

La espiritualidad como estilo de vida y bienestar en el último tramo de la vida

Felipe R. Vázquez Palacios*

El presente estudio muestra cómo la cotidianidad del anciano está imbricada con la experiencia religiosa entre los evangélicos de colonias periféricas urbanas y rurales. El capital simbólico, sustentado en la fe, llega a convertirse en el capital social de algunos individuos que están en la última fase de su vida. La espiritualidad se incrementa con la edad, en relación directa con la pérdida de la salud, de los seres queridos o con las pérdidas materiales. El artículo está dividido en tres partes: a) correlación de tres temas: vejez, muerte y religión; b) marco etnográfico, y c) presentación del material empírico y análisis del mismo.

Palabras clave: espiritualidad, ancianidad, bienestar.

Fecha de recepción: 31 de octubre de 2000. Fecha de aceptación: 20 de marzo de 2001.

Introducción

El objetivo de este artículo es mostrar que la vida cotidiana del anciano se encuentra imbricada con la experiencia religiosa, valiéndonos de un acercamiento antropológico en pequeña escala con grupos de creyentes evangélicos pobres que residen en colonias periféricas urbanas y rurales. El análisis pretende demostrar que el capital simbólico sustentado en la fe se convierte en capital social para los individuos que se encuentran en la última fase de la vida. El trabajo parte de la hipótesis de que la espiritualidad se incrementa con la edad, y está en relación directa con la pérdida de la salud, de algunos seres queridos o con las pérdidas materiales. De esta manera se pretende contribuir a una mejor comprensión de los comportamientos y actitudes, ocasionados por el envejecimiento poblacional. El artículo está dividido en tres partes: En la primera intentamos correlacionar los tres temas a los que se alude en todo el trabajo: vejez, muerte y religión. En la segunda parte, que está centrada en el marco etnográfico, se plasma el perfil de nuestros informantes, y se examinan ciertas constantes sociales y cultu-

* Investigador del CIESAS-Golfo. Correo electrónico: fevaz@ciesas.golfo.edu.mx

rales que son importantes para la contextualización del objeto de estudio; asimismo se detalla la forma en que se llevaron a cabo el trabajo de campo y la recopilación de información. Finalmente, en la tercera parte, se vierten el material empírico y el análisis del mismo.

Vejez, muerte y religión

La muerte, la vejez y la religión, son temas a los que se les da poca importancia en el campo de las ciencias sociales debido al predominio de las fuerzas del mercado, la productividad, la eficiencia, la excelencia, es decir, la modernización. La mayoría de los antropólogos cae en la seducción de esta vorágine y desvía su atención de la sensibilidad que se expresa en la cotidianidad de los pueblos, especialmente de los ámbitos donde los ancianos tejen sus relaciones sociales y familiares, y mantienen sus costumbres y sus creencias. Es por ello necesario prestar atención a ese capital simbólico que se sustenta en la fe y que los ancianos manifiestan como un principio de transformación personal e interpersonal, que los fortalece y les ayuda a tener valor y resignación para resistir los avatares que han de soportar en el último trecho de la vida. Pese a que se ha hablado de un envejecimiento exitoso¹ y de políticas institucionales que protegen y brindan apoyo al anciano, no se ha llegado a considerar de una manera práctica y real el bienestar individual en la vejez. Hasta ahora los estudios sobre el tema han puesto más atención en el efecto negativo que ocasionan los ancianos a la población y en la necesidad de idear políticas de bienestar y seguridad social (Brenes, 1993; Bezrukov, 1993; Partida, 1999; Ham, 2000; Inclán, 2000); en los problemas de disminución de recursos económicos, de conocimientos, capacidad física y posición social (Bazo, 1990; Rosenblueth, 1985; Gilleard, 1996; Canton, 1997); en la atención y cuidado, dentro y fuera de la familia (Casal, 1982; Anzola, 1993; Parra, 1993; Houtepen, 1995; Seale, 1996; Montes de Oca, 1999); en los problemas que tienen los ancianos en los diferentes contextos culturales de globalización, secularización y modernización, y en la desvalorización y anomia constantes, que conllevan a la muerte social (Beauvoir, 1983;

¹ Véase los programas institucionales que se refieren a la tercera edad en nuestro país, así como las diversas declaraciones en pro del anciano. También las ponencias presentadas en el congreso Envejecimiento Exitoso, celebrado en Tepoztlán, Morelos, en 1998.

