

HACIA LA CONSTRUCCIÓN DEL CONCEPTO INTEGRAL DE ADULTEZ¹

Wendy Alpízar Díaz²

INTRODUCCIÓN

El presente ensayo constituye un esfuerzo por edificar un concepto integral de adultez, etapa de la vida que se instaura como un periodo de grandes cambios en la existencia de toda persona. Para lograr esto, es necesario examinar la adultez a la luz del pensamiento de diferentes autores, así como desde una perspectiva de género y del concepto sociocultural de nuestra cultura occidental. Finalmente, se discutirá el papel que juega el/la profesional de Enfermería en la promoción de estilos de vida saludable en la población adulta.

I PARTE: CONCEPTO DE ADULTEZ

La vida es un proceso; y como tal, se encuentra conformada por etapas. Cada una de ellas contribuye de manera importante a la maduración psicoemocional de los individuos, y los forma como seres sociales. De tal manera, desde nuestro nacimiento hasta la llegada a la adultez, se identifican diversas etapas del desarrollo humano, las cuales al

¹ **Fecha de recepción:** octubre 2005

Fecha de aceptación: febrero 2005

² Estudiante Licenciatura en Enfermería. Universidad de Costa Rica. San José.

cumplirse satisfactoriamente permiten la formación de seres socialmente funcionales (en el mejor de los casos) y capaces de asumir responsabilidades y retos.

Según Nassar y Abarca (1983) por adulto se entiende la existencia de un ser humano quien desde un punto de vista biológico se encuentra orgánicamente desarrollado; quien desde un enfoque económico, goza de independencia de sus padres y solvencia económica; quien desde una perspectiva psicológica, es capaz de responsabilizarse por sus actos y de producir o realizar un aporte al medio social en el que se desarrolla, al tiempo que presenta cualidades psicológicas con independencia de criterio.

Dicho concepto va mucho mas allá de la creencia actual en la cual todo adolescente mayor de 18 años se considera un adulto y adulta, tras la adquisición de su ciudadanía al cumplir la mayoría de edad, acontecimiento el cual trae consigo derechos y responsabilidades específicas. Por ejemplo, no debe excluirse el hecho de que en nuestra sociedad costarricense, encontramos niños, niñas y adolescentes asumiendo funciones y responsabilidades de adultos, por lo que asumen parcialmente responsabilidad económica en sus hogares, y por lo tanto, cuentan con cierto grado de independencia a pesar de que biológicamente su proceso de maduración no ha culminado. Tomando en consideración dichas realidades, se puede afirmar que si bien la adultez se inicia tras el cumplimiento de los requisitos expuestos anteriormente, esto no quiere decir que dicha etapa no se pueda presentar de forma prematura y segmentada.

Las autoras citadas anteriormente, clasifican el concepto de adultez en dos categorías principales: los adultos y la tercera edad, las cuales se subdividen a su vez en tres etapas conocidas como adulto joven (de los 18 a los 25 años), adulto medio (de los 26 a los 45 años), y adulto tardío (de los 45 a los 64 años). Durante la etapa del adulto(a) joven

“...el individuo se enfrenta a la vida con deseos de realizar sus sueños de juventud.” (Nassar & Abarca 1983: p.75); sin embargo, durante este periodo, no existe todavía una afirmación explícita del ser adulto, pero sí da inicio la búsqueda por la independencia económica y emocional. Muchas personas clasifican esta etapa como un proceso de transición entre la adolescencia y la adultez, puesto que para este tiempo la persona ya se encuentra asumiendo ciertas responsabilidades propias del adulto, pero no ha logrado ganar su independencia, o no ha logrado obtener una solvencia económica que le permita prescindir del apoyo económico de sus progenitores.

Seguidamente, conforme la y el adulto joven avanza en sus diferentes áreas de desarrollo psicoemocional, biológico y económico, este se acerca a la adultez media. Según Gould (1972) citado por Nassar y Abarca (1983), “...durante la adultez media se da cierta evaluación del pasado y, cierta ansiedad, porque el tiempo se va escapando, a pesar de que la mayoría de las personas han decidido respecto al matrimonio, a la familia y al trabajo.” (p.78) Además, Nassar y Abarca (1983) añaden que esta sub etapa de la vida es la de mayor productividad laboral y personal. Sin embargo, el adecuado desempeño del adulto en esta época de la vida y en etapas posteriores a ella, se encuentra proporcionalmente relacionado con el proceso de formación de personalidad y autoestima del individuo.

