las personas desarrollar perspectivas, así como contextualizar los acontecimientos negativos de la vida, lo que representa para ellas una oportunidad de crecimiento y de desarrollo inspirada en una fuerza superior. No obstante, si se comparan esos datos con una población joven, las estrategias religiosas y espirituales más comunes utilizadas por los adultos jóvenes (N = 715) en los eventos estresantes fueron: (1) Orar por sí mismo o los demás (16.6%), (2) Contar con la bendición divina (15.2%), y (3) Poner los problemas en manos de Dios (13.9%) (Frank, 2014). Evidentemente, los resultados de la presente investigación y la de Frank existen ciertas deferencias entre las estrategias religiosas en las poblaciones más jóvenes y aquellas de la tercera edad. En primer lugar, para las personas jóvenes es fundamental que la Divinidad les fortalezca, así como a otras figuras importantes en su vida. En un segundo lugar, le dan más importancia a contar con la bendición de la Divinidad y en tercer lugar entregar los problemas a la Divinidad. En cambio, para el adulto mayor es precisamente, ese tercer aspecto el que es el constituye ser el principal para ellos: Continuar confiando en Dios.

Yoffe realizó una investigación en el año 2015, valiéndose de una entrevista a profundidad a una mujer católica de 68 años de edad, con el propósito de determinar cómo había enfrentado la muerte de un familiar. De acuerdo a los datos de esa investigación, la mujer de la tercera edad logró: (1) reafirmar su fe religiosa, (2) desarrollar una mayor confianza en sí misma, (3) lograr más confianza en sus creencias y prácticas religiosas espirituales, y (4) tener seguridad en los líderes religiosos que acompañaron su proceso de duelo. Es decir, la experiencia de duelo afirmó una comprensión más profunda del sentido espiritual de la vida, en la profundización de valores éticos como el amor, la compasión, el altruismo, la tolerancia y el respeto interreligioso del familiar fallecido. De este modo, se confirma que las experiencias religiosas resultan efectivas para sobre llevar los problemas de una persona adulta mayor.

Al analizar las investigaciones del afrontamiento fuera del ámbito religioso cristiano, los datos reportados por los participantes de la investigación de Cardona, Villamil, Henao y Quintero (2011), discrepan de los resultados de esta investigación en relación a las estrategias del afrontamiento. Los investigadores analizaron las estrategias del afrontamiento de la variable soledad en adultos mayores de más de 55 años de edad (N = 180). Las estrategias elegidas en el estudio de Cardona, Villamil, Henao y Quintero fueron: (1) el buscar compañía (36%), (2) la distracción (21.9%), (3) la aceptación de la soledad (14.6%), y (4) la religión (10.1%).

Eso quiere decir, que hay preferencia en algunos adultos mayores por otras estrategias de afrontamiento, y estas no necesariamente son de naturaleza religiosa, ni vinculadas a sus creencias o prácticas religiosas. Sin embargo, al contrastar esas estrategias de afrontamiento de naturaleza no religiosa con las religiosas, los por cientos tienden a ser más bajos. Ese dato revela que las personas adultas logran una mayor preferencia por las estrategias de afrontamiento religioso versus las estrategias no religiosas.

Otra investigación de afrontamiento religioso fuera del ámbito religioso cristiano es la de Cosman (2018). Dicho autor sostuvo que existen brechas y fallas en las investigaciones que se han conducido hasta el presente, puesto que estas se han realizado, pero con muestras cristianas. Por ello, hay una falta de conocimiento en relación a otros grupos religiosos y de las estrategias de afrontamiento que utilizan. Por ejemplo, apenas se han desarrollado escalas para medir el afrontamiento religioso entre las poblaciones de hindúes y musulmanes, entre otras. De hecho, hace poco más de una década que se validó la Escala de Afrontamiento Religioso Judío (JCOPE), pero no se han creado otras escalas o instrumentos de conocimiento para las poblaciones de occidente. Por lo tanto, se necesitan escalas o instrumentos específicos para la población judía, y más aún, para la población judía religiosa. Igualmente, para otros grupos religiosos y no religiosos, con el fin de establecer cuáles son las estrategias de afrontamiento que utilizan.