Thomas, 1983; Johnson, 1995; Vázquez, 1999; Montes de Oca, 2000). De igual manera, entre los estudios sobre antropología de la muerte encontramos los trabajos clásicos de Durkheim, Frazer, Tylor, Evans-Pritchard, Malinowsky, Van Gennep y Gluckman, que ofrecen un amplio panorama sobre los rituales que rodean este evento; pero con excepción de los trabajos de Thomas (1983), Ariés (1992), Da Silva (1998), y Hertz (1990), no contamos en nuestras sociedades contemporáneas con una etnografía de la muerte que nos permita entenderla como un hecho social e identificarla con la cultura, con los procesos de trascendencia y las creencias religiosas íntimamente conectadas con el morir. Existe también una variada bibliografía que aborda la muerte en relación con la familia, pero sólo unos cuantos escritos son producto de investigaciones empíricas concretas. La mayor parte de las publicaciones es obra de psiquiatras, médicos y psicólogos, quienes por lo regular se refieren al manejo del paciente desahuciado y casi siempre lo hacen ligándolo a su práctica como profesionales dentro de las instituciones donde laboran. Algunos de estos trabajos presentan reflexiones filosóficas y proponen una actitud positiva; ofrecen además testimonios sobre cómo los afectados han logrado superar esos momentos de dolor y tristeza. Es poca la información que se maneja sobre la experiencia religiosa que envuelve las atmósferas de estos eventos, pese a que en muchas ocasiones permite comprender y explicar, partiendo de otra lógica, ciertas constantes acerca de cómo se vive y se piensa la muerte, donde el hombre no sólo se confronta consigo mismo, sino con toda la creación. Por último, en los estudios sobre antropología de la religión se ha hecho a un lado la función manifiesta de la religión como bálsamo y guía espiritual, como experiencia trascendental, transformadora, capaz de prodigar una sensación de plenitud, de seguridad personal y protección divina que calma, mitiga y sana, que ayuda a aceptar el paso de los años e incluso la propia muerte. En México los estudios sobre el fenómeno religioso se han enfocado a comprender la dimensión religiosa como una forma de enajenación y ocultamiento de la realidad (Fábregas, 1980); como cemento social donde sobresalen descripciones de mayordomías y rituales (Carrasco, 1976); como representaciones colectivas y sistemas simbólicos que organizan la visión del mundo, siendo notorias las peregrinaciones (Giménez, 1978); como marco de disputas por el poder o divergencias entre sectas e iglesias establecidas y entre diferentes doctrinas (Carrasco M., 1983); como un fenómeno que tiende a la secularización, a la modernización y a dar funcionalidad a la religión en las so-

ciudades contemporáneas (Bastían, 1983; Garma, 1987; Vázquez, 1991); como arena política donde se dirimen conflictos de la relación Iglesia(s)/Estado (Bastian, 1999), entre otros tópicos. Imbuidos por nuestros paradigmas hemos visto lo religioso como un hecho colectivo y como factor de identidad grupal, que manipula y se apodera de las identidades individuales. Sin embargo, la religión tiene también un aspecto personal que no hemos analizado con la profundidad que merece, y es aquí donde quiero incursionar. En síntesis este trabajo pretende mostrar que el capital simbólico sustentado en la fe se convierte en capital social para los ancianos, concretamente en el contexto de la experiencia *evangélica*.² Uno de los términos que aparecerán de manera frecuente en el desarrollo de este trabajo es el de *espiritualidad*, entendida como una experiencia singular sustentada por la fe en Dios, que requiere del esfuerzo y la práctica constantes, así como del conocimiento de la experiencia colectiva a la que aluden los pasajes bíblicos referentes a “otros” que se encontraron en las mismas o en peores condiciones y lograron mantener una sensación de plenitud y seguridad, porque se sabían acompañados por Dios. Por medio de esta espiritualidad el anciano evangélico construye su propio sentido de identidad, que se mantiene entre lo imaginario y lo real, entre lo que se desea y lo que es. En otras palabras, es una experiencia que permite a quienes la viven separarse de sí mismos, definirse y definir a los demás, y transformarse en sujetos activos. Al explicar la espiritualidad en términos sociales intento percibir la ancianidad de una manera diferente, bajo una perspectiva contracultural que ayude a superar la concepción de la ancianidad como pérdida, limitación, pasividad y estorbo, y permita concebir a los senectos como actores activos que movilizan razones, deseos, fantasías, emociones, intereses, sentimientos, acciones y