La última sub etapa de la adultez la constituye la adultez tardía, en la cual las personas se encuentran en un periodo de cierre de su desarrollo evolutivo, como lo es la aparición de la menopausia y andropausia, la jubilación, y a la adaptación a una inminente vejez. Nassar y Abarca (1983), explican que esta etapa resulta particularmente difícil para la mujer, ya que al entrar el climaterio y menopausia ella comienza a experimentar

sentimientos de ambivalencia acerca de su rol sexual como procreadora, y la eventual pérdida de su capacidad reproductiva. En el caso de los varones, muchos experimentan sentimientos de inseguridad al jubilarse y retirarse de forma definitiva del campo laboral, tras haber cumplido la función de proveedor de la familia durante muchos años. A pesar de estas circunstancias difíciles, la adultez tardía se encuentra acompañada de una gran ventaja sobre todas las demás, ya que la misma trae implícita la capacidad para la introspección, es decir, la reflexión. Según Neugarten (1968) citado por Nassar y Abarca (1983: p.80), “...los adultos en esta etapa tienen un alto concepto de sí mismos, y consideran que sus preocupaciones del mundo y de las cosas, son las adecuadas.”

En resumen, tras analizar el concepto de adultez y las diferentes etapas que la conforman, es necesario tener claro que un adulto es más que un estado de madurez biológica, ya que además se asocia con un proceso de maduración emocional, psicológica, así como la adquisición de la independencia en todas sus áreas. La adultez no se presenta de forma súbita, sino de manera progresiva, esto mediante el fortalecimiento de la personalidad, y la adquisición de un pensamiento introspectivo, de acuerdo con el cumplimiento satisfactorio cada una de las etapas de desarrollo del individuo. Ahora bien, cabe destacar que toda época de la vida se encuentra condicionada al medio en la que se desarrolla; por lo tanto, para lograr construir un concepto integral de la adultez, es necesario abordar este tema desde un enfoque cultural.

II Parte: La Adultez en la Cultura Occidental

Desde hace muchos años que impera en nuestra cultura occidental el patriarcado, acompañado de una clara desigualdad entre géneros. Nuestros padres, abuelos, y muchas

otras personas han contribuido a que estos esquemas y estereotipos dominen; sin embargo, las nuevas generaciones han logrado evolucionar ideológicamente para proponer un cambio de pensamiento, el cual lleve a la ruptura de esquemas, mediante la adquisición del concepto de igualdad genérica y una actitud de respeto por los derechos humanos.

Cabe resaltar que a este proceso evolutivo contribuyeron los grandes cambios socioeconómicos y los progresos científicos del siglo XX; dentro de los cuales, según Giraldo (1988), podemos mencionar: a) las dos guerras mundiales, b) las diversas investigaciones sobre sexualidad en los años setenta, c) la popularización de los anticonceptivos, d) la industrialización, e) el apogeo de los movimientos liberacionistas, f) las organizaciones sexuales, entre otros.

Al respecto, Giraldo (1988: p.59) opina que “...el hecho de que la mujer trabaje fuera de su casa, en las empresas y profesionalmente, ha incrementado su independencia, ha afectado su concepto de feminidad y ha mejorado las perspectivas de su vida sexual”. Dicho autor refleja cómo las modificaciones en el accionar sociocultural del género femenino, ha contribuido a los procesos de maduración psicológica y adquisición de la independencia, los cuales son considerados a su vez componentes de la adultez.

Al respecto, Bühler (1968) citada por Abarca y Nassar (1983) explica en su Teoría del Desarrollo Humano, que el alcanzar metas, propósitos y el logro de un desarrollo saludable, permiten la mejora de los sentimientos de autoestima, de éxito y de seguridad del adulto.