Respecto a las motivaciones de la logoterapia empleadas en la investigación, un total de siete participantes destacó utilizar: *el Significado de la vida*, lo que representó el 70% de las personas de la tercera edad

jubiladas. En cambio, otros tres (3) participantes eligieron: *el Sentido del amor*, lo que representó el 30% de las personas de la investigación. De los participantes de la investigación, ninguno de las personas escogió el *Propósito del sufrimiento* como la motivación logoterapéutica más utilizada, lo que representó que el 0% de los participantes de la investigación.

De acuerdo a los resultados de la investigación, un total de siete (7) participantes de los entrevistados en la investigación reportó que existía una incidencia en la siguiente triada: (1) estrategia de afrontamiento religioso: *Continuar confiando en Dios*, (2) el estilo de afrontamiento religioso: *Estilo colaborativo*, y (3) la motivación logoterapéutica: *Significado de la vida*. En fin, ese hallazgo lo que representó fue que el 70% de las personas de la tercera edad jubiladas demostraron usar habitualmente la triada en el proceso de enfrentar los retos propios de su jubilación. Por otro lado, podría revelar que las personas jubiladas utilizan la triada en sus problemas familiares, personales y sociales. Del mismo modo, que utilizar la percepción optimista con respecto a algún problema de salud física o mental.

Los resultados de esta investigación coinciden a su vez, con los reportado por Álvarez-Molina, Velis-Aguirre, Yela-Chaucanes y Escobar-Matute (2019), en torno a establecer que de las estrategias religiosas y los estilos de afrontamiento más utilizados por los adultos mayores de 65 años o más (70%), en cuanto a manejar la sintomatología del estrés (N = 40 participantes). Ese dato significa que los adultos mayores de la tercera edad manifestaron recurrir a la fe para lograr el alivio de sus problemas. Igualmente, que el asistir a la iglesia, orar y formar parte de grupos religiosos versus un 15 % de los participantes de dicha investigación, que eligió el apoyo social, como estrategias para el manejo de las situaciones estresantes.

Cabe mencionar, que los datos de esta investigación son incongruentes a los de Rodríguez (2006), en los cuales relacionó las estrategias de afrontamiento y el significado de la vida, en pacientes de cáncer terminal entre las edades de 28 a 78 años de edad (N = 60). Dicha investigación reportó que las estrategias principalmente utilizadas fueron: (1) aceptación (3.00), (2) crecimiento personal (2.70), (3) apoyo social (2.61), y (4) tercer lugar la religión (2.45). Con respecto al *Sentido de la vida*, Rodríguez (2006) reportó como un logro

la búsqueda de sentido a la experiencia en un 16.7% de los participantes de la investigación. En cambio, con respecto al *Sentido del sufrimiento*, un 57.5% de los pacientes estuvieron de acuerdo con que el sufrimiento no tiene ningún sentido, y un 17.5% de los participantes se mantuvieron en una posición intermedia. En cambio, un 25% estuvieron en desacuerdo con la idea de acudir al afrontamiento religioso al tener algún problema o dificultad.

De igual forma, lo reportado por los participantes de esta investigación concurre con la idea de Pargament (1997) de que existe una convergencia entre la búsqueda de significados de la persona humana, lo religioso y el afrontamiento. En resumen, las personas adultas mayores jubiladas tienen un sistema de orientación en sí mismas que incluye la religión. Por lo tanto, las creencias y las prácticas religiosas le funcionan como referentes para el afrontamiento de las situaciones difíciles. De esta forma, la incidencia entre la estrategia de afrontamiento, el estilo de afrontamiento y la motivación existencial convergen en un mismo ámbito: el espiritual o religioso, útiles para algunos adultos mayores afrontar algunas situaciones estresantes de la vida.

Cabe destacar, que la investigación conducida valida el marco teórico y conceptual de la investigación. El marco teórico y conceptual de esta investigación se sustentó en el Modelo de Afrontamiento Religioso de Pargament (1997) y la Teoría Existencial del Sentido de la Vida de Frankl, que data del 1946 (véase Figura 4). En el primer cuadrante, el problema de investigación. El problema que se investigó fue: Cómo incide el afrontamiento religioso en la jubilación del adulto de la tercera edad de 62 a 70 años. Para tal propósito, se utilizó el Modelo de Afrontamiento Religioso de Pargament (1997) ubicado en el segundo cuadrante izquierdo y la Teoría Existencial del Sentido de la Vida de Frankl (1946) ubicada en el segundo cuadrante derecho.