² Hay un manejo confuso cuando se hace alusión a los evangélicos. Generalmente se usa la palabra para referirse a aquellos que no son católicos. En el término se encuentran incluidos mormones y yestigos de Jehová –a quienes por cierto la mayoría de los evangélicos considera como “sectas falsas”, “apartados de la verdad”–. Por otra parte, el término protestante o evangélico ha sido usado para designar con una connotación negativa a los que no toman licor, no fuman, o bien, siguen una doctrina rígida que les prohíbe disfrutar de los placeres de este mundo. Asimismo, el término ha ido sustituyéndose por el de “aleluyas” para hacer referencia a las tendencias de corte pentecostal y su gran incremento. Aquí entiendo que son evangélicos aquellos creyentes que: *a)* toman a la Biblia como único texto sagrado y de máxima autoridad; *b)* creen que la salvación no depende de obras humanas, sino sólo de la gracia divina aplicada al ser humano por medio de la fe; *c)* su comunicación es directa con Dios y no necesitan la mediación de otro ser humano.

voluntades. La espiritualidad, como veremos más adelante, no se restringe a espacios predeterminados como la iglesia, ni a tiempos preestablecidos como los de un culto religioso, sino que puede ser observada en cualquier momento y lugar, trasmitiéndose de una generación a otra, principalmente en el hogar; en la práctica cotidiana con los demás miembros de la familia; al participar en la internalización de modelos deseables de conducta; al promover el autocuidado de la salud; y, quizás lo más importante, al querer trascender tanto la preexistencia como la postexistencia.³ De modo que al hablar de un anciano espiritual, me estoy refiriendo a un individuo que ha tenido un acercamiento religioso, propiciado casi siempre por una conversión religiosa, por el bautismo, o el "llamado espiritual". El acercamiento va acompañado por la realización de prácticas cotidianas como la oración y el ayuno, y por ciertos principios y normas de conducta con los cuales se adquiere fortaleza física y espiritual para enfrentar toda clase de vicisitudes. Algunas veces un anciano espiritual tiene un don por medio del cual realiza curaciones, profetiza e interpreta sueños; otras veces enseña o predica, tomando como fuente o base de su conocimiento un pasaje bíblico. Generalmente estos ancianos controlan su espacio, son autónomos, suplen sus necesidades, consiguen sus propósitos, son conscientes de sus fuerzas y debilidades; constantemente se valoran e interrogan a sí mismos sobre lo que ha sido, es y será su vida, siempre en relación íntima con la palabra de Dios; en función de ello plantean esquemas de acción y negociación.⁴

Marco etnográfico

Este trabajo se inició a finales de 1998, como parte del proyecto Envejecer y Morir en Veracruz. Fueron seleccionados como informantes 52 ancianos y ancianas que vivían 2 de ellos en Tlacolulan, 5 en Xilo-

³ El humano es un ser encerrado en la existencia, un ser en exilio y éxodo que no puede saber ni conocer nada fuera de ella, puesto que su único referente es la propia experiencia de la existencia (veáse Abumalham, 1999: 3).

