



# **UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTÓNOMAS DE LA COSTA CARIBE NICARAGÜENSE URACCAN**

Monografía

Espiritualidad en el proceso de aceptación y adaptación del  
envejecimiento en población del barrio Libertad

Para optar al título de Licenciada en Psicología en Contextos Multiculturales

## **Autoras:**

Bra. Ana Rosa Lentch López  
Bra. Grachy Norma Sayas Muller

## **Tutora:**

Lic. Yeimy Bordas

**Bilwi, Puerto Cabezas, Nicaragua, RACCN**



# **UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTÓNOMAS DE LA COSTA CARIBE NICARAGÜENSE URACCAN**

Monografía

Espiritualidad en el proceso de aceptación y adaptación del  
envejecimiento en población del barrio Libertad

Para optar al título de Licenciada en Psicología en Contextos Multiculturales

## **Autoras:**

Bra. Ana Rosa Lentch López

Bra. Grachy Norma Sayas Muller

## **Tutora:**

Lic. Yeimy Bordas

**Bilwi, Puerto Cabezas, Nicaragua, RACCN**

Dedicamos este estudio Investigativo a Dios, a la Universidad URACCAN Bilwi, a nuestros padres y a todas las personas que contribuyeron con generosidad y dedicación para que fuera posible esta oportunidad de lograr una meta más en nuestras vidas para poder ejercer como profesionales en la licenciatura de Psicología en Contextos Multiculturales y así poder contribuir a nuestra sociedad.

Dios los bendiga siempre y que este proyecto sea para gloria de Dios.

Bra.

Ana Rosa Lentch Lopez

Bra.

Grachy Norma Sayas Muller

## **AGRADECIMIENTOS**

Primeramente, le agradezco a Dios por permitirme terminar con éxito este estudio investigativo que en algún momento se tornó dificultoso, gracias a mis padres por su valioso apoyo y sacrificio, a nuestras docentes que nos guiaron en este transcurso brindándonos su tiempo y enseñanzas, agradezco también a nuestra tutora quien nos dio su apoyo y orientación que fueron fundamentales para esta investigación, también a los adultos mayores que colaboraron brindándonos de su valioso tiempo y aportando sus conocimientos y vivencias referentes a nuestro tema de estudio investigativo, a todos muchas gracias.

Bra. Ana Rosa Lentch Lopez

Primeramente, quiero agradecer a Dios, por haberme permitido llegar hasta este punto. Realizar este trabajo monográfico fue un trabajo arduo, más se llevó a cabo gracias a Dios, agradezco enormemente a mi familia, agradezco también a mi tutora Lic. Yeimy Bordas quien me dio apoyo y orientación que fueron fundamentales para esta monografía, agradezco a todos aquellos que me impulsaron a seguir y poder lograr esta meta.

Bra. Grachy Norma Sayas Muller

## ÍNDICE

Introduccion.....	1
Objetivos .....	3
Marco teorico.....	4
Diseño metodologico .....	21
Resultados y discusion.....	28
Conclusiones.....	43
Recomendaciones.....	45
Lista de referencias .....	47
Anexos .....	Pag 49

## Resumen

Esta investigación consistió en un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico etnográfico y descriptivo, que se realizó en el barrio libertad con los adultos mayores de las edades de 50 a 60 años de la etnia Miskitu y Afrodescendiente, los mismo aportaron sus conocimientos y saberes en base al tema de investigación, por lo tanto se busco conocer cómo influye la espiritualidad en el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en la etnia Miskitu y Afrodescendiente, donde el adulto mayor toma a la espiritualidad como un medio por el que percibe y manifiesta como una relación para lograr un bienestar personal, que consista en una forma de brindar paz y esperanzas de vivir la vida, siendo que a pesar de que se dan cambios físicos y biológicos, a su vez pueden ser aceptados y lograr adaptarse al proceso de envejecimiento como algo normal en la vida dependiendo de la persona, el apoyo emocional y el entorno en que se encuentre, pero en otros casos se ven a ellos mismos como personas dependientes por los estereotipos actuales hacia el adulto mayor, así también se reflejan las practicas más relevantes pertenecientes a la cultura Miskitu y Afrodescendiente, como la meditación (es algo secreto y sagrado, confirma nuestra herencia divina), oración (acto directo con la figura divina que viven en nuestro ser), chamanismo (creencias y prácticas tradicionales), danzas ( una de las maneras de expresar sentimientos, una forma de transmitir la sanidad espiritual y corporal) y ritos (rituales y limpiezas de fuerzas negativas que destruyen nuestras vida), siendo las más relevantes y que han sido parte de la cultura indígena Miskitu y Afrodescendiente desde tiempos pasados hasta la actualidad, como un medio de encontrarse a sí mismo, la espiritualidad es así referida como aquella perfección, propiedad o atributo esencial del alma humana.

## I. INTRODUCCION

La espiritualidad es una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico (creencias). **Simkin y Azzollini (2015, Pag.22)**

Esta investigación se centra en la espiritualidad y el envejecimiento, y la forma en como son percibidas ambas variantes por pobladores de la etnia Miskitu y Afrodescendiente del barrio libertad de la ciudad de Bilwi Puerto Cabezas, siendo así la primera investigación de la universidad Uraccan en realizar un estudio con esta temática, asumiendo a la espiritualidad como un medio influyente en su relación con el bienestar de la persona, en como para los adultos mayores que practican la espiritualidad se convierte en una forma de brindar paz y esperanzas de vivir la vida tanto social y familiar, para llegar a un proceso de aceptación y adaptación sano, así mismo como las practicas referentes a la espiritualidad les ayuda a sentirse bien y así poder lograr una actitud mental positiva consigo mismo y con los demás, fortaleciendo su fe y motivarse a seguir adelante. También se estarán reflejando las practicas más relativas pertenecientes a la cultura Miskitu y Afrodescendiente, como la meditación, oración, chamanismo, danza, canto y ritos, que han sido parte de estas culturas desde tiempos pasados hasta la actualidad, como un medio de encontrarse a sí mismo y como un medio de identificación personal de su etnia.

Según la Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores (2017):

Refiere al envejecimiento como un proceso que es gradual, que se desarrolla durante toda la vida de la persona, y que incluye tanto cambios biológicos como fisiológicos; así como funcionales, psicológicos y sociales, los cuales llevan consigo consecuencias para la persona mayor, asociándose éstas últimas a la interacción dinámica y permanente que la persona mayor tiene con el medio. Asimismo, y retomando el envejecimiento activo, según la convención, va referido a un proceso

en donde se optimizan las oportunidades de bienestar en todos los ámbitos antes mencionados, ya sean en actividades culturales, sociales, cívicas y espirituales. De este modo ya se puede vislumbrar cierta relación entre la salud de la persona mayor y la espiritualidad **(Pag.46)**.

Así también al hacer mención del envejecimiento en el pueblo Miskitu y Afrodescendiente implica integrar no solo la variable de la espiritualidad, sino también de la cultura, para comprender el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento. Entre los principales aportes que se generarán con este estudio, resalta que los y las participantes nos transmitieron de manera personal sus conocimientos, sabiduría y experiencia para que así las generaciones más jóvenes puedan informarse sobre las costumbres culturales. Posibilitando la preservación del conocimiento indígena Miskitu y Afrodescendiente acerca de las practicas espirituales.

## **II. Objetivos**

### **General**

- Describir la influencia de la espiritualidad en el proceso de aceptación y adaptación al envejecimiento en pobladores Miskitus y Afrodescendientes en las edades de 50-60 años del Barrio Libertad.

### **Específicos**

- Describir la percepción de la espiritualidad y el envejecimiento en pobladores Miskitus y afrodescendientes del barrio Libertad.
- Identificar las prácticas espirituales que realiza la población Miskitu y afrodescendientes en el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en las edades de 50-60 años del barrio libertad.
- Explicar el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en pobladores Miskitus y Afrodescendientes mediante la espiritualidad.

### III. Marco teórico

El presente estudio, está enfocado en describir la influencia que tiene la espiritualidad en los adultos mayores residentes del barrio Libertad en cuanto a su proceso de aceptación y adaptación al envejecimiento en la etnia Miskitu y Afrodescendiente, por este motivo daremos a conocer los diferentes conceptos de espiritualidad y sus autores, se aborda la espiritualidad desde diversos autores, para así tener un campo de comprensión más amplio de ésta misma.

#### **Espiritualidad**

Domínguez, (2017) indica que:

Las creencias y las prácticas espirituales o religiosas crean una actitud mental positiva que puede ayudar a que un paciente se sienta bien y mejore su bienestar espiritual y religioso beneficiando la salud y la calidad de vida, disminuyendo así la ansiedad, depresión, enojo, malestar, sensación de aislamiento y el riesgo de suicidio, aumentando los sentimientos positivos. En el adulto mayor es importante garantizar una buena calidad de vida que le asegure bienestar, felicidad y satisfacción, permitiéndole una capacidad de actuación o funcionando en un momento dado de la vida. (Pag.13).

Retomando la perspectiva de la Organización Mundial de la Salud, ésta dice que lo espiritual, hace referencia a los aspectos de la vida humana que se relacionan con experiencias las cuales trascienden los fenómenos sensoriales **(OMS 2016)**.

Así mismo, cabe mencionar, que espiritualidad no es lo mismo que religiosidad, pero para bastantes personas aquello espiritual de sus vidas posee un componente que es religioso. Lo espiritual de la vida se puede ver como un componente integral junto con componentes tanto físicos como sociales y psicológicos; así, la espiritualidad se puede percibir como vinculada a un propósito y significado. La dimensión espiritual adquiere un carácter menester (necesidad) no tan sólo para la persona

mayor, sino en las personas que le rodean, siendo capaces de percibir tal esfera en él, por el bienestar de la persona.