El Modelo de Afrontamiento Religioso de Pargament (1997) tiene por finalidad, afrontar las situaciones estresantes y de amenaza, por medio de las creencias o prácticas religiosas de la persona. Por ejemplo, el adulto de la tercera edad podría realizar algunas prácticas religiosas como la oración o la lectura de la Biblia, para lidiar con los retos y ajustes en la experiencia de la jubilación, entre otras.

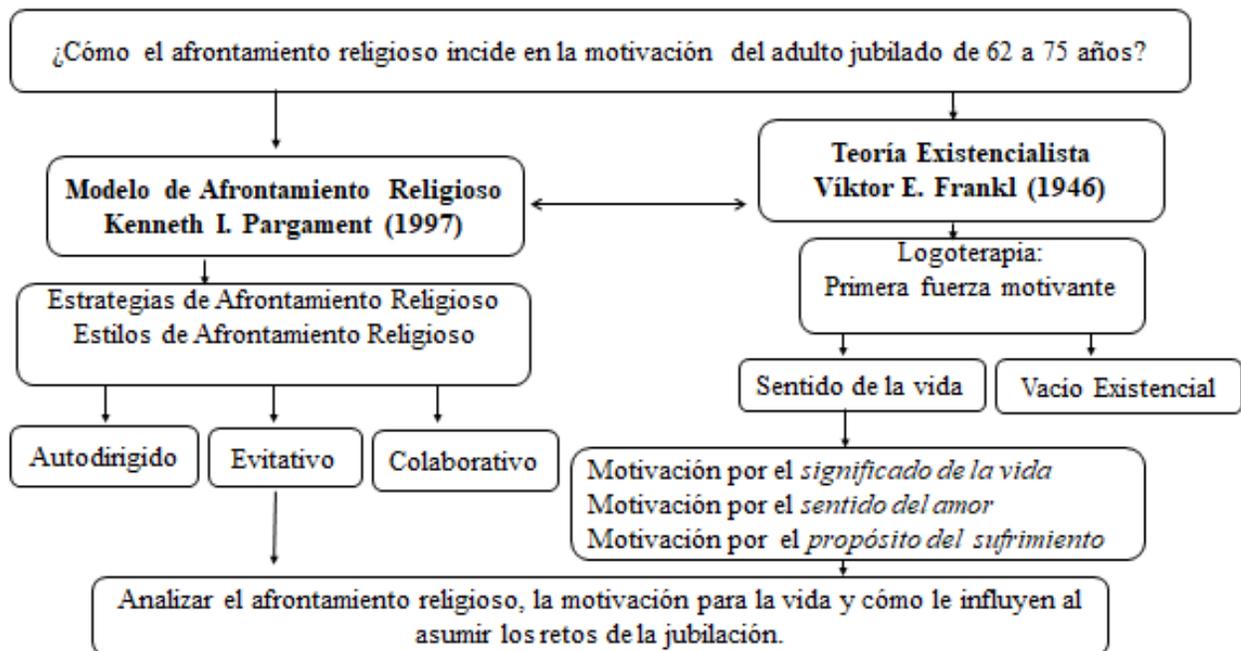


Figura 4. Representación gráfica del marco conceptual de la investigación.

En consecuencia, emerge el tercer cuadrante izquierdo de los estilos del afrontamiento religioso. El estilo de afrontamiento religioso, se refiere al modo en que la persona elige posicionarse para asumir alguna situación retante de la vida. Es decir, el control que otorga respecto a sí misma o a la Divinidad, para afrontar alguna situación estresante de la vida, como puede ser la experiencia de la jubilación.

En el cuarto cuadrante izquierdo se presentó el estilo de afrontamiento religioso autodirigido. En ese estilo, la persona confía más en sí misma que en la Divinidad para superar la situación amenazante. En el quinto cuadrante izquierdo, se presentó el estilo de afrontamiento religioso evitativo. En ese estilo, la persona espera que la situación amenazante sea resuelta por la Divinidad. En el sexto cuadrante izquierdo, se presentó el estilo de afrontamiento religioso colaborativo, es decir, en ese estilo la persona colabora junto con la Divinidad para afrontar la situación amenazante. Ese estilo de afrontamiento religioso fue el que prevaleció en los participantes de la investigación que se condujo.