Ciertamente, es necesario recordar que vivimos en un continente donde, desde las raíces familiares hasta la concepciones religiosas, ha mantenido un esquema de supresión de la sexualidad en el cual “...la escuela intenta negarla, los padres la ignoran o pretenden

inhibirla, los compañeros la ritualizan, la ley la prohíbe en muchas de sus formas, y las autoridades en muchos casos, pretenden limitarla.” (Giraldo 1988: p.59) Por lo tanto, a pesar de los esfuerzos que las personas realicen para modificar el pensamiento patriarcal, siempre existirá una fuerza opositora la cual dificultará el alcanzar las metas establecidas.

Dichas circunstancias pueden tener un impacto significativo especialmente durante la segunda etapa (de los 15 a los 25 años de edad) y tercera etapa (de los 23 a los 50 años de edad) del desarrollo humano de Bühler. De esta forma, “...si los adultos sienten que sus acciones y escogencias fueron adecuadas, y que sus objetivos los están logrando, tendrán sentimientos de éxito y seguridad. Si sucede lo contrario, entrarán en situaciones de ansiedad y experimentarán sentimientos de fracaso.” (Nassar & Abarca 1983: pp. 48-49). De allí resulta primordial la perseverancia del individuo en la obtención de sus metas y sueños.

Así se evidencia cómo el desarrollo adecuado del ser humano se encuentra subordinado al medio sociocultural en el que se encuentra. En el caso de la cultura occidental, el seguimiento o la oposición al patriarcado y la desigualdad de género cumplen un papel fundamental en la consecución de metas y objetivos personales, y el fortalecimiento individual. Ahora, más allá del contexto sociocultural, es necesario comprender el concepto de adultez desde una perspectiva de género.

III Parte: La Adultez desde una Perspectiva de Género

Cuando hablamos de adultez, es necesario hacer referencia al género como parte fundamental del desarrollo psicoemocional dentro de una sociedad. Esto tomando en consideración el hecho de que, como seres sexuados, todos los seres humanos se

encuentran condicionados a asumir un rol sexual, y cumplir con ciertas expectativas sociales, las cuales lleven al desarrollo de una personalidad en base al contexto socio histórico y cultural del país en que se vive.

Bustos (1994: p.267) define al género como: “...la red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, sentimientos, valores, conductas y actividades que diferencian a las mujeres y a los hombres, como producto de un proceso histórico de construcción social...implica la transmisión y aprendizaje de normas que informan a las persona acerca de los obligado, lo prohibido y lo permitido”

Con base en este concepto, se evidencia cómo la sexualidad se encuentra subordinada al género; esto por cuanto el género incluye, según Salas y Campos (2002), tres aspectos fundamentales: 1) atribución, asignación y rotulación; 2) identidad de género; y 3) rol de género. De esta forma, cuando nos referimos al conjunto de estos tres conceptos, tenemos como resultado una y un individuo, quien se encuentra subordinado al cumplimiento de un papel sexual designado desde su nacimiento, y el cual la y lo encasilla en el cumplimiento de funciones propias de su género, y la satisfacción de ciertas expectativas sociales.

Así nace el rol genérico femenino, el cual según Daskal (1992) consiste en ser sumisa, comprensiva, tierna, recatada, humilde, dulce, tolerante, desapercibida, discreta, incapaz de sobresalir sobre el marido, desinteresada y sexualmente atractiva sólo para su pareja. Por otra parte, Salas y Campos (2002) describen el rol sexual masculino como la capacidad de ser fuerte, agresivo, trabajador, conquistador, sexualmente activo, emocionalmente inhibido, indiferente y controlador.

Dichos autores mencionan el impacto significativo que estos papeles sexuales tienen sobre los individuos, pero especialmente en los varones, quienes se ven sometidos a una constante batalla por demostrar su masculinidad, y cuyo cometido incluye la desvalorización hacia la feminidad. De esta forma, ser varón es igual a no ser mujer, y viceversa.