**Según Simkin y Azzollini (2015, Pag.22)**, la espiritualidad es una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico.

Zinnbauer P. (2013) menciona que:

Es un conjunto de creencias ligadas a la energía, divinidad, pureza; donde describe “Espíritu” se refiere a fuerza de vida, la energía básica del ser, “Espiritualidad” Se refiere a la ayuda en salud mental, porque si se vive a conciencia, llena de valores como amor, perdón, agradecimiento, esperanza, paz, fortaleza, te ayuda a ser más sano emocionalmente. Según esta visión sobre la espiritualidad son las fuerzas fundamentales que impulsan nuestras vidas, nuestros amores y preocupaciones más profundas. Es la fuente de nuestro sentido de significado y de nuestra voluntad de vivir, el origen de nuestros deseos, valores y sueños más profundos (Pag.13)

Así Frankl (2003, Pag.27) refiere que:

El modo más sencillo para estudiar la espiritualidad y existencia del ser humano es la observación de éste en su día a día, no podemos estudiar su espíritu, pero sí su espiritualidad por medio de los actos del ser humano, tampoco podremos aprender la existencia, pero si lo que son las expresiones existenciales de una persona. Gracias al Inconsciente Espiritual, la persona puede realizar sus capacidades de índole espiritual de un modo intuitivo y a la vez, pre-reflexivo; así esta espiritualidad se expresará hacia los valores, el arte, el amor, lo religioso, la ciencia, la coexistencia y lo místico.

La práctica de la espiritualidad tiene en sí misma una función social:

Restablecer el equilibrio de los desórdenes ocasionados por la transgresión y ruptura a las normas, curar enfermedades provocadas por las malas influencias o hechicería o bien, hacer volver el alma perdida de la persona y velar por la unidad de los pueblos de tradición. En nuestra cosmovisión, la relación del hombre con la naturaleza es fundamental para la sobrevivencia, la práctica de la espiritualidad, es como una relación concreta con el creador es más bien un arte de recrear la vida, contribuye al desarrollo del individuo, de la familia y fortalece la relación comunitaria.

**Villalobos y Gutiérrez, Espiritualidad Indígena (2000, Pag.15)**

La espiritualidad constituye un legado africano recreado en el territorio donde a esta gente le tocó instalarse y fue lo único que ellos trajeron, en la travesía Atlántica, y que a la postre les sirvió para fijarse, instalarse e ir dominando la naturaleza en principio desconocida. La espiritualidad es el factor de identidad porque es la ideología que construye una manera diferente para entenderse, actuar y recrearse en el medio físico y sicosocial **(Mosquera, 2000, p. 13)**

## **Envejecimiento**

CONAPAM, (2013), lo define como:

La percepción que las personas tienen en relación con las personas adultas mayores es originada culturalmente y socialmente a partir de patrones de crianza y modelos educativos, erradicar los mitos y estereotipos puede contribuir a una sociedad más justa para la convivencia entre generaciones. Dentro de los mitos y estereotipos más comunes está el viejísimo (edadismo), que consiste en atribuirle a la edad rasgos negativos, lo que viene a acentuar la diferenciación entre las personas mayores y el resto de la población, con el inconveniente de que se favorece la discriminación hacia las primeras.

La Organización Mundial de la Salud, plantea algunas consideraciones sobre la manera en que influyen estos cambios en las personas adultas mayores y en el envejecimiento de la población en general:

Para algunas personas mayores, particularmente aquellas quienes tienen conocimientos y habilidades deseables y flexibilidad financiera, estos cambios crean nuevas oportunidades. Para otras, puede que estos cambios supriman las redes de seguridad social que, de otra manera, hubieran tenido a disposición. Por ejemplo, mientras que la globalización y la conectividad mundial pueden hacer que sea más fácil para las generaciones más jóvenes migrar a zonas de crecimiento, también pueden hacer que los familiares de edad avanzada queden en las zonas rurales pobres sin las estructuras tradicionales de la familia a las que, de otro modo, hubieran podido recurrir en busca de apoyo. **(2015)**

En opinión de **John Beard, Director del Departamento de Envejecimiento y Ciclo de Vida de la OMS (2016)**, La mayoría de las personas nos dejamos llevar inconscientemente por los estereotipos sobre las personas mayores. Sin embargo, como ocurre con el sexismo y el racismo, podemos modificar estas conductas presentes en nuestras sociedades y dejar de tratar a las personas en función de su edad. Con ello, lograremos que nuestras sociedades sean más prósperas, equitativas y saludables».

Según la **Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores (2017, Pag.46)**, se refiere al envejecimiento como un proceso que es gradual, que se desarrolla durante toda la vida de la persona, y que incluye tanto cambios biológicos como fisiológicos; así como funcionales, psicológicos y sociales, los cuales llevan consigo consecuencias para la persona mayor, asociándose éstas últimas a la interacción dinámica y permanente que la persona mayor tiene con el medio.

Asimismo, y retomando el envejecimiento activo, según la convención, va referido a un proceso en donde se optimizan las oportunidades de bienestar en todos los ámbitos antes mencionados, ya sean en actividades culturales, sociales, cívicas y espirituales. De este modo ya se puede vislumbrar cierta relación entre la salud de la persona mayor y la espiritualidad.

Al mismo tiempo, según la **Convención Interamericana en torno a la protección de los derechos humanos de las personas mayores (2015, Pag.29)**, la vejez es definida como una “construcción social de la última etapa del curso de vida”, mientras que se define el envejecimiento como “proceso gradual que se desarrolla durante el curso de la vida”; siendo así una concepción menos biológica, posicionando al envejecimiento como subyugado a la cultura en que se encuentre inmerso. El proceso de envejecimiento puede entenderse también como una oportunidad de transformación sanadora, ya que, cada etapa de la vida nos da oportunidades para transformarse de modo creativo y crecer a partir de aquello que dejó lo que se está enfrentando.

En el estudio realizado por **Acevedo, Trujillo y López en el (2012, Pag.14)** resalta que convertirse en viejo puede significar muchas cosas para cada individuo, dependiendo de los factores presentes, el ambiente en que se vive, los factores físicos, sociales, económicos y emocionales, entre otros, siendo la espiritualidad un soporte prioritario para identificar los procesos de construcción de la vida útil o lo que representa llegar al envejecimiento, considerando la importancia de atender las necesidades espirituales del adulto mayor.

En términos de la pérdida de roles, los teóricos de la actividad han resaltado frecuentemente la ausencia de roles formales desempeñados por las personas mayores dentro de las principales instituciones de la sociedad. Se enfatiza la pérdida de los roles asociados a la jubilación, a la falta de la salud y a la muerte de

uno de los cónyuges. Como ya se apuntaba, algunos autores han relacionado este proceso con el deterioro del concepto que se tiene de uno mismo, con la autoestima, con la satisfacción en la vida y con su estado de ánimo **(Roscow, 1974; Lemon et al., 1972; Larson, 1973 y Blau, 1973). Pag 34**

### **Practicas Espirituales**

La espiritualidad de los pueblos indígenas y afrodescendientes se constituye, por lo tanto, como cuadro general del pensamiento y de la organización social e intelectual de los pueblos en contextos multiculturales y de autonomía regional.

La espiritualidad es en primer momento una práctica individual, y las personas están libres para ejercerla o no, en este sentido han perdido el valor de la espiritualidad para sus vidas, no le dan importancia de la relación profunda que el creador y formador anhela tener con cada ser humano, manifestándose en sus actividades cotidianas y en todas las cosas que le rodean. **Villalobos y Gutiérrez Espiritualidad Indígena (2000) Pag.33.**

### **Etnia Miskitu**

Los indígenas están vinculados indisolublemente a la tierra y al cosmos del punto de vista espiritual. La naturaleza nos ha enseñado a vivir en su contexto, al ser parte de ella buscamos el buen vivir “Yamni Iwaia” y vivir bien en comunidad “wan uplika aikuki kasak lakara iwaia”, el equilibrio y la armonía con ella, por eso los indígenas no son depredadores del medio ambiente, no envenenan las aguas con químicos, no matan animales por deporte, ni vuelven la selva cemento ni aprisionan el agua en botellas de plástico. Es la unión espiritual de los indígenas con la madre tierra; con la madre naturaleza. **(Revista Caribe 2016 Pag.20)**

El **chamanismo** son creencias y prácticas tradicionales similares al animismo que aseguran la capacidad de diagnosticar y de curar el sufrimiento del ser humano, el espíritu crea la vida, no hay ningún sistema religioso en el mundo que la contradiga; al contrario, todos estarían de acuerdo que esta es una realidad, puede ser alguna religión antigua o moderna en el que bajo diferentes formas no se encuentren una al lado de la otra, algo así como dos pensamientos filosóficos o dos religiones que, aunque estando estrechamente unidas no por eso dejan de ser distintas. **(Cox A 2011 Pag.35)**

La espiritualidad posee una llave secreta que abre la puerta de lo divino, el arcano, y delicia del alma, esta llave es la meditación y esta significa nuestra vida externa y energiza nuestra vida interna, como lo es la **meditación**:

- La meditación nos da una vida natural, la meditación es un regalo divino; es la aproximación directa, pues conduce al espíritu hacia aquel de quien ha descendido.
- La meditación nos dice que la vida humana es algo secreto y sagrado, confirma nuestra herencia divina.
- La meditación nos da un nuevo ojo para ver a la vida.