En síntesis, el adulto de la tercera edad ante el reto de la jubilación, podría manifestar tres estilos de

afrontamiento religioso para lidiar con la situación, estos estilos son: autodirigido, en el cual la persona lleva el control y no la Divinidad; evitativo, en el cual la persona no lleva el control, sino la Divinidad; y el colaborativo, en el cual tanto la persona como la Divinidad llevan el control de la situación.

Con respecto al segundo cuadrante derecho, se ubicó la Teoría del Sentido de la Vida de Frankl (2001), que tiene como fundamento, el que la persona encuentre el sentido de la vida y promueve darles significado a las situaciones adversas de la misma. Por esa razón, en el tercer cuadrante derecho, se ubicó el constructo logoterapia, que es la esencia de la mencionada Teoría Existencialista. La logoterapia, es considerada como la primera fuerza motivante que impulsa al ser humano a luchar y dar sentido a la vida.

En el cuarto cuadrante derecho se ubicó el sentido de la vida. Es un estado en el que la persona le adjudica significado a las situaciones retantes de la vida. Por lo tanto, el ser humano se hace responsable y manifiesta un estado de libertad con el cual puede responder a los retos de la vida cotidiana. Por el contrario, en el quinto cuadrante derecho se ubicó el vacío existencial, lo que explica, que el sentido de la vida no

se encuentra y por ende, carece de significados, generando frustración a la persona. Por consiguiente, en la persona se manifiesta el tedio, la falta de propósito de la vida y el mal manejo del tiempo.

Para abundar en el aspecto del sentido de la vida, se incluyó en el sexto cuadrante derecho, algunos de los principios estratégicos de la logoterapia. Es decir, los principios trascendentales en los cuales la persona puede encontrar motivación y luchar por la búsqueda de propósitos a través de: (1) el significado que le otorgue a la vida, (2) el sentido que le encuentre al amor, y (3) el propósito que le dé al sufrimiento (Frankl, 2001). Finalmente, en el séptimo y último cuadrante, se presentó el propósito de la investigación. Esta investigación se ocupó de analizar la estrategia y el estilo de afrontamiento religioso en el adulto de la tercera edad y su incidencia en la motivación para asumir los retos de la jubilación.

En resumen, el Modelo de Afrontamiento Religioso de Pargament (1997) es un modelo que tiene como finalidad afrontar las situaciones estresantes, por medio de las creencias o prácticas religiosas de la persona. Por consiguiente, ese modelo provee criterios para analizar cómo incide el afrontamiento religioso en el adulto de la tercera edad jubilado. Por su parte, la Teoría Existencial del Sentido de la Vida de Frankl (2001) a su vez, tiene como fundamento, que la persona encuentre el sentido de la vida y promueve darle significado a las situaciones adversas de la misma. Los principios trascendentales de la logoterapia aluden la búsqueda del sentido de situaciones difíciles generales de la vida humana.

En conclusión, esos principios podrán ser aplicados a la experiencia del adulto mayor en el sentido de identificar motivaciones logoterapéuticas para asumir los retos de la jubilación. Al mismo tiempo, encontrar sentido a las experiencias adversas de la jubilación y adjudicarles significados, lo cual se evidenció en la investigación. Como consecuencia, el marco teórico y conceptual provee criterios para analizar cómo las estrategias y el estilo de afrontamiento religioso inciden en la motivación para el adulto de la tercera edad al asumir los retos de la jubilación.

CONCLUSIONES

Las estrategias de afrontamiento religioso utilizadas por el adulto mayor para asumir los retos de la

jubilación fueron: Continuar confiando en Dios, Encontrar fortaleza en la oración, Pensar que Dios siempre tiene el control, Creer que Dios tiene un propósito con esta situación, y Asistir a la iglesia o al templo. Cabe destacar, que el adulto mayor jubilado reportó que la estrategia de afrontamiento religioso más utilizada para asumir los retos de la jubilación fue el continuar confiando en Dios. Ese hallazgo implica que el adulto de la tercera edad, emplea las estrategias de tipo religioso o espiritual para asumir los retos y ajustes propios de la jubilación.