⁴ Es importante aclarar que la espiritualidad no niega los valores religiosos y normativos dictados por tradiciones e instituciones, sino que reclama el espacio autónomo de la interioridad individual, el sentimiento religioso que se manifiesta en la experiencia personal. Algunas reflexiones que se han hecho al respecto aluden a una experiencia independiente de la cultura. Otras niegan la posibilidad de comunicar tales experiencias; otras más suponen que existen experiencias religiosas independientes de los límites del lenguaje y la cultura.

tepec, 5 en Naolinco, 8 en Banderilla, 3 en Tlalnahuayocan, 2 en Rafael Lucio, 5 en San Miguel, 7 en Coatepec, 3 en Cosautlán, 2 en la congregación de Chiltoyac, y 10 de ellos de Xalapa; en las colonias periféricas (Carolino Anaya, El Sumidero, López Portillo y Casa Blanca). La selección se hizo con base en el siguiente perfil: *a)* ser mayor de 60 años; *b)* tener el reconocimiento por parte de sus familiares y amigos de ser una persona "espiritual"; *c)* haber sido o ser una persona destacada en una agrupación religiosa evangélica. Estas características fueron cubiertas por 25 informantes pentecostales (18 pertenecían a iglesias de asambleas de Dios, 7 eran de iglesias pentecostales independientes); 22 miembros de iglesias históricas (5 metodistas, 7 bautistas, 10 presbiterianos); y 5 neopentecostales (de la congregación de amistad cristiana). Cabe mencionar que en su mayoría estos ancianos fueron convertidos al protestantismo en el transcurso de su vida, 10 de ellos en su juventud, 12 en edad adulta y el resto en su vejez, por lo que se puede decir que la mayoría es de reciente conversión al protestantismo. Respecto a las características de estos 52 ancianos encontramos que sus edades fueron:

<i>Edades</i>	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Total</i>
80 a 90	5	7	12
70 a 80	7	9	16
60 a 70	9	15	24

Por otra parte, 16 de estos ancianos y ancianas eran viudos, y 32 vivían con su pareja; 2 estaban separados de ésta y 2 eran solteros. Con excepción de 2 ancianos que vivían completamente solos, los demás lo hacían en compañía de sus hijos casados o de sus hijas solteras o separadas, nueras y nietos; la mayoría de las veces habitaban en un mismo terreno, pero no bajo el mismo techo. Algunas veces cohabitaban bajo un mismo techo, pero ello no significaba que el anciano fuera atendido por la familia. Su escolaridad es baja: 5 de ellos (3 mujeres y 2 hombres) no saben leer ni escribir; 20 (11 hombres y 9 mujeres) no pudieron terminar la primaria, y sólo 33 (15 hombres y 18 mujeres) pudieron concluir su educación básica. Por otra parte, 13 de ellos continúan trabajando en el campo, aunque por lo general ya no realizan ninguna labor y sólo de vez en cuando salen a reparar cercas, conseguir leña, supervisar a los trabajadores o regar las plantas; sus ingresos (si las cosechas de maíz o caña se logran) pueden ser

le mil pesos mensuales aproximadamente; 3 todavía se dedican a actividades de albañilería o fontanería, sus ingresos dependen de que haya trabajo, y por lo regular alcanzan entre 30 y 50 pesos diarios; 2 de ellos son propietarios de un pequeño negocio de abarrotes; 1 trabaja en la carpintería, y en ambas actividades los ingresos fluctúan entre 30 y 50 pesos diarios; otros se encuentran muy enfermos y no realizan ninguna actividad. En cuanto a las mujeres, 23 son amas de casa: preparan la comida, cuidan a los nietos, cuidan el hogar; 5 todavía trabajan como empleadas domésticas (lavan, planchan y hacen el aseo en casas de la capital); sus ingresos no rebasan 30 pesos diarios; 3 ya no realizan ninguna actividad porque ciertos padecimientos se lo impiden. Las enfermedades que padecen estos ancianos y ancianas son variadas en cuanto al tipo y número de casos, de tal modo que encontramos 9 enfermos del corazón, 8 con diabetes, 6 con artritis, 2 con embolia, 2 con enfermedades respiratorias, 1 con cáncer, 1 con problemas de audición y ceguera. Los demás viven sin enfermedades diagnosticadas. Sólo 28 de ellos y ellas han sido asegurados por sus hijos, pero 24 carecen de atención médica institucional. Respecto a cuestiones patrimoniales, sorprende que 29 del total ya haya heredado o cedido su casa o sus tierras a sus hijos.