Para Cox A:

La espiritualidad es la oportunidad constante de realizar y probar que todos nosotros El tema de la **danza**, en nuestra espiritualidad es enteramente sagrada o profana; en ambos casos, se entiende como la síntesis polisémica de la espiritualidad polisémica antropomórfica, en la que nada es banal, y lo que es enteramente profano no existe. En la danza que realizan los sukias como elementos de la espiritualidad es como un acto sensual, aun así, no hay contradicción entre las funciones normales del cuerpo y la vida del espíritu, por ejemplo: En el ritual del Sihkrutara, como el culto a los antepasados similar al walagallo de los garífunas, se utiliza la danza como metáfora, es elocuente en cada día como se utiliza las

habilidades, para capturar el sentido exótico, a través del proceso imaginativo del individuo. (2008 P.26)

Los Miskitus reconocen un amo espiritual para cada uno. Estos seres son guardianes de los recursos de su zona ecológica, encargados de protegerlos para que los seres humanos no cometan abusos. La misma autora identifica que el cielo es la morada del amo espiritual más poderoso de la naturaleza, Alwani (el trueno). Las fuentes de agua están bajo la tutela de Liwa (la sirena). Los bosques y la sabana no tienen un solo amo espiritual, sino que están bajo el cuidado de varios espíritus, los unta dukia (gente del bosque) y los duhindo (gente de la sabana). **(Pérez, 2002, Pag.16)**

### **Etnia Afrodescendiente**

Según el documento Caribbean History, refiere que:

Los creoles tienen la creencia desde sus ancestros que al único que le deben la honra y gloria es a Jesús, la espiritualidad está infundada en el amor al prójimo, en el contacto directo del alma con los seres a quien se les puede tender la mano, es notorio admirar el buen corazón y amabilidad que transmiten las familias creoles, por eso, cada gesto de amor, de ayuda mutua, la unión familiar, unidad entre los miembros de la iglesia, unidad étnica, es el reflejo del espíritu abnegado de paz y armonía que tienen los creoles, la relación que tienen con las personas que ya han fallecido por medio de las oraciones que se hacen en sus novenarios y cabo de años, son propios de cada creole, el organizarse para los funerales es parte del ritual étnico y propio que tienen, es una de las maneras de demostrarse cariño, gratitud y respeto por el prójimo, el complemento espiritual se refleja en el respeto a la madre tierra y en el respeto a las creencias de los demás pueblos. (2003, P.21)

Como señala Hooker “La vida de la población garífuna y afrodescendiente, se fundamenta en la espiritualidad. Los ancestros son convocados para acompañar las actividades importantes de la comunidad, para asegurar la siembra y la cosecha, para la sanación de las personas, el cuidado de nuestras hijas e hijos” (2015, p. 8). Es el esfuerzo de mantener limpio la comunidad de los malos espíritus que con frecuencia tratan de apoderarse de nuestros entornos.

El pueblo Afrodescendiente está rico en creencias, costumbres y tradiciones heredadas de sus antepasados, “entre los que podemos mencionar los rituales de la muerte (Walla gallo) los ritos ancestrales, el simbolismo de la comunidad como una fuerza dadora de vida aún después de la muerte y la importancia de compartir alimentos rituales con los vivos **(Hooker 2011, p.53)**

Es importante mencionar algunas tradiciones religiosas que han tenido las familias creoles que pertenecen a la Iglesia Morava, las demás etnias que forman parte de las Regiones Autónoma de la Costa Caribe Norte de Nicaragua, desconocen de las costumbres, creencias y tradiciones de los hermanos y hermanas moravos. Es por tal razón que mediante este escrito se mencionaran de manera general algunas de dichas costumbres:

- Se **canta** y se **predica** en inglés, misquito y español.
- Los **bautizos**: se realizan cuando están recién nacidos, o cuando lo decidan sus padres, pero tienen que tener madrina y padrino respectivamente, por lo general se les inculcan a los padres que busquen de padrinos de sus hijos a personas responsables, respetuosas porque serían los segundos padres de sus frutos
- La **danza**: para las familias creoles es una de las maneras de expresar sentimientos, se evidencia que la danza también representa una forma de transmitir la sanidad espiritual y corporal.

- **Ritual:** Cuando el carbón estaba bien encendido, le dejábamos caer canela, incienso, mirra y tres clavitos de olor (que significa padre, hijo y espíritu santo), esto se tenía que ubicar al centro de la casa, no en una esquina, para que el humo recorra toda la casa. A los integrantes de la casa les colocaban de pie en círculo con las piernas abiertas y las mujeres de vestido para que ese humo se fuese hacia adentro del cuerpo, con el objetivo de sacar todo lo malo que entra por los pies. **(Relatos e Historias de las Familias Creole del Triángulo Minero 2019 Pag.52)**

La mayoría de los Afrodescendientes cree y de una u otra manera practica rituales con la ayuda o no de la persona que invoca el espíritu de Obeah. “Algunos pueblos africanos mantienen una fuerte creencia en el poder del obeahismo y Myalismo, que fueron conservados vivos por los Obeah-men y Myalwomen que venían en los buques de esclavos. Obeahman estaba más vinculado con prácticas de brujería (sorcery) y Myalwoman para enfrentarse con los desastres” **(Claypole, tomo 1, 2001: Pag.108)**. En general las razones que mueven a comunicarse con Obeahman o woman (una variante con relación a lo expresado por el autor anterior), en general son:

- Protegerse de peligros del mundo real o sobrenaturales
- Curarse una enfermedad
- Lograr fortuna o éxito en los negocios, viajes, etc.
- Controlar la naturaleza para beneficio propio
- Mediatizar a un enemigo
- Triunfar sobre el amor
- Procurar un resguardo – amuleto, contra un mal cualquiera y/o para llamar a la buena suerte
- Resolver problemas de la vida cotidiana
- Encontrar lo perdido o robado

- Conocer qué depara el futuro

La creencia en antiguos ritos aún persiste en los comportamientos sociales y condiciones de vida de la población Creole, cuando afirmamos que una buena parte de la población creole de una u otra manera mantiene tradiciones y costumbres relacionados a sus antiguos ritos y creencias, no queremos plantear que estos estén a la luz del día. Sin embargo, si analizamos a profundidad la lógica del comportamiento de las personas, si observamos su comportamiento cotidiano en relación a los fenómenos naturales, si estudiamos la estructura de las creencias, podremos cerciorarnos de que persiste la centenaria cultura de los antepasados.

La mayor parte de los creoles pertenecen a las religiones protestantes. En el municipio de Bilwi, son Moravos, Anglicanos, Bautistas, Evangélicos. Solo una pequeña minoría se considera católica, la mayor parte de los pobladores de ascendencia africana aún tenía sus propias religiones naturales y practicaba sus ritos relacionados a las fuerzas de la naturaleza. Son apenas cuatro generaciones desde que el cristianismo con su doctrina monoteísta transformara parcialmente la estructura de pensar y sentir de la población. Y es justamente por ello que debajo del manto del cristianismo se vislumbran las viejas creencias, relacionadas a los diferentes poderes. **(2003 Caribbean History Pag.35)**

Los conocimientos sobre los ritos y creencias de los grupos poblacionales y minorías étnicas permiten acercarnos más a esos grupos, permiten ayudar a pensar cómo piensan y por lo tanto son un soporte importante para la definición de cualquier tipo de acción relacionada a esos grupos sociales. La aceptación con dignidad de la existencia de ritos y creencias es lo que contribuye a definirse como parte de una etnia, es lo que ayuda a tener identidad, y por lo tanto es parte de esa compleja estructura que nos identifica como parte un grupo. La persistencia de esos ritos y creencias antiguos no ha de ser visto e interpretado como oscurantismo de los

ignorantes, sino que más bien como una antorcha que indica sobre nuestro pasado y que puede aportar en iluminar sobre el camino al futuro. **(Hooker et. Al. creencias y antiguos ritos creole 2000, Pag.15)**

### **Proceso de aceptación y adaptación**

**Aceptación:** primera etapa consistente en interiorizar los valores de otro (persona o grupo) reconociendo su existencia. Para las personas mayores es clara la dificultad de aceptación de conductas sociales, políticas, económicas, sexuales, (opuestas a sus valores), propuestas por parte de otros sectores de población. **(Envejecimiento: Resiliencia en la vejez 2019 Pag.5)**

Para un óptimo envejecimiento, la persona ha de aceptar los cambios físicos derivados de la falta de fuerza, agilidad, productividad, y de cambios corporales visibles como las arrugas. También se debe aceptar positivamente la disminución de rendimiento en otras áreas, y por ello la resiliencia ayuda a aceptar esos cambios a través de un buen nivel de autoestima. **(Envejecimiento: Resiliencia en la vejez 2019 Pag.5)**

El proceso de aceptación del envejecimiento arrojó distintos componentes, tanto emocionales (angustia, enfado, pena), cognitivos (resignación, preocupación, desesperación), conductuales (comparación con los demás, relación cuidador y persona cuidada) como ambientales (Cambio de vida). Las Personas Mayores como sujetos, saberse situar respecto a la propia Vejez de una manera positiva **(José Luis Conde Salas 1997 Pag.12):**

#### **a) Aceptación de la Vejez como una etapa positiva**

. El conocimiento, la experiencia, la sabiduría como valores propios.

. Operativizar esta sabiduría, a través de las memorias, de la transmisión de experiencias, del consejo; de la producción propia y de la ayuda a los demás, lo cual nos hace sentir útiles y valorados.

. La vivencia de esta etapa como una fase de desarrollo, en la que la persona ha de cultivar la ilusión para continuar aprendiendo y produciendo, si bien de una manera diferente.

#### **b) Visión global, comprensiva y positiva del Ciclo Vital**

. Activar los recuerdos positivos y valorizantes de la vida pasada.