Ahora bien, durante la adultez el cumplimiento de este esquema tendrá un impacto de suma importancia a nivel personal, ya que estas ideologías influyen de forma directa en la idiosincrasia, acciones, relaciones interpersonales y sentimentales de los hombres y las mujeres. Así mismo, afectará la futura descendencia del individuo, debido a que él o ella poseerá una tendencia a reproducir los pensamientos y estándares que le fueron inculcados en la niñez. Tomando en consideración lo anterior, el adulto cuenta con dos posibilidades: aceptar estos valores y pasarlos a la siguiente generación, o modificarlos en busca de la formación de una sexualidad fundamentada en la igualdad y respeto entre los sexos.

La aceptación o el rechazo de los roles sexuales, así como la definición, aceptación u modificación de los pensamientos y bases morales del desarrollo cognitivo de la adultez, tienen un gran impacto en el desarrollo humano, lo cual forma parte del proceso de resolución de las crisis del desarrollo. A su vez, conforman una función importante dentro de la séptima etapa de la teoría del desarrollo de Erickson, llamada generatividad vs estancamiento. Dicha fase se basa en el sentido de que la generatividad llevará al adulto a "...luchar consigo mismo y a buscar un camino más sólido para los años futuros" (Nassar & Abarca 1983: p. 58); esta actitud de criticidad llevará a su vez al fortalecimiento del yo.

Cabe mencionar, que el término generatividad incluye mucho más que la aceptación o negación de ideologías (como lo son los roles sexuales); envuelve además el desarrollo de

la vida personal y social, la creatividad y la productividad. En este sentido, Nassar y Abarca (1983) expresan que algunos factores que intervienen en el desarrollo de la generatividad son: el amor, el trabajo, la fé, la producción personal, la realización social, entre otros. Cuando este mecanismo no se produce de forma adecuada se provoca "...una regresión dentro del proceso evolutivo de la personalidad adulta, lo que lleva a un estancamiento físico, psíquico y social, o sea un empobrecimiento personal." (Nassar & Abarca 1983: p. 59).

Igualmente, Erickson explica que el desarrollo de la persona adulta depende de la solución de las crisis de los periodos de la vida anteriores, de los asuntos de confianza y autonomía, iniciativa y laboriosidad. En otras palabras, el fracaso en superar alguna de las etapas del desarrollo humano, se manifestará sobre el ajuste del adulto como ser social e individuo. Sin embargo, con el fin de garantizar la superación satisfactoria de dichas etapas "...la sociedad tiende a constituirse de tal modo que satisface y provoca la sucesión de personalidades para la interacción, disponiendo de mecanismos que permiten salvaguardar el ritmo y secuencia adecuada del desenvolvimiento" (Nassar y Abarca 1983: p.54). Por lo tanto, la personalidad se va moldeando, transformando y evolucionando, conforme se resuelven dichos conflictos.

IV Parte. Papel del Profesional en Enfermería con la Adulter

Actualmente y durante muchos años ha imperado en el pensamiento del costarricense la idea de que los servicios de salud son meramente curativos. Si bien esta concepción es errónea, es necesario aceptar que durante mucho tiempo esta ideología fue compartida por los mismos agentes del sector salud (profesionales en Enfermería y

Medicina y otros profesionales de la salud), quienes se encargaban de brindar una atención meramente biológica y seccionada, en la cual el proceso de atención en salud era con el objetivo de curar un padecimiento. Sin embargo, este paradigma evolucionó; ahora mira hacia un nuevo horizonte, en donde se busca una atención en salud integral, tomando en consideración que "...el proceso salud-enfermedad, está determinado no solamente por aspectos biológicos, sino además por factores sociales, económicos, culturales, psicológicos, educativos, geográficos y políticos, que inciden sobre el individuo y la colectividad y dan como resultado en ellos un estado de salud determinado" (Villalobos, Luis 1989: p.40). Así nació la necesidad de que el y la profesional en salud participe activamente como impulsador e impulsadora de los conceptos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

Este cambio en el pensamiento y la política de trabajo en el sector salud se vio influenciada, según Cartín (1993), por los cambios epidemiológicos radicales, en donde las enfermedades infecto-contagiosas y carenciales, dejaron de ocupar el primer lugar en los estudios de morbilidad, pasando a sustituirlos:

"...la exposición a agentes tóxicos y a estilos de vida poco saludables, la aparición de nuevas causas de enfermedad... Así la enfermedad cardiovascular, los tumores (principalmente de pulmón, cervix, colon y mama) las enfermedades cerebro vasculares, los accidentes, los suicidios y los homicidios pasaron a encabezar la morbilidad de los países hoy desarrollados y de muchos de los subdesarrollados." (Cartín 1993: p.5).