Vale la pena mencionar otras cuestiones: la mayoría de estos ancianos son pobres, reciben el apoyo de sus familias, viven por lo regular en lugares inadecuados, en espacios peligrosos donde pueden sufrir accidentes. El transporte dentro y fuera de sus localidades, aunque es eficiente, no deja de presentar dificultades para abordarlo pues tiene escalones altos y resbalosos y ofrece poca seguridad cuando la unidad está en movimiento. Fuera de las clínicas y organizaciones religiosas no hay nadie que preste atención y ayuda a los ancianos; los parientes o los hijos que podrían hacerlo se encuentran lejos, o bien trabajan todo el día para poder sostenerlos. Respecto a las agrupaciones donde se encuentran adscritos estos ancianos evangélicos, se pueden hacer las siguientes anotaciones: son congregaciones que agrupan entre 20 y 100 miembros. Naturalmente que el grueso de la población lo constituyen personas jóvenes, cuyas edades fluctúan entre 10 y 45 años. La mayoría de estas congregaciones se formó en el área de estudio durante el periodo comprendido entre 1975 y 1990, época en que se registraron altas tasas de desempleo, conflictos por libre especulación del suelo urbano, y una migración constante del campo a la ciudad, debido a los bajos precios del café y la caña, a la falta de tierra y a los exiguos pagos por jornal. En la capital la situa-

ción no era mejor, ya que el grado de industrialización siempre ha sido bajo y las fuentes de trabajo escasas. En consecuencia, si los miembros de estas agrupaciones no obtenían sus ingresos del campo, procuraban obtenerlos de actividades informales o actividades terciarias o de servicios, que están demasiado saturadas y mal pagadas (el salario mínimo en Xalapa es de 33 pesos diarios).

El trabajo de campo se realizó durante un año. Yo llegaba a las congregaciones religiosas y preguntaba quiénes eran los creyentes más representativos o los fundadores de la iglesia. Posteriormente me acercaba a platicar con ellos y seleccionaba a los ancianos que mostraban más disposición a platicar conmigo, especialmente al final del culto; luego los visitaba en sus casas y les explicaba el propósito de mi visita. Si ellos me aceptaban, me quedaba a conversar, y si el tiempo no nos alcanzaba, acordábamos una cita para otro día. Otras veces me introduje a la intimidad del anciano por medio de algún miembro de la familia, cuando los ancianos se encontraban enfermos o imposibilitados para salir. Fue así como logré penetrar a sus hogares y conversar sobre muchas anécdotas de su juventud y edad adulta; en especial, acerca de las relacionadas con su papel en la iglesia, con sus vecinos, con su familia y su experiencia en la ancianidad a raíz de su conversión religiosa. Requerí varias horas para estas conversaciones; grabé un buen número de ellas y posteriormente las pasé a las fichas de trabajo de campo. Por lo regular las sesiones fueron de más de dos horas; en algunas ocasiones sólo hablábamos del tema que más me interesaba, pero la mayor parte de las veces charlábamos sobre temas tan diversos como el estado del tiempo, la vida de artistas famosos, problemas sociales, la basura, la corrupción, la falta de valores y hasta reflexionábamos sobre la vida, la muerte y las características del más allá. A veces los dejaba platicarme lo que quisieran, para motivarlos a responder a mis interrogantes. En contadas ocasiones las conversaciones fueron muy cortas, ya que una enfermedad impedía a los informantes concentrarse en la plática, o no oían y yo tenía que hablar muy fuerte para comunicarme con ellos. Conforme el tiempo pasaba y mis visitas eran más frecuentes, el ambiente se tornaba más propicio y mis preguntas eran más profundas. De esta manera llegué a establecerse entre nosotros un sentimiento profundo, que a ellos los hacía verme como parte de su parentela y a mí sentirme como parte de la familia.