. Actitud comprensiva por los errores que se han cometido, aceptando que algunas cosas no dependían totalmente de nosotros.

Por su parte Conde J S, manifiesta que:

La manera más segura de evitar ensimismarse y aislarse, de estar excesivamente centrado en uno mismo, es poderse vincular a las personas y a todo aquello que ocurre en el entorno. Gozar de la relación con los demás es toda una garantía de salud mental: cultivar los vínculos de la familia, de las amistades, es una buena manera de sentirnos vivos, de constatar que para los demás tenemos un valor y una significación. No sin razón, la soledad es una de las condiciones más temidas por los Mayores. Mantener nuestras vinculaciones con el entorno y las personas es también una forma de aferrarnos a la realidad y de relativizar nuestras dificultades en contacto con las de los otros: un exceso de preocupación sobre las nuestras no haría más que acrecentarlas. **(1997 Pag.12)**

La importancia de las relaciones con el entorno ha venido subrayada por las investigaciones relacionadas con el apoyo social, y el nivel de estrés y calidad de vida en la Vejez. La conclusión es clara: hay una relación inversa entre la red social

de una persona y las disfunciones físicas y / o psicológicas; cuánto menores son las redes sociales, mayores son las patologías. Vamos a comentar brevemente algunas aportaciones siguiendo a **(Albarracín y Goldestein 1994 Pag.13)**

**Adaptación:** Un grado más allá que la acomodación, que exige un cambio de conducta a nivel individual. Los procesos de adaptación social en la vejez se realizan por los mecanismos o procesos de sustitución (donde la persona mayor reemplaza actividades por otras nuevas) y por los procesos de reducción (donde el anciano disminuye el número y la intensidad de ocupaciones redistribuyendo energía y tiempo en los otros roles que mantiene). Asimismo, podemos hablar de cinco elementos para una adaptación satisfactoria: entusiasmo, fortaleza, autorrealización, autoestima y perspectiva optimista y esperanzada. **(Erikson, e. 1980 Pag.27)**

Erikson fue el primer psicoanalista que en 1950 presentó el concepto de desarrollo en la edad adulta con sus ocho edades del hombre, considerándolo como un continuo que abarca toda la existencia, desde el nacimiento hasta la muerte que requiere una síntesis.

En la vejez, lo que se juega es la síntesis entre la integridad del Yo y la desesperanza. Erikson señala la integridad del ser, como la seguridad adquirida por el ser humano, con respecto a la armonía, el sentido de la dignidad del propio estilo de vida y la sensación de la integración en la cultura. Este ideal es lo que Erikson llama sabiduría. Por el contrario, la desesperanza se traduciría en un malestar consigo mismo, en forma de sentimientos de frustración, rechazo, duda, vergüenza, culpa, soledad, ineficacia, desconfianza, miedo, tristeza, y terror, a la cercanía de la muerte **(Erikson, e. 1980 Pag.27)**

**Moos y Lembe (1985, Pag.87)** muestran que las personas de edad con más recursos sociales tienden a usar las estrategias de afrontamiento activo. Desde la perspectiva contextualista, las habilidades de afrontamiento pueden ser aprendidas o modificadas por influencia del medio social.

Al reconocer que el deslindar los límites entre la enfermedad y las manifestaciones propias del proceso de envejecimiento nos da sólo una visión parcial del problema, **Rowe y Kahn (1987, Pag.21)** proponen un concepto novedoso: estratificar el envejecer “normal” en dos categorías, a saber: envejecimiento exitoso, refiriéndose a los sujetos en quienes se observa sólo el decremento funcional atribuible al proceso de envejecimiento y donde ni la enfermedad ni los factores ambientales o factores adversos en el estilo de vida complican o acrecientan el deterioro.

Esto representa una mayor reserva fisiológica y menor riesgo de enfermedad. Además, implica la existencia de cambios que son susceptibles de prevención o reversibles en el proceso de envejecimiento, de curso otrora considerado como inexorable.

Es una realidad que en el proceso de envejecimiento se concreta gran parte de los planes de las etapas vitales de un ser humano. No obstante, esto no significa que llegar a él sea sinónimo de vulnerabilidad o invisibilidad, ya que son precisamente las actitudes encaminadas a la segunda (invisibilidad), las que desencadenan la primera en los adultos mayores (vulnerabilidad).

Igualmente, el proceso de adaptación de las personas mayores está determinado por el contexto ambiental y las experiencias espaciales (positivas y negativas) de envejecer en el lugar, circunstancias que determinan su identidad y apego al lugar. Al respecto, se ha acumulado conocimiento relativo a la identidad ambiental en el

envejecimiento, el significado del lugar y las experiencias espaciales asociadas a los cambios en el entorno propio o por la reubicación. **(Sánchez-González, 2009 Pag.23)**

Algunas teorías se han centrado en el concepto de adaptación o proceso de negociación en el envejecimiento, por el cual la persona ajusta su comportamiento a las características del entorno en relación con su capacidad funcional. Dicha adaptación es un mecanismo que posibilita acostumbrarse, de forma gradual o súbita, a los cambios en el ambiente a lo largo del tiempo. También, el grado de adaptación está determinado por los factores físicos y sociales del entorno y los medios con que cuenta la persona para enfrentarlos. **(Lawton, 1986 Pag.87)**

En el envejecimiento el proceso de adaptación está determinado, sobre todo, por las limitaciones funcionales (físicas y psicológicas) de los sujetos para enfrentar las presiones ambientales de origen natural y social en el entorno urbano. Los factores limitantes personales, como enfermedades degenerativas, discapacidad y dependencia, pueden hacer la diferencia en esta etapa de la vida **(Satariano, 2006 Pag.42)**

Las personas mayores acomodan, ajustan y reubican las presiones del ambiente físico-social de acuerdo con sus capacidades. De hecho, se evidencia la existencia de interacciones recíprocas entre la persona y el ambiente urbano, donde los adultos mayores pueden actuar como agentes de cambio y favorecer su adaptación, combatiendo la tradicional imagen estereotipada de sujetos dependientes **(Sánchez-González, 2015 Pag.101).**

**Vaillant (2002, Pag.119)** dice que el envejecer disminuye los ritmos de vida de una persona y deja tiempo y espacio para disfrutar las cosas sencillas y simples que

antes no se les prestaba atención. Vaillant deja en claro que las relaciones interpersonales, los vínculos, tanto informales como familiares y sociales, son los que favorecen un envejecimiento exitoso, pero no la religión, sin embargo, otros autores si han encontrado mejorías vistas anteriormente. Este mismo autor plantea 6 tareas o grandes quehaceres en esta etapa de vida:

- 1.- Cuidar a otros y mantenerse socialmente útil.
- 2.- Mantener la integridad; Aceptar el pasado y aprender de la generación siguiente.
- 3.- Esforzarse por su autonomía.
- 4.- Disfrutar la vida, mantener el sentido de humor.
- 5.- Ser tolerante con los aspectos de la vejez, aceptar la necesidad de dependencia.
- 6.- Tratar de mantener contacto e intimidad con viejos amigos y hacer nuevas amistades.

## **IV. Diseño metodológico**

### **Ubicación del estudio**

El presente estudio se realizó en el Municipio de Puerto Cabezas, específicamente en el barrio Libertad.

### **Tipo de estudio**

Es un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico etnográfico descriptivo de corte transversal.

Los estudios cualitativos buscan principalmente la discrepancia o expansión de los datos e información (Sampieri H, 2010)

### **Enfoque teórico metodológico**

Enfoque fenomenológico etnográfico descriptivo de corte transversal.

Enfoque fenomenológico: su propósito principal es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias. (Sampieri, 2003)

Enfoque etnográfico: hace referencia en estudiar mediante la descripción y el análisis profundo de las creencias, significados, conocimientos y prácticas de grupos, culturas y comunidades de diferentes etnias, se obtendrá la información y los resultados de la etnia Miskitu y Afrodescendiente.

Descriptivo: permite conocer la percepción que se tiene de la espiritualidad y el envejecimiento y como es el proceso de aceptación y adaptación en la etnia Miskitu y Afrodescendiente.

Y por último es de corte transversal ya que se realizó en un periodo de tiempo previamente establecido.

### **Profundidad de la investigación**

El nivel de profundidad de nuestro documento es descriptivo ya que en el presente estudio se describirán la percepción y los conocimientos que tienen los adultos mayores en relación a la espiritualidad como un medio influyen en el proceso de aceptación y adaptación en el envejecimiento de la etnia Miskitu y Afrodescendiente, se han utilizado teorías internacionales y nacionales que fundamentan la espiritualidad y envejecimiento. Esto se adquirió previamente de un diagnóstico que nos ha permitido detectar en forma clara y objetiva distintas percepciones, creencias y prácticas de la etnia Miskitu y Afrodescendiente, con el propósito de describirlos, entender su naturaleza y explicar sus causas y efectos, de ahí que, en función de los objetivos, el estudio tenga un carácter descriptivo.

### **Población**

En el barrio libertad habitan alrededor de 587 personas, siendo nuestra población de estudio únicamente 12 adultos mayores, siendo 6 de etnia Miskitu y 6 de etnia Afrodescendientes del área urbana del Municipio de Puerto Cabezas, que habitan en el barrio libertad, quienes serán entrevistados de manera individual para obtener información necesaria acerca de sus conocimientos, percepción, vivencias y prácticas que realizan.

### **Muestra**

Se tomó como muestra para el trabajo investigativo, a 12 personas reconocidas como adultos mayores de la etnia Miskitu y Afrodescendiente, que viven en el barrio libertad, de sexo masculino y femenino, con las que se realizarán una entrevista, y

conversaciones directas en el hogar. Se trabajó con un muestreo en cadena la cual consiste identificar a un primer participante para que de allí se deriven los demás sujetos.