El estilo de afrontamiento religioso fundamentalmente utilizado por el adulto de la tercera edad para asumir los retos de la jubilación fue el estilo colaborativo. En ese estilo de afrontamiento se establece una dinámica compartida entre el ser humano y la Divinidad en el proceso de afrontamiento, esto, para asumir las dificultades de la jubilación. Ese estilo se manifestó en: (1) el control y esfuerzos de la persona, (2) en la práctica religiosa de pedir la guía Divina, (3) en la percepción de la intervención Divina, (4) en la influencia de la persona en la situación, y (5) en la percepción del cumplimiento de sus pedidos por parte de la Divinidad (Pargament, 1997). El hallazgo supone que el adulto de la tercera edad, puede manifestar de uno a tres estilos de afrontamiento religioso. Como consecuencia, los estilos influyen en la percepción de cómo las personas y la Divinidad interactúan para asumir las dificultades de la jubilación.

La motivación del adulto mayor relacionada a los principios de la logoterapia, que lo impulsó para asumir los retos de la jubilación fue el Significado de la vida, esta, como la expresión de un nuevo rol personal: (1) un modo distinto de administrar la economía personal, (2) un nuevo modo de utilizar el tiempo, (3) otra forma de relacionarse con la familia, (4) un mayor interés por la salud, la planificación global en la persona, y (5) se manifiesta desde una nueva función social o comunitaria.

El Significado del amor, se manifestó en: (1) relación de apoyo entre esposos, (2) relación de apoyo con los hijos y sus cónyuges, y (3) relación de apoyo con los nietos. El afecto y apoyo de la comunidad eclesial. En cambio, el Sentido del sufrimiento, no se reportó con claridad en la investigación, en cuanto al propósito que tiene el sufrimiento en la jubilación. Ese hallazgo implica que la percepción del

sufrimiento y su propósito estuvo relacionado al dolor físico o a la pérdida de la salud y a la preocupación por las dificultades familiares. Sin embargo, el dato acerca del poco significado otorgado al sufrimiento es importante, puesto que en la fe cristiana, el dar propósito al sufrimiento humano es un fundamento esencial de la misma.

Cabe puntualizar, que el adulto de la tercera edad jubilado reportó una relación triádica: (1) la estrategia de afrontamiento religioso: Continuar confiando en Dios; (2) el estilo de afrontamiento religioso: Colaborativo, y (3) la motivación logoterapéutica de: Significado de la vida. El hallazgo implica que la triada (tres elementos relacionados) sugiere que: el adulto de la tercera edad jubilado posee creencias y prácticas religiosas que inciden al afrontar los retos de la jubilación. Es decir, esas creencias y prácticas religiosas son evidentes como estrategias y estilos de afrontamiento particularmente religioso, con los que se apoyan para asumir los retos económicos, familiares, de salud, de manejo del tiempo y de la planificación.

De acuerdo a las conclusiones de la investigación se propone indagar en los siguientes aspectos del Afrontamiento Religioso:

1) Considerar las estrategias de afrontamiento religioso como un recurso legítimo en la intervención con adultos de la tercera edad, ya que esta investigación documento que las prácticas o creencias religiosas pueden formar parte de sus destrezas y fortalezas personales.

2) Revisar los estilos de afrontamiento de los adultos de la tercera edad sean de tipo religioso o de otras categorías, para atender las necesidades de esta población considerando sus capacidades y no sus limitaciones en el manejo de las situaciones estresantes de la vida cotidiana.

3) Explorar con los adultos de la tercera edad sus motivaciones existencias, las experiencias, las personas, las actividades que son de su interés y que podrían brindarle una mejor calidad de vida.

4) Comprender y atender las necesidades del adulto de la tercera edad en un sentido holístico, con una visión integral del ser humano que incluya las creencias y prácticas religiosas. Al mismo tiempo, se requiere sensibilizar y capacitar a los profesionales en

los temas relacionados a las necesidades reales del adulto de la tercera edad en la jubilación.

5) Llevar a cabo otras investigaciones en las que se pueda explorar las diferencias y similitudes entre el uso de estrategias de afrontamiento de tipo religioso versus estrategias que no son religiosas o espirituales.