La espiritualidad como modo de vida

La totalidad de mis informantes coincidieron en que es en la vejez cuando la espiritualidad tiene el más notable impacto en el comportamiento humano. Ellos mismos reconocieron que son más espirituales ahora que antes.

Felipe Vázquez (FV): ¿Por qué dice usted que de viejo es cuando más espiritual se vuelve uno?

Agustín (74 años; de Xilotepec): Operan varios factores. En mi caso fue a raíz de un accidente a los 57 años, que me puse a pensar que ya no estaba satisfecho con la vida que llevaba: de amoríos con mujeres, franquichelas y demás. Hacía sufrir a mi esposa, a mis hijos. Me di cuenta que esa clase de vida no era la correcta. Entonces me dio por asistir a la iglesia, por leer la Biblia, por encomendarme con Dios... y fue así como mi vida, ahora de viejo, adquirió otra dimensión. Ojalá me hubiera dado cuenta antes, para no darle las sobras de mi vida a mi Dios y a mi familia.

Teresa (70 años; de Naolinco): Cuando se empieza a quedar uno sola, ya sea porque los hijos se casan o por la pérdida del compañero, es cuando Dios se vuelve nuestro único sostén.

Rosario (60 años; de Xalapa): A partir de los 50 años, es cuando me di cuenta que iba para abajo. Comencé con la diabetes y un dolor en mi rodilla, que ya no me soltaron. Empecé a sentir que ya no tenía las mismas fuerzas; todo como que me pesaba más, incluso a veces me sentía inútil. Fue entonces cuando reflexioné que debía poner orden a mi vida. Empecé por tomar la medicina para controlar mi presión, hacerme análisis de sangre y controlar mi glucosa, en fin, a cuidar mi salud. Fue entonces cuando alcé mis ojos hacia Dios y empecé a reconocer lo bueno que había sido conmigo. Cuando yo fui joven no me importaba mi salud, mucho menos las cosas de Dios.

Algunos informantes hicieron alusión a que en la etapa de la vejez se revalora de lo que se ha aprendido a lo largo de la vida; en este examen, los ancianos retornan a viejas prácticas y principios, como las enseñanzas religiosas de sus padres y la experimentación de diferentes maneras de relacionarse con lo divino. Advertí que los ancianos y especialmente las ancianas, son los que más asisten a las actividades religiosas. Asimismo, advertí su esfuerzo por hacerme entender que la espiritualidad es un asunto personal, que consiste en resaltar la manera en que un individuo expresa ante lo divino sus peticiones, sus agradecimientos, sus sentimientos, su percepción del mundo; y que

de acuerdo con la capacidad, sensibilidad y voluntad de cada cual en cuanto a orar, leer la Biblia y percibir la respuesta, es como el creyente toma sus decisiones y las manifiesta a quienes le rodean. Pero quizás puesta así la espiritualidad sea difícil de aprehender, de ahí que me fuera necesario indagar más sobre la cuestión.

FV: ¿Cómo puedo comprender la espiritualidad?

Esther (80 años; de Xalapa): Mira: para que puedas comprender lo espiritual, es necesario que entiendas que no son sólo ritos, cantos, hacer oraciones, leer la Biblia y estar en la iglesia, sino un encuentro con Dios; es una experiencia personal íntima entre Dios y tú, que te llena y vivifica y que después la quieres compartir con todos los que te rodean. En mi caso, que ya no puedo ir constantemente a la iglesia porque no siempre tengo quien me lleve y me traiga, yo me encierro en mi cuarto, y en mi cama me pongo a platicar [orar] con Dios, le digo lo que me pasa, lo que me duele, lo que me preocupa, y él me consuela y me conforta de tal manera que cuando llegan mis hijos o mis vecinos y me preguntan cómo me siento, yo les comparto todo lo que Dios hace conmigo y la importancia de estar en comunión con él.