### **Lugares y grupos seleccionados.**

Este estudio se realizará en el barrio libertad, visitando las casas de los adultos mayores según su etnia Miskitu y Afrodescendiente, para este estudio se tomará en cuenta la participación de 12 adultos mayores, siempre valorando que los hombres y mujeres que intervengan en la información del presente estudio sean mayores de edad y posean experiencia en la temática.

### **Unidad de análisis**

La espiritualidad es fundamental en el proceso de envejecimiento, por esa razón se tomará como unidad de análisis, la aceptación y adaptación del envejecimiento en el barrio libertad, Municipio de Puerto Cabezas, Región Autónomas de la Costa Caribe Norte de Nicaragua.

En el envejecimiento la aceptación y adaptación es esencial para integrar de mejor manera los cambios que se dan en el adulto mayor, por esa razón se tomará como unidad de análisis, la espiritualidad del adulto mayor en el barrio libertad, Municipio de Puerto Cabezas, Región Autónoma de la Costa Caribe de Nicaragua.

## Descriptores

Objetivos específicos	Descriptores	Dimensiones de los descriptores	Métodos técnicos y
<b>Describir la percepción de la espiritualidad y envejecimiento de la etnia Miskitu y Afrodescendiente</b>	Percepción de la espiritualidad y envejecimiento de la etnia Miskitu y Afrodescendiente	Espiritualidad Envejecimiento	Entrevistas
<b>Identificar las practicas espirituales Miskitu y Afrodescendiente</b>	Practicas espirituales Miskitus y Afrodescendiente	Oración Meditación Chamanismo  Cantos Predicas Rituales Danzas	Entrevistas
<b>Explicar el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en pobladores Miskitus y Afrodescendientes</b>	Proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en Miskitus y Afrodescendiente	Apoyo familiar Apoyo social	Entrevistas

## Criterio de selección

Población adulta perteneciente al Barrio Libertad.

Hombres y mujeres entre las edades de 50 a 60 años.

Población perteneciente a la etnia Miskitu y Afrodescendiente.

## Criterios de exclusión

Población adulta no perteneciente al Barrio Libertad.

Hombres y mujeres que no se encuentren entre las edades de 50 a 60 años.

Población que no pertenezcan a la etnia Miskitu y Afrodescendiente.

### **Fuentes de información**

Fuentes primarias serán los adultos del Barrio Libertad a los que se les realizarán las entrevistas. y bibliografías

Fuentes secundarias serán la revisión de bibliografías, documentos, revistas.

### **Métodos**

Para la realización de esta investigación se procedió a elegir el tema y la población con la cual se requería trabajar, ya delimitado y finiquitado el tema, se entregó el AVAL de consentimiento previo libré e informado al Wihta del barrio libertad, para investigar y publicar, ya una vez aprobado el tema se llevó a cabo la inscripción de dicho tema de investigación Espiritualidad en el proceso de aceptación y adaptación de pobladores Miskitus y Afrodescendientes, se elaboraron las preguntas para las entrevistas a nuestra población de estudio que son los adultos mayores de 50 a 60 años del barrio libertad con la población Miskitu y Afrodescendiente para de este modo recaudar información que contribuya con nuestra investigación.

### **Técnicas e instrumentos**

Se realizarán entrevistas en profundidad abiertas y guiadas para la obtención oportuna de datos relevantes, que tiene como objetivo conocer sobre la percepción que tiene el adulto mayor del envejecimiento, como también que practicas espirituales realiza.

La información documental que permite informar sobre hechos que han pasado o están pasando con los pobladores en la zona de estudio y indagar sobre otras visiones derivadas de otros autores.

## **Procesamiento y análisis de datos**

Los resultados se obtendrán mediante la aplicación de una entrevista a profundidad abierta el cual estará basado en el análisis de cómo es el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento de 50-60 años mediante la espiritualidad.

Para llevar a cabo el estudio se estará entregando el consentimiento libre, previo e informado a cada participante.

## **Aspectos éticos**

Primeramente, se les pedirá su consentimiento libre previo e informado, se le explicará a cada informante de los objetivos de investigación y los propósitos del mismo., cada participante potencial debe recibir información adecuada acerca de los objetivos, métodos, fuentes de financiamiento, posibles conflictos de intereses, afiliaciones institucionales del investigador, beneficios calculados, riesgos previsibles e incomodidades derivadas del experimento, estipulaciones post estudio y todo otro aspecto pertinente de la investigación.

El participante debe ser informado del derecho de participar o no en la investigación y de retirar su consentimiento en cualquier momento, sin exponerse a represalias. Se debe prestar especial atención a las necesidades específicas de información de cada participante, como también a los métodos utilizados para entregar la información.

Se establecerá con cada informante los mecanismos para la validación de la información y devolución de los resultados.

El consentimiento libre informado se realizará por escrito de conformidad con la normativa establecida en la URACCAN.

Se les garantizara la confiabilidad de cada informante en caso de que ellos así lo deseen.

### **Delimitación y limitaciones del estudio**

<b>Delimitación</b>	<b>Limitaciones</b>
<b>El estudio se realizará con la población de la etnia Miskitu y Afrodescendiente del barrio libertad, de sexo masculino y femenino durante el mes de septiembre del año lectivo.</b>	Las posibles limitantes sería que nuestra población de estudio no quiera participar, no nos brinden tiempo para las entrevistas, no encontrar suficiente población de estudio con las edades referidas para la investigación.
<b>Se realizarán las entrevistas y una guía de preguntas, tomando en cuenta nuestras variables a investigar, espiritualidad, envejecimiento, aceptación y adaptación.</b>	Que haya una limitante con respecto al género de la población donde no se encuentran ya sean 6 mujeres u hombres, algún incidente personal o la pérdida total de la investigación.

## V. Resultados y Discusión

### **Percepción de la espiritualidad y el envejecimiento en pobladores Miskitus y afrodescendientes del barrio Libertad**

Domínguez indica que las creencias y las prácticas espirituales o religiosas crean una actitud mental positiva que puede ayudar a que un paciente se sienta bien y mejore su bienestar espiritual y religioso beneficiando la salud y la calidad de vida, disminuyendo así la ansiedad, depresión, enojo, malestar, sensación de aislamiento y el riesgo de suicidio, aumentando los sentimientos positivos. En el adulto mayor es importante garantizar una buena calidad de vida que le asegure bienestar, felicidad y satisfacción, permitiéndole una capacidad de actuación o funcionando en un momento dado de la vida. **(2017, Pag.13)**

Según la **Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores (2017, Pag.46)**, se refiere al envejecimiento como un proceso que es gradual, que se desarrolla durante toda la vida de la persona, y que incluye tanto cambios biológicos como fisiológicos; así como funcionales, psicológicos y sociales, los cuales llevan consigo consecuencias para la persona mayor, asociándose éstas últimas a la interacción dinámica y permanente que la persona mayor tiene con el medio. Asimismo, y retomando el envejecimiento activo, según la convención, va referido a un proceso en donde se optimizan las oportunidades de bienestar en todos los ámbitos antes mencionados, ya sean en actividades culturales, sociales, cívicas y espirituales

El estudio se llevó a cabo en el barrio Libertad con pobladores adulto mayor de la etnia Miskitu y Afrodescendiente en edades de 50 a 60 años, el sexo fue homogéneo, el estado civil que predominó fue casado, de los cuales la mayoría de los entrevistados pertenecían a la religión católica y Morava.

Al consultar qué conocen sobre la espiritualidad, manifestaron lo siguiente:

***"Es la creencia que se tiene de algo superior a la humanidad que controla la naturaleza"***

***"Es algo bonito porque así olvido un rato que estoy enferma y me siento bien tranquila"***

***"Para mí la espiritualidad tiene que ver con la religión, la doctrina que practicamos desde muy pequeños, también tengo conocimientos de espiritualidad como las practicas con la naturaleza, las creencias"***

***"Es algo divino que nos da paz interior y nos ayuda a ser mejores personas, entiendo en nuestras creencias ideologías como las magias, pero yo en lo personal solo creo en Dios"***

Estos resultados coinciden con el estudio de **Frankl (2003) Pag.27**, el modo más sencillo para estudiar la espiritualidad y existencia del ser humano es la observación de éste en su día a día, no podemos estudiar su espíritu, pero sí su espiritualidad por medio de los actos del ser humano. Gracias al Inconsciente Espiritual, la persona puede realizar sus capacidades de índole espiritual de un modo intuitivo y a la vez, pre-reflexivo; así esta espiritualidad se expresará hacia los valores, el arte, el amor, lo religioso, la ciencia, la coexistencia y lo místico.

De este modo se puede decir que ambas etnias perciben la espiritualidad como un medio que les brinda paz, tranquilidad, y que también les proporciona la motivación que necesitan para seguir con el curso de la vida adulta, aunque consigo traiga cambios, pero manteniendo la fe y poniendo en práctica el fortalecer la espiritualidad propia, en base a sus creencias y costumbres culturales.

Al consultar qué significa el envejecimiento para ellos, manifestaron lo siguiente:

*Es algo natural, un ciclo de la vida, que nacemos, vivimos, nos enriquecemos de experiencias de la vida misma"*

*"Ya pasamos la vida, ya van para el fin de la vida el hombre, la vejez en sí es donde nace, crece y muere"*

Estos resultados coinciden con el estudio realizado por **Acevedo, Trujillo y López en el (2012, Pag.14)** resalta que convertirse en viejo puede significar muchas cosas para cada individuo, dependiendo de los factores presentes, el ambiente en que se vive, los factores físicos, sociales, económicos y emocionales, entre otros, siendo la espiritualidad un soporte prioritario para identificar los procesos de construcción de la vida útil o lo que representa llegar al envejecimiento, considerando la importancia de atender las necesidades espirituales del adulto mayor.