Dichos padecimientos se presentan principalmente en la población adulta, en la cual se practican hábitos de vida tales como el fumar, el consumo de bebidas alcohólicas, consumo de drogas, ingesta de alimentos altos en grasa, y el sedentarismo, los constituyen factores de riesgo ante la aparición de todo tipo de enfermedades.

En este sentido, él y la enfermera representa quizá un eslabón fundamental en la cadena de profesionales de la salud para el cumplimiento de una atención integral, personalizada y de alta calidad. Esto por cuanto, es el y la profesional en Enfermería, es la persona que mantiene un contacto directo y cercano con las personas en los servicios de salud, lo cual le lleva a asumir la misión por promover la salud y prevenir la enfermedad de las personas. De esta forma, el actuar de Enfermería esconde en su seno el propósito de la profesión, el cual según King (1984: p.15) "...consiste en ayudar a que los individuos conserven su salud para que puedan desempeñar sus roles."

Para lograr dicho cometido, es necesario la comprensión y diferenciación adecuada de los conceptos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad; a lo cual la Organización Panamericana de la Salud (1993: pp.26-27), de acuerdo a los contenidos de la carta de Ottawa, define que promoción de la salud consiste en:

Proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre los mismos... Su acción se dirige a reducir las diferencias en el estado actual de la salud y asegurar la igualdad de oportunidades y proporcionar los medios que permitan a toda la población desarrollar al máximo su salud potencial. Esto implica una base firme en un medio que la apoye, acceso a la información y poseer las aptitudes y oportunidades que la lleven a hacer sus opciones en términos de salud.

En cuanto al concepto de prevención de la enfermedad, Cartín (1993: p.8) menciona que "...la prevención permite la neutralización de factores de riesgo de contraer una enfermedad utilizando estrategias de control viables y eficaces. De esta forma, se anticipa a la aparición del evento que puede perjudicar la salud de la población." Por lo tanto, se busca una participación activa de las personas en su auto cuidado y la responsabilidad individual de ellos y ellas sobre su salud, lo cual a su vez se convierte en estrategia básica de la promoción de la salud.

De esta forma, los y las profesionales en Enfermería cuentan con la oportunidad de desempeñarse en el sector laboral como promotores de la salud, de acuerdo a estrategias enfocadas hacia la práctica de estilos de vida saludable y un ambiente socioambiental sano. Esto se debe a varias razones: primero, porque los sitios de trabajo constituyen focos de captación poblacional para procesos educativos; segundo, debido a la posibilidad de ganar acceso a grupos de trabajadores en riesgo de salud (enfermos crónicos, sedentarios, entre otros), para brindarles información y educación; tercero, por la influencia que Enfermería posee para la modificación del comportamiento de los y las trabajadoras, al de proponer cambios en el ambiente laboral en pro del mejoramiento de las condiciones de salud.

De esta forma, mediante su accionar Enfermería asume un rol de persona-recurso, en el cual, de acuerdo con Pepleau se le considera a al profesional en Enfermería como una (1990: p.40) “...fuente de suministro de conocimientos y procedimientos técnicos...para mejorar la salud del paciente y de la comunidad”. Así mismo, a la luz del pensamiento de esta misma teorizante, asume un rol de enseñanza en cual “avanza a partir de los que el paciente conoce y e desarrolla en torno a su interés por querer y ser capaz de utilizar la información medica adicional” (Pepleau 1990: p.41).