Lo anterior me dio pie para ver en estas prácticas, diversos estilos de vida muy compatibles con las limitaciones que la edad trae consigo. Por ejemplo, si por su reumatismo el anciano o anciana no puede hincarse o moverse hasta el altar, no importa, lo que vale es la actitud, “el deseo de su corazón”. Vista de esta manera, la espiritualidad puede ser un recurso útil para satisfacer aquello que por las limitaciones físicas no se puede alcanzar, pero que se logra recrear en la mente y diseñarlo tal cual como debiera ser. Ello no significa caer en una actitud fatalista o conformista con la “voluntad de Dios” (aunque se corre el riesgo, sobre todo en individuos con padecimientos crónicos e incurables), ya que el estatus y la imagen que tienen ante su familia o grupo religioso, y sobre todo, su relación con la divinidad que los “vivifica” (los llena de vida), los motiva grandemente a dar testimonio de “ser fieles seguidores de Cristo”, lo cual implica dinamismo y fortaleza para vencer cualquier adversidad.

FV: ¿Entonces la espiritualidad es una práctica donde yo mismo me impongo lo que debo hacer?

Alejandro (78 años; de Coatepec): Yo puedo estar descansando, o cortando café, o desgranando maíz y puedo estar en comunión con él, orando o cantando, pidiéndole su presencia e iluminación en tal problema, necesidad o situación. O bien, puedo darle las gracias por las bondades recibí-

das. Con ello estoy ejercitando mi espiritualidad. No necesito seguir un ritual, puedo interrumpir mi canto o mi oración en el momento en que yo quiera y proseguir cuando pueda. Cada quien de acuerdo a sus situaciones, circunstancias y necesidades puede practicar su espiritualidad.

La espiritualidad es una práctica devocional (un deber que cada uno se impone) constante, que el individuo adopta y adapta de acuerdo con sus situaciones particulares de vida y su experiencia religiosa, y que consiste en vivir la vida conforme el creyente cree que Dios quiere que la viva. Pero también es una experiencia que da energías personales e infunde amor para enfrentar la vida diaria. En este sentido, lo que ha de suceder será, y esos ancianos están conscientes de que físicamente no es muy halagador lo que les espera, pero están confiados en que con el ejercicio constante de sus prácticas espirituales podrán soportarlo; y lo más importante, tendrán una recompensa al final del camino, donde ya no habrá más llanto, tristeza ni dolor, donde estarán contentos alabando a su señor.

FV: ¿Cómo se obtiene la espiritualidad?

Cruz (67 años; de Banderilla): Dios es el de todo, es el que me da la energía necesaria para poder soportar esta enfermedad [artritis]. Él en su infinita misericordia me ayuda a moverme para poder llevar a cabo mi quehacer. Ahora que ha hecho mucho frío los huesos se me entumen y no me puedo levantar de mi cama si alguien no me ayuda. Yo le pido al señor con todo mi corazón: "Dios, dame fuerzas" y poco a poco mis huesos van respondiendo. Su espíritu es el que me sostiene. Si tú quieres tener el espíritu para que Dios te ayude, ¡pídeselo! Lo único que tienes que hacer para recibirlo es decirle en oración "Padre, quiero estar en estrecha comunión contigo, para que tú me guíes". Pero pídeselo con todas las fuerzas de tu corazón, con humildad y sencillez. Él te dará de acuerdo a su voluntad y de acuerdo a tu capacidad de dar.

FV: ¿Dar qué?

Cruz: Brindarse a los otros visitando enfermos, ayudando al necesitado, compartiendo tu pan con el que no lo tiene, dando apoyo o auxilio al que está en desgracia.

Pese a que la espiritualidad es una práctica personal, autónoma, depende total y absolutamente de la divinidad. Por ello, ser consecuente con la espiritualidad, implica cumplir con todos aquellos mandamientos que están escritos en la Biblia. Cuando por alguna causa

no lo logra, el anciano pierde autonomía y depende más de la familia o del grupo religioso para restablecer sus prácticas espirituales y que esto lo ayude a elevar su autoestima.