Sin embargo, otros entrevistados refirieron que: ***"En el envejecimiento uno es menos útil para las personas, una carga familiar y poder padecer alguna enfermedad, pero también escuche que es una etapa bonita"*** resultados que coinciden con **John Beard, Director del Departamento de Envejecimiento y Ciclo de Vida de la OMS (2016)**, que la mayoría de las personas nos dejamos llevar inconscientemente por los estereotipos sobre las personas mayores, de que son personas frágiles, dependientes.

Esto indica que los pobladores Miskitus y Afrodescendientes perciben el envejecimiento como algo natural que es parte del ciclo de la vida, el cual trae cambios, pero que pueden ser captados de manera positiva a dependencia de la persona y como se estime en vivir este proceso, también surgen necesidades de querer un acercamiento constante a la parte espiritual y religioso como un medio para poder conllevar y sentirse bien consigo mismo. Así también hubieron algunos

que referían lo contrario por el hecho de los estereotipos que hay sobre el adulto mayor, refiriendo que son personas muy dependientes y que no deberían realizar ningún tipo de labor, sino solo estar tranquilo, sin embargo esto ira en dependencia del medio en el que se rodee el adulto, ya sea con personas que en vez de excluirlo, lo incluyan y lo traten como una persona que puede llegar a contribuir de alguna forma en la familia o la sociedad.

### **Practicas espirituales que realiza la población Miskitu en el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento**

La espiritualidad es en primer momento una práctica individual, y las personas están libres para ejercerla o no, en este sentido han perdido el valor de la espiritualidad para sus vidas, no le dan importancia de la relación profunda que el creador y formador anhela tener con cada ser humano, manifestándose en sus actividades cotidianas y en todas las cosas que le rodean. En nuestra cosmovisión, la relación del hombre con la naturaleza es fundamental para la sobrevivencia, la práctica de la espiritualidad, es como una relación concreta con el creador es más bien un arte de recrear la vida, contribuye al desarrollo del individuo, de la familia y fortalece la relación comunitaria. **Villalobos y Gutiérrez Espiritualidad Indígena (2000) Pag.33.**

Al consultar Cuáles son las practicas espirituales que ha realizado y le han servido en el proceso de aceptación y adaptación al envejecimiento, manifestaron lo siguiente:

***“Todos los días ir a la iglesia, visitar enfermos y orar”***

***“Rezo diario y pido por mi salud y fuerza para seguir adelante”***

***“Aceptar al señor, ir a seminarios, bautizar y seguir la línea de lo que dice la biblia”***

***“Estoy en práctica de mi forma de vida para estar entrando en cristianismo, estudio la biblia para saber cómo actuar y estar bien conmigo espiritualmente”***

Estos resultados coinciden con los de **Zinnbauer P. (2013, Pag.13)** menciona que la espiritualidad es un conjunto de creencias ligadas a la energía, divinidad, pureza; donde describe “Espíritu” se refiere a fuerza de vida, la energía básica del ser, “Espiritualidad” se refiere a la ayuda en salud mental, porque si se vive a conciencia, llena de valores como amor, perdón, agradecimiento, esperanza, paz, fortaleza, te ayuda a ser más sano emocionalmente. Es la fuente de nuestro sentido de significado y de nuestra voluntad de vivir, el origen de nuestros deseos, valores y sueños más profundos.

Se dedujo que la mayoría de nuestros entrevistados adultos mayores realizan actividades referentes a las practicas espirituales basándose en la religión, ya que tienden a relacionar que la religión y la espiritualidad tienen un mismo concepto, esto se da por que la religión es la que les proporciona sus primeros aprendizajes sobre asuntos espirituales, por lo que para ellos religión y espiritualidad significan lo mismo y no tienden a referir que realmente son diferentes, por esto es que se basan en que mediante la religión fortalecerán su espiritualidad y que así también facilitarán su cercanía para obtener paz y tranquilidad interior, en el cual sientan

plenitud y un crecimiento de fe en ellos, y así puedan saber cómo actuar, poder expresarse y transmitir enseñanzas positivas a los demás.

Al indagar como vive su espiritualidad y que hace para conservarla, manifestaron:

***"Visito la iglesia, leer la biblia"***

***"Mi espiritualidad es positiva porque tengo fe y hago oraciones en casa o en el patio y siento una comunicación con la naturaleza y Dios"***

***"Realizo rituales por así decirlo utilizo incienso en mi cuarto y me pongo en cierta posición para meditar sobre mi vida, la familia, dándome fuerzas para seguir adelante y mantenerme tranquila"***

***"Bien practicando cosas que me ayudan a conservar, seguir los pasos de Dios"***

Estos resultados coinciden con (Villalobos y Gutiérrez (2000). **Espiritualidad Indígena**) La práctica de la espiritualidad tiene en sí misma una función social: Restablecer el equilibrio de los desórdenes ocasionados por la transgresión y ruptura a las normas, hacer volver el alma perdida de la persona y velar por la unidad de los pueblos de tradición. En nuestra cosmovisión, la práctica de la espiritualidad es como una relación concreta con el creador es más bien un arte de recrear la vida, contribuye al desarrollo del individuo, de la familia y fortalece la relación comunitaria.

Se logró deducir que los adultos mayores perciben la espiritualidad de una manera en la que les brinda tranquilidad, fortaleza, y la practican mediante la oración, meditación, rezos, y rituales que manifiestan como un medio de comunicación con la naturaleza, los cuales les hacen sentir en bienestar con su vida y les sirve como guía para el camino por recorrer y de ese modo conservar la misma, pero cabe mencionar que no dejan desligada la relación con la religión porque es su medio de

aprendizaje primario de lo que es la espiritualidad para ellos, sin embargo en ocasiones tratan de poner en práctica las costumbres referentes a su etnia para que sigan vigentes y poder mostrarle a otros sobre ello.

Al indagar qué actividad realiza para aprovechar su vejez, manifestaron:

*“Me dedico a leer, leo la biblia y ayudo en el hogar porque me gusta de vez en cuando”*

*“Me gusta leer revistas y cuestiones religiosas, pasar en familia”*

*“Dedicarme a visitar la iglesia y meterme de lleno a mi negocio”*

*“Ir a la iglesia, cuidar la venta de mi hijo y ver tv”*

Estos resultados coinciden con **Simkin y Azzollini (2015, Pag.22)**, la espiritualidad es una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico.

Se dedujo que los adultos mayores realizan prácticas tanto cotidianas y de forma espiritual, con las que crean comportamientos que se acoplan a su estilo de vida, mediante el cual se sientan cómodos y seguros de lo que realizan para un bien personal y común con los que convive.

**Practicas espirituales que realiza la población Afrodescendiente en el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento**

La revista **Caribbean History** hace mención que los creoles tienen la creencia desde sus ancestros que al único que le deben la honra y gloria es a Jesús, la espiritualidad está infundada en el amor al prójimo, en el contacto directo del alma con los seres a quien se les puede tender la mano, es notorio admirar el buen corazón y amabilidad que transmiten las familias creoles, por eso, cada gesto de amor, de ayuda mutua, la unión familiar, unidad entre los miembros de la iglesia, unidad étnica, es el reflejo del espíritu abnegado de paz y armonía que tienen los creoles. **(2003 Pag.21)**

Al consultar Cuáles son las practicas espirituales que ha realizado y le han servido en el proceso de aceptación y adaptación al envejecimiento, manifestaron lo siguiente:

***“Me gusta cantar los cantos religiosos en inglés, alabar al señor y fortalecer así mi fe, en cualquier lugar, la casa, el patio, los cultos, me gusta sentirme bien espiritualmente”***

***“Realizo cantos, oraciones ya sea solo o en familia”***

***“Asisto a los cultos del barrio, para mantener mi fe y mi espíritu bien”***

Esto se relaciona con el estudio de **Claypole, tomo 1 (2001) Pag.108** la creencia en antiguos ritos aún persiste en los comportamientos sociales y condiciones de vida de la población Creole, cuando afirmamos que una buena parte de la población creole de una u otra manera mantiene tradiciones y costumbres relacionados a sus antiguos ritos y creencias, no queremos plantear que estos estén a la luz del día.

Se puede deducir que la población Afrodescendiente tiene aún presente de cierta forma sus costumbres y creencias, y tratan de mantenerlas vigentes, ya sea en el plano personal, familiar y social, manifestando de manera constante su espiritualidad por cantos, oraciones, su fe, sin embargo no dejan desligado que son vistas como prácticas religiosas.

Al indagar como vive su espiritualidad y que hace para conservarla, manifestaron lo siguiente:

*“Como la fe, yo rezo, le pido al señor por mí y mi familia, leo la biblia para tratar de no perder mi fe y escucho música cristiana”*

*“Yo siento que vivo bien porque Dios nos da paz, voy a la iglesia y cantamos, oración para que Dios me de fuerza para poder seguir adelante”*

*“Firme con el señor, no me siento decaído ni desanimado, oro, hablo con Dios para tener una respuesta, leo la biblia y así abandono el pecado”*

Esto se relaciona con el estudio de **Hooker et. Al. creencias y antiguos ritos creole (2000) Pag.15** La aceptación con dignidad de la existencia de ritos y creencias es lo que contribuye a definirse como parte de una etnia, es lo que ayuda a tener identidad, y por lo tanto es parte de esa compleja estructura que nos identifica como parte un grupo. La persistencia de esos ritos y creencias antiguos no ha de ser visto e interpretado como oscurantismo de los ignorantes, sino que más bien como una antorcha que indica sobre nuestro pasado y que puede aportar en iluminar sobre el camino al futuro.