Para finalizar, esta investigación aportó nuevos conocimientos acerca de las necesidades del adulto de la tercera edad en el proceso de jubilación, permitiendo comprender mejor los retos de la misma. En ese sentido, logró el cometido de tratar de sensibilizar a las personas y a los profesionales respecto al adulto mayor y las estrategias útiles para superar las dificultades, incluyendo el aspecto religioso. Por otro lado, las conclusiones de esta investigación se utilizaron para crear una Guía de un Proyecto de Servicios de Consejería Profesional dirigido a los adultos mayores y el manejo de la experiencia de la jubilación. La estructura esquemática de dicho proyecto, empleará las cinco prácticas del liderazgo ejemplar de Kouzes y Posner (2003).

En fin, Puerto Rico se dirige hacia una población compuesta por una mayor cantidad de adultos mayores (Organización de las Naciones Unidas, 2017; Organización Mundial para la Salud, 2017). Por lo que se espera una reducción poblacional en la cantidad de niños y jóvenes. De igual forma, se proyecta en el ámbito laboral, una fuerza trabajadora reducida, a la que se le sumarán más personas retiradas o jubiladas. Esto en gran parte por el fenómeno de la emigración y las condiciones de una mayor precariedad económica. Consecuentemente, el grupo poblacional de adultos mayores jubilados, ameritará de profesionales de la salud mental que comprendan su situación y les posibilite mejorar su calidad de vida. De esa manera, las prácticas de liderazgo presentadas, estarán destinadas a estructurar una propuesta que atienda de modo individual o grupal, las necesidades de los adultos de la tercera edad jubilados identificadas en esta investigación.

Las limitaciones principales de la investigación fueron las siguientes: (1) la metodología que se utilizó no permitió tener una muestra representativa por lo que los datos no podrán ser generalizados a otras poblaciones similares; (2) el objetivo de la investigación se limitó al grupo religioso cristiano, por lo que la

investigación no provee para hacer comparaciones con otros grupos religiosos o grupos seculares.

Financiamiento: La presente investigación no fue financiada por alguna entidad ni patrocinador.

Conflicto de Intereses: No existen conflictos de intereses de parte de los autores de la investigación.

REFERENCIAS

- Adorno-Muñoz, P. (2018). *Redefiniendo la jubilación: Manual de intervención grupal para consejeros(as) profesionales licenciados(das)*. [Tesis de maestría inédita, Universidad de Puerto Rico, Río Piedras]. <http://ege.uprrp.edu/wp-content/uploads/2018/08/Tesis-proyectos-y-disertaciones-2014-2018.pdf>
- Álvarez-Molina I, Velis-Aguirre L., Yela-Chaucanes Y., & Escobar-Matute K. (2019). Afrontamiento al estrés y autoestima de adultos mayores. *Revista Unidades de Ciencias Salud*, 2(1), 30-40. <http://45.238.216.13/ojs/index.php/RUCSALUD/article/view/1241>
- Atchley, R. C. (1976). *The sociology of retirement*. John Wiley and Sons Inc.
- Atchley, R. C. (1985). *Social forces and aging: An introduction to social gerontology* (4th ed.). Wadsworth.
- Cardona, J, Villamil, M., Henao, E. & Quintero, A. (2011). El afrontamiento de la soledad en la población adulta. *Medicina U.P.B.*, 30(2), 150-162. <https://revistas.upb.edu.co/index.php/medicina/article/view/1804>
- Cosman, S. (2018). Afrontamiento religioso judío y neuroticismo. *Psocial*, 4(1), 30-39. <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/view/2903>
- Creswell, J. (2014). *Research design* (4th ed.). Sage.
- Fernández-Ríos, L. & García-Fernández. (2000). La religión como recurso para la promoción de la salud. *Avances en Psicología Clínica Latinoamericana* 18, 23-56.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Frank, G. (2014). *Religious coping and perceived stress in emerging adults*. [Disertación doctoral, Pepperdine University, Malibu, California]. <https://digitalcommons.pepperdine.edu/etd/496/>
- Frankl, V. (2001). *El hombre en busca de sentido* (21ra ed.). Herder.
- González-Rivera, J. A., & Pagán-Torres, O. M. (2018). Inventario de estrategias de Afrontamiento Religioso (IEAR). Desarrollo y validación de un instrumento para medir estrategias de afrontamiento religioso. *Revista Evaluar*, 18(1), 70-86. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>
- González-Rivera, J., Veray-Alicea, J. & Rosario-Rodríguez, A. (2016). Actitudes hacia la integración de la espiritualidad en las profesiones de ayuda: estudio exploratorio. *Griot*, 9(1), 57-67. <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/4676>

Aprobación de la Junta Institucional para la Protección de Seres Humano en la Investigación: Se obtuvo la autorización de la Junta de Revisión Institucional de la Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico, Recinto de Ponce.