Es necesario dejar claro que la promoción de la salud no es función exclusiva del profesional en Enfermería, también las empresas deben convertirse en impulsadoras de la atención de riesgos ambientales y laborales, los cuales puedan comprometer las condiciones de salud de sus empleados(as); esto "...no sólo en la consecución de un estado de salud óptimo de sus trabajadores, sino, para contribuir a la vez, a generar un mayor estado de conciencia respecto a la importancia de nuestra participación dentro del sistema

nacional productivo y la relevancia de observar ciertas medidas que garanticen la óptima salud ocupacional o profesional de los trabajadores." (Cartín 1993: p.11)

De esta forma, se evidencia que las funciones del profesional en Enfermería trascienden el área hospitalaria, al cumplir un rol fundamental en la promoción de la salud a nivel laboral; esto como parte del proceso de atención integral, abarcando las necesidades informativas y educacionales en salud de dichas poblaciones. Esto se realiza en estrecha participación y colaboración de las personas en la tarea de mejorar su calidad de vida.

Conclusiones:

Tras analizar el concepto de adultez desde diferentes perspectivas, se concluye que:

- La adultez es mucho más que un estado de maduración física y biológica, además abarca un proceso de adquisición de la independencia económica, y de maduración psicoemocional, requisitos los cuales permiten al adulto convertirse en un ser funcional y productivo dentro de la sociedad en que vive.
- La maduración en la adultez se encuentra condicionada a la superación de las diferentes etapas de desarrollo humano; por lo tanto, el fracaso en el cumplimiento de las tareas de cada etapa, puede llevar a la frustración de la persona y a sentimientos de inseguridad e incompetencia.
- La formación de la adultez dentro de una sociedad, se encuentra proporcionalmente relacionada al contexto socio histórico y cultural. El desarrollo de una sexualidad sana permite el fortalecimiento del autoestima de las personas, lo cual constituye fundamental en la superación de crisis y cumplimiento de metas en las diversas etapas de la vida.

- En la cultura occidental existe un pensamiento patriarcal, el cual promueve la desigualdad y subyugación genérica de las mujeres. El cumplimiento de los papeles sexuales designados desde el nacimiento, trae consecuencias directas en el vivir del adulto. Sin embargo, el y la adulto cuenta con la posibilidad de oponerse a los estereotipos sexuales, y buscar el crecimiento y éxito personal, en base a una concepción de respecto a los derechos humanos e igualdad sexual.
- La y el profesional en Enfermería juega un papel primordial en la promoción de la salud dentro del población adulta, la cual debido a sus hábitos de vida, es propensa al padecimiento de todo tipo de enfermedades crónico-degenerativas. Al respecto, el ámbito laborar constituye un lugar rico en oportunidades para educar y brindar información a esta grupo de personas, como parte del proceso de atención integral en salud.

BIBLIOGRAFÍA

- Abarca, Sonia & Nassar, Hannia (1983). *Psicología del Adulto*. San José: EUNED
- Bustos R, Olga. (1994) "La Formación del Género: El Impacto de la Socialización a través de la Educación". México D.F: Grupo Editorial Miguel Ángel Porrua
- Cartín B, Mayra. (1993). La Promoción de la Salud del Adulto: Un Reto para los Servicios de Salud en *Revista Centroamericana de Administración Pública*: Julio-Diciembre 1993. San José: ICAP
- Daskal, Ana Ma (1992). La Vida Cotidiana de las Mujeres en *El Malestar Silenciado: La Otra Salud Mental*. Tercera Edición. Chile: Ediciones Iris Internacional.
- Giraldo, Octavio (1988). "La Sexualidad en la Cultura Occidental". México D.F: Editorial Trillas
- Imogene, King (1984). *Enfermería como Profesión*. México D.F.: Editorial Limusa
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) (1993) *El Papel de Enfermería en el Cuidado del Adulto con Énfasis en la Promoción de la Salud*. Washington D.C: Editorial OPS
- Pepleau, Hildegard. *Relaciones Interpersonales en Enfermería*. Barcelona: Salvat Editores S.A.
- Salas, José M & Campos, Álvaro (2002). *El Placer de la Vida*. San José: UNFPA
- Villalobos, Luis B (1989). "Salud y Sociedad: Un Enfoque para Centroamérica" San José: ICAP