Esto indica que los adultos mayores de la etnia afrodescendientes desde un marco personal tratan de realizar algunas prácticas espirituales con el fin de seguir con las

costumbres tradicionales de su etnia, y de ese modo también conservarlas, para obtener un acercamiento más definido de su fe y su espiritualidad, para tener paz y vivir plenamente el proceso de envejecimiento.

Al indagar qué actividad realiza para aprovechar su vejez, manifestaron lo siguiente:

*“Estoy en coro de la iglesia, oro en casa”*

*“Estoy como encargado de una venta que tiene la iglesia, visito enfermos, amigos, voy a las reuniones de la iglesia, paso tiempo con mi familia”*

*“A veces manejar taxi, pescar, cazar, visitar a sus amigos, leer libros, la biblia es un habito que yo tengo en la casa”*

Esto se relaciona con el estudio de **Hooker (2015) p. 8**. “La vida de la población garífuna y afrodescendiente, se fundamenta en la espiritualidad. Los ancestros son convocados para acompañar las actividades importantes de la comunidad para la sanación de las personas, el cuido de nuestras hijas e hijos” Es el esfuerzo de mantener limpio la comunidad de los malos espíritus que con frecuencia tratan de apoderarse de nuestros entornos.

Esto hace relación a que la etnia afrodescendiente trata de mantener o salvaguardar sus costumbres de forma personal o familiar, así también inculcando la práctica de visitar iglesias, realizar oraciones, ir a los cultos, cantar, con el fin de sentirse bien y fortalecidos espiritualmente y teniendo su fe siempre latente en su diario vivir, contemplando el acercamiento a lo divino y sagrado.

**Explicar el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en pobladores Miskitus y Afro descendientes mediante la espiritualidad**

**Aceptación:** primera etapa consistente en interiorizar los valores de otro (persona o grupo) reconociendo su existencia. Para las personas mayores es clara la dificultad de aceptación de conductas sociales, políticas, económicas, sexuales, (opuestas a sus valores), propuestas por parte de otros sectores de población. **(Envejecimiento: Resiliencia en la vejez 2019 Pag.5)**

**Adaptación:** Un grado más allá que la acomodación, que exige un cambio de conducta a nivel individual. Los procesos de adaptación social en la vejez se realizan por los mecanismos o procesos de sustitución (donde la persona mayor reemplaza actividades por otras nuevas) y por los procesos de reducción (donde el anciano disminuye el número y la intensidad de ocupaciones redistribuyendo energía y tiempo en los otros roles que mantiene). Asimismo, podemos hablar de cinco elementos para una adaptación satisfactoria: entusiasmo, fortaleza, autorrealización, autoestima y perspectiva optimista y esperanzada. **(Erikson, e. 1980 Pag.27)**

Al indagar de qué si ha aceptado de manera adecuada el proceso de envejecimiento, los entrevistados refirieron lo siguiente:

*"Si lo acepto porque es la etapa normal de la vida y es lo que nos toca vivir"*

*"Si lo acepto porque es la etapa normal de la vida y es lo que nos toca vivir" "Quizás no, pero eh aceptado que no soy joven que soy una persona adulta llena de experiencia"*

*"Yo diría que no, pero lo eh aceptado a como debe ser de forma positiva a como debe ser"*

*"Lo estoy viviendo normalmente porque ya estoy en esta etapa, pero me siento capaz de hacer muchas cosas"*

Estos resultados coinciden con los de **Envejecimiento: Resiliencia en la vejez (2019)** Para un óptimo envejecimiento, la persona ha de aceptar los cambios

físicos derivados de la falta de fuerza, agilidad, productividad, y de cambios corporales visibles como las arrugas. También se debe aceptar positivamente la disminución de rendimiento en otras áreas, y por ello la resiliencia ayuda a aceptar esos cambios a través de un buen nivel de autoestima.

En el estudio realizado se dedujo que los(a) adultos mayores perciben el proceso de envejecimiento como algo normal por el cual todos tienen que pasar, y ya traían conocimientos previos acerca de la etapa del envejecimiento por ello les fue más factible aceptarla ya que las experiencias vividas en el lapso de la vida los preparo a aceptarlo de manera positiva y capaces de realizar ciertas actividades cotidiana que se les presenta.

Al indagar sobre Cuáles son los principales cambios que ha observado en el proceso de envejecimiento refirieron lo siguiente:

***“Cambia lo físico de uno, hay más responsabilidades del futuro y el cambio no me asusta, lo acepto, no puedo negarme de eso”***

***“Uno se debilita, se enferma más, todo cambia en el cuerpo el estrés aumenta”***

***“Hay muchos cambios, las enfermedades son más propensas a veces, da tristeza pensar en que no podés hacer cosas que antes podías, sigo trabajando, viajo y realizo actividades de la iglesia y otras”***

***“Falta de interés para realizar ciertas tareas, cambios físicos, enfermedades, vivir solo”***

Estos resultados coinciden con los de **Lawton, (1986)** Algunas teorías se han centrado en el concepto de adaptación o proceso de negociación en el envejecimiento, por el cual la persona ajusta su comportamiento a las características del entorno en relación con su capacidad funcional. Dicha adaptación es un mecanismo que posibilita acostumbrarse, de forma gradual o

súbita, a los cambios en el ambiente a lo largo del tiempo. También, el grado de adaptación está determinado por los factores físicos y sociales del entorno y los medios con que cuenta la persona para enfrentarlos.

Con este estudio se pudo deducir que los adultos mayores tienen diferentes dificultades en su vida diaria ya que en la etapa de envejecimiento llegan a presentar distintos problemas al igual que cambios físicos, desánimos, estrés frustraciones, ya que no pueden realizar actividades las cuales acostumbraban a realizar al enfrentar y vivir procesos los cuales no están preparados para pasar. Las personas adultas mayores aceptaron dichos cambios que se vinieron encontrando en la etapa del envejecimiento ya que se acoplaron de manera positiva a ellos y se sienten con más responsabilidades futuras.

Al indagar Qué tipo de apoyo emocional recibe de su familia, los entrevistados refirieron lo siguiente:

***“Tengo todo el apoyo emocional de mis hijos y ellos también le sirven a Dios”***

***“Me apoyan, me dicen que debo tener fe, ser fuerte y hacer lo que me gustaba antes”***

***“Mi familia me da apoyo desde que me enferme, nunca me han dejado solo, siempre están al pendiente mío, me ayudan con los gastos económicos”***

***“Recibo mucho apoyo”***

Estos resultados coinciden con los de **José Luis Conde Salas (1997)** La manera más segura de evitar ensimismarse y aislarse, de estar excesivamente centrado en

uno mismo, es poderse vincular a las personas y a todo aquello que ocurre en el entorno. Gozar de la relación con los demás es toda una garantía de salud mental: cultivar los vínculos de la familia, de las amistades, es una buena manera de sentirnos vivos, de constatar que para los demás tenemos un valor y una significación. No sin razón, la soledad es una de las condiciones más temidas por los Mayores. Mantener nuestras vinculaciones con el entorno y las personas es también una forma de aferrarnos a la realidad y de relativizar nuestras dificultades en contacto con las de los otros: un exceso de preocupación sobre las nuestras no haría más que acrecentarlas.

En dicho estudio se dedujo que el apoyo familiar, el vínculo con las personas que le rodean y son parte de ellos, ayuda al adulto mayor a sentirse bien consigo mismo esto les ayuda a los adultos mayores en gran manera, ya que les ayuda a la adaptación de la etapa de envejecimiento y de igual modo proporciona una sensación de seguridad sin miedo a lo que le espera adelante ni de las restricciones que se les llega a presentar y les motivan a tener fe ser fuertes, y así logran tener estabilidad emocional más sólida y fuertes vínculos tanto con la familia, amistades y actividades que quieran realizar.

Al indagar De qué manera ayuda la espiritualidad en el proceso de aceptación del envejecimiento refirieron lo siguiente:

***“Nos ayuda de forma que nos trae paz, nos ayuda a llevar un proceso pleno”***

***“Ayuda en mi forma de transmitir a otra persona cosas buenas”***

***“La espiritualidad es mi creencia y me convence de que quiero un envejecimiento saludable, agradable y compartir mis experiencias con los demás”***

***“Con la ayuda de la fe y eso me motiva a seguir adelante y seguir con la familia, tu fe no debe caerse”***

Estos resultados coinciden con los de **Domínguez (2017)** Algunos estudios indican que las creencias y las prácticas espirituales o religiosas crean una actitud mental positiva que puede ayudar a que un paciente se sienta bien y mejore su bienestar espiritual y religioso beneficiando la salud y la calidad de vida, disminuyendo así la ansiedad, depresión, enojo, malestar, sensación de aislamiento y el riesgo de suicidio, aumentando los sentimientos positivos. En el adulto mayor es importante garantizar una buena calidad de vida que le asegure bienestar, felicidad y satisfacción, permitiéndole una capacidad de actuación o funcionando en un momento dado de la vida.

Con este estudio se dedujo que los adultos mayores practican la espiritualidad porque les ayuda a sentirse bien y así forjando una actitud mental positiva consigo mismo ya que les proporciona un sentimiento de tranquilidad, paz, fortalece su fe y les motiva a seguir adelante a pesar de las adversidades que traen consigo el proceso de aceptación ya adaptación del envejecimiento y así tener un envejecimiento pleno.