Consentimiento o Asentimiento Informado: Todo participante completó un consentimiento informado.

Proceso de Revisión: Este estudio ha sido revisado por pares externos en modalidad de doble ciego.

- Hermida, P., Tartaglino, M., & Stefani, D. (2016). Actitudes y significados acerca de la jubilación: un estudio comparativo de acuerdo al género en adultos mayores. *Liberabit*, 22(1), 57-66. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2016.v22n1.05>
- Kouzes, J. & Posner, B. (2003). *Cinco prácticas de liderazgo ejemplar*. John Wiley & Sons, Inc.
- Landi, H. (2011). *Coping religioso: implicações para a prática clínica*. [Tesis de Maestría, Pontificia Universidad Católica de Goiás, Brasil]. <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2016.92.06>
- Lefrancois, R. (1999). *El ciclo de la vida* (6ta ed.) Mc-Graw-Hill-Interamericana.
- Levinson, D. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41(1), 3-13. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.1.3>
- Lucca, N. & Berríos, R., (2009). *Investigación cualitativa: Fundamentos, diseños y estrategias* (2da ed.). Ediciones SM.
- Organización Naciones Unidas, (2017). *El envejecimiento de la población*. <https://www.un.org/es/sections/issuesdepth/%20ageing/index.html>
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Datos sobre el envejecimiento y la salud*. <https://www.who.int/topics/ageing/es/>
- Pagán-Torres, O. M., & González-Rivera, J. A. (2019). The association between religious coping and depressive symptomatology in Puerto Rico: A cross-sectional study. *Journal of Religion and Theology*, 3(1), 1-9. <https://www.sryahwpublications.com/journal-of-religion-and-theology/volume-3-issue-1/1.php>
- Pargament, K. I. (1997). *Psychology of religion and coping: Theory, research and practice*. The Guilford Press.
- Pargament, K. I., & Raiya, H. A. (2007). A decade of research on the psychology of religion and coping: things we assumed and lessons we learned. *Psyche and Logos*, 28(2), 742-766.
- Reyes-Ortiz, C., Ayele, H. & Mulligan, T. (1996). Religious activity improves quality of life for ill elderly. *Clinical Geriatric*, 4, 102-106. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1996.tb02962.x>
- Real Academia Española, (2015). *Diccionario de la lengua española* (23ra ed.). <http://www.rae.es/diccionario-de-la-lengua-espanola>
- Rodríguez, M. (2006). *Afrontamiento del cáncer y sentido de la vida: un estudio empírico y clínico*. [Disertación doctoral inédita, Universidad Autónoma de Madrid, España].
- Sahagún, M. & Hermosillo de la Torre, A. (2014). La jubilación, hito

de la vejez: revisión de aproximaciones psicosociales recientes. *Quadernos de Psicología*, 16(2), 27-41. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1184>

San Martín, C. (2007). Espiritualidad en la tercera edad. *Revista Psicología, Cultura y Sociedad*, 8(1), 111-128. <https://doi.org/10.18682/pd.v8i0.420>

Schafer, W. (1996). *Stress management for wellness* (3rd ed.). Harcourt Brace.

Schafer, W. (1997). Religiosity, spirituality, and personal distress among college students. *Journal of College Student Development*, 38, 633-644.

Wolcott, H. (2009). *Writing up qualitative research* (3rd ed.). Sage. <https://dx.doi.org/10.4135/9781452234878>

Yoffe, L. (2015). Afrontamiento religioso espiritual de la pérdida de un ser querido. *AV Psicología*, 23(2), 155-176. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2015.v23n2.160>



Obra bajo licencia de Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0).
© 2020 Autores.