## **VI. Conclusiones**

Como resultados de la investigación realizada, percepción de la espiritualidad y el envejecimiento en pobladores Miskitus y afrodescendientes, se llegó a deducir lo siguiente:

En referencia a la percepción del adulto mayor de la etnia Miskitu y afrodescendiente, sobre la espiritualidad, ambas etnias refieren que la espiritualidad es un medio que les brinda paz, tranquilidad, y que también logra proporcionarles la motivación que necesitan, manteniendo su fe y poniendo en práctica la espiritualidad propia, en base a sus creencias y costumbres culturales. De igual forma refirieron que perciben el envejecimiento como algo natural en el ciclo de la vida que trae cambios, pero que pueden ser captados de manera positiva a dependencia de la persona y como se estime en vivir este proceso. Así también algunos mencionaban que existen estereotipos sobre el adulto mayor, como personas muy dependientes y que no deberían realizar ningún tipo de labor, sin embargo, esto ira en dependencia del medio en el que se rodee el adulto.

En cuanto a las practicas espirituales en la etnia Miskitu y Afrodescendiente, se logra deducir que ellos realizan actividades referentes a las practicas espirituales basándose también en la religión, y que de esa forma facilitarán su cercanía para obtener paz y tranquilidad desde un vínculo interno, en la que les brinda tranquilidad, fortaleza, y la practican mediante la oración, cantos, meditación, rezos, y rituales que manifiestan también como un medio de comunicación con la naturaleza. Así también tratan de mantener vigentes sus costumbres y creencias culturales como etnia, de ese modo también conservarlas por la pérdida que se ha manifestado de las practicas ancestrales en la actualidad, de modo que se pueda obtener un acercamiento más definido de su fe y su espiritualidad, y lograr tener paz y vivir plenamente el proceso de envejecimiento, ya sea desde el plano personal, familiar y social.

Y por último, en referencia al proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en la etnia Miskitu y Afrodescendientes, se llegó a deducir q los adultos mayores perciben el proceso de envejecimiento como algo normal por el cual todos tienen que pasar, por ello les fue más fácil aceptarlo, y de igual modo que llegan a presentar distintos problemas tanto cambios físicos , desánimos, estrés, ya que no pueden realizar actividades las cuales acostumbraban a realizar , se pudo constatar el apoyo familiar , el vínculo con las personas que le rodean y son parte de ellos ayuda al adulto mayor a sentirse bien consigo mismo esto les ayuda en gran manera , ya la adaptación de la etapa de envejecimiento y así también realizan prácticas espirituales para que mediante ello puedan llegar a sentirse bien y así forjar una actitud mental positiva consigo mismo ya que les proporciona un sentimiento de tranquilidad, aumenta su fe y les motiva a seguir adelante y así tener un envejecimiento pleno.

## **VII. Recomendaciones**

### **A los ancianos:**

- Seguir sus costumbres y promover sus prácticas espirituales, tanto en la etnia Miskitu y Afrodescendiente, basadas en rituales, meditación, oración, danza, cantos, para que puedan así inculcarse a las generaciones siguientes, y al adulto mayor que lo necesite.
- No dejar de realizar sus actividades cotidianas, para que su forma de aceptación y adaptación no entre en decadencia, tomar en cuenta de igual forma al adulto mayor en la sociedad y las actividades en colectivo, sin limitaciones.
- Fomentar a otros adultos mayores que estén en la etapa del envejecimiento, a realizar estas prácticas espirituales, para que no se sientan solos ni se aíslen de los demás, y logren disfrutar de esta etapa con felicidad y gratitud, así también lograr rescatar las creencias y costumbres culturales.

### **A la universidad:**

- Implementar más investigaciones que abarquen sobre la cultura, cosmovisión cultural, la multiculturalidad de nuestra región, para que haya una variedad de estudios referentes a creencias, costumbres y saberes, como una forma de informar y de mantener vigente la importancia de los temas culturales.

### **A los líderes comunitarios:**

- Se les hace mención de fomentar en los barrios la importancia de mantener vigente la identidad cultural, para que las diferentes etnias que habitan en los barrios puedan lograr implementar las practicas espirituales, referentes a su cultura y también que haya una convivencia entre las etnias, para un intercambio mutuo de saberes culturales y de prácticas, con el fin de comprenderse y respetarse.

## VIII. Lista de referencias

- Sofía E (2019). Espiritualidad y sentido de vida: su contribución en la salud de una persona mayor chilena. Escuela de postgrado.
- Universidad cooperativa de Colombia Facultad de enfermería Bucaramanga (2019). Percepciones del Adulto Mayor sobre Espiritualidad y las Actividades que se Fomentan en un Centro de Bienestar del Adulto Mayor de Girón Santander. Proyecto de investigación.
- Hooker A. y Flores G (2019). Diáspora Africana en Nicaragua: Educación, Afrodescendientes y Descolonización. Revista del Cisen Tramas/Maepova, 7 (1), 151-172
- Carlos A (2019). Hacia el buen envejecimiento: con sus propias palabras. Proyecto de investigación opción de grado.
- Neylin C & Yulmar M (2019). Relatos e Historias de las Familias Creole del Triángulo Minero. Publicación investigativa.
- Silvia V. Enero (2019) LA EXPERIENCIA EMOCIONAL DE ENVEJECER num.17 pp.2 Licenciada en Psicología, Especialista en Psicología Clínica, Psicoterapeuta, Docente en diversos Masters y Postgrados
- Davis S (2017) Construyendo cambios desde las mujeres: género, cosmovisión y bosque en comunidades Miskitu y Mayangna 1era edición. Pag. 17, Managua: UCA Publicaciones
- Fernando J & Fagoth A (2016). Algunas anotaciones sobre poesía caribeña: poesía indígena Miskitu “aisanka prana nani” “expresiones bellas de la lírica Miskitu. Revista caribe No.13
- Cox Avelino (2011). El vuelo del alma, cosmovisión Miskitu. 1a.ed. Managua: URACCAN.
- Boff, Leonardo (2011). Una revolución todavía por hacer. En Espiritualidad y política (Cervantes, Cristóbal, coordinador). Editorial Kairós, Barcelona

- Hooker A (2011). Las poblaciones Afrodescendientes en Nicaragua: pasado, presente, futuro y perspectivas desde el siglo XXI. Bluefields, presentación en el foro de derechos y desarrollo humanos afrodescendiente.
- Krzemien, Deisy; Monchietti, Alicia; Urquijo, Sebastián (2005) Afrontamiento activo y adaptación al envejecimiento en mujeres de la Ciudad de Mar del Plata, vol. 22, núm. 2, pp188,189. Centro Interamericano de Investigaciones Psicológicas y Ciencias Afines Buenos Aires, Argentina
- Hooker A, Joy M, Sandra H, Eduardo T. (1999) Ensayo: “Creencias y antiguos ritos que aún persisten en los comportamientos sociales y condiciones de vida de la etnia Creole”, Trabajo Académico. No publicado.
- Pepitone A. (1991). El mundo de las creencias: un análisis psicosocial. Psicothema. Revista de Psicología Social y Personalidad.
- Lozano & Guadalupe 19, enero-marzo, (1999) Conceptualización del proceso de envejecimiento Papeles de Población, vol. 5, núm. PP. 34. Universidad Autónoma del Estado de México Toluca, México
- Gutiérrez 19, enero-marzo, (1999) El proceso de envejecimiento humano: algunas implicaciones asistenciales y para la prevención Papeles de Población, vol. 5, núm.129, pp. Universidad Autónoma del Estado de México Toluca, México

## IX. Anexos

### Aval de tutora

La tutora; Yeimy Bordas, por medio del presente escrito otorga el Aval correspondiente para la presentación de

- Perfil
- Protocolo
- Informe final
- Artículo Técnico
- Otra forma de culminación (especifique):

A la creación, recreación de conocimiento saberes y prácticas como en el de la validación titulada: Espiritualidad en el proceso de aceptación y adaptación del envejecimiento en población del barrio Libertad desarrollada por las estudiantes: Ana Rosa Lentch Lopez y Grachy Norma Sayas Muller.

De la carrera: Psicología en contextos multiculturales

Nombre y apellido de la tutora: Yeimy Bordas

Firma: \_\_\_\_\_

Recinto: Bilwi

Extensión: \_\_\_\_\_

Fecha: 30 de julio 2020

## Entrevista



### UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTONOMAS DE LA COSTA CARIBE NICARAGÜENSE URACCAN

Esta investigación tiene como objetivo analizar los efectos espirituales y psicosociales en adultos mayores de etnia Miskitu en el Barrio Libertad.

No existen respuestas buenas o malas, lo que importa es que respondas con total sinceridad a cada una de las preguntas que se le hacen.

Es anónimo por se garantiza la privacidad de tu información, trata de no dejar preguntas sin responder de ante mano, se le agradece.

#### **Datos generales:**

**Edad:**

**Sexo:**

**Religión:**

**Etnia:**

**Estado civil:**

#### **Preguntas.**

1. ¿Qué conoce usted sobre la espiritualidad?
2. ¿Qué significa el envejecimiento para usted?
3. ¿De qué manera ayuda la espiritualidad en el proceso de aceptación del envejecimiento?
4. ¿Cuáles son las practicas espirituales que usted ha realizado y le han servido en el proceso de aceptación y adaptación al envejecimiento?
5. ¿Cuáles son los principales cambios que a observado en el proceso de envejecimiento?
6. ¿Cree uste que ha aceptado de manera adecuada el proceso de envejecimiento?
7. ¿Qué tipo de apoyo emocional recibe de su familia?
8. ¿Qué actividad realiza para aprovechar su vejez?
9. ¿Cómo vive su espiritualidad y qué hace para conservarla?
10. ¿Cuál es su opinión acerca de la etapa que vive actualmente?