FV: ¿La espiritualidad depende de Dios?

Zenón (66 años; de San Andrés Tlalnelhuayocan): La espiritualidad yo la pude comprender a mis 59 años, cuando dejaron de interesarme las cosas materiales y aprendí a vivir en el espíritu.

FV: ¿Cómo es eso?

Zenón: Vivir en el espíritu es aceptar quiénes somos y qué estamos llamados a ser, dirigiendo nuestras vidas en torno a ese ser que nos creó.

Aprender a vivir en el espíritu es darle un sentido y dirección a la vida, y esto hace al individuo una persona especial, es decir, una persona de la cual se tiene un buen concepto, a quien se le tiene confianza por su apego a la voluntad divina, por su comunicación con Dios.

FV: ¿Qué me quiere decir al contarme que Luis era una persona de fuertes convicciones espirituales?

Petra (68 años; de Banderilla): Que Luis era una persona gobernada por Dios; es decir, que tenía la presencia de Dios en su vida. Creía firmemente que a su muerte estaría ante la presencia de Dios. Era alguien que no sólo reconocía y aceptaba a Dios como el hacedor de todo cuanto existe, sino también dejaba que el espíritu de Dios lo controlara en todo lo que hacía. Creía que la obediencia a los preceptos divinos, que había enseñado a sus hijos, nietos, bisnietos y tataranietos, era la mejor herencia que les iba a dejar.

Agustín (74 años; de Banderilla): Luis fue una persona que siguió a Jesucristo y se dejó guiar por él, Luis era alguien especial, se le veía el espíritu de Dios en su vida porque brindaba amor, verdad, bondad, templanza... Una persona espiritual se conoce por sus obras y por su fe.

El entrenamiento espiritual que esos ancianos llevan a cabo genera la obtención de dones (manifestación clara del poder del Espíritu Santo en sus vidas), con lo cual adquieren una nueva responsabilidad social y espiritual en su sociedad, que les devuelve o aumenta dignidad.

La espiritualidad fortalece y anima, cambia lo negativo en positivo, hace que el creyente tenga control sobre sí mismo.

FV: ¿Entonces la espiritualidad hace a la persona más fuerte?

Epigmenio (73 años; de San Miguel): Es el espíritu que mora en uno el que nos hace ser fuertes para enfrentar la pérdida de un ser querido, los achaques propios de la vejez, y para cambiar nuestra perspectiva de la vida. Por ejemplo, mire usted, yo ya me estoy volviendo sordo, ratitos oigo bien, ratitos no oigo nada; pero en los ratos en que mi oído está mal, yo me pongo a meditar en su palabra. Dios me permite a través de esta discapacidad poder oír su voz por medio de este libro sagrado. ¿Se da usted cuenta de esta hermosa oportunidad que Dios me brinda?

Emelia (71 años; de Chiltoyac): Yo tengo tantos nietos que ya no sé quién es quién, ya no me acuerdo de sus nombres, a veces ni de los nombres de mis hijos me acuerdo. Lo único que no se me olvida son los salmos de la Biblia, que me animan y me confortan.

María (75 años; de Cosautlán): Una persona espiritual es una persona que tiene fe, que está segura de que Dios va con él. Si usted dice: voy a salir a buscar trabajo, pero a ver si encuentro, a ver si me reciben, a ver si paso el examen, ojalá que no me ponga nervioso..., entonces no tiene usted fe. Usted debe decir: “Con la ayuda de Dios voy a salir adelante, voy a estar seguro en mis respuestas, no voy solo, Dios estará conmigo donde quiera que vaya...” verá que todo le sale bien. Usted nada más póngase en sus manos antes de salir, encomiéndose a él y verá los resultados. Cuando esté usted resolviendo el examen, dígame “Dios, ilumina mi mente”. Si tiene que trabajar y siente que no puede desarrollar su trabajo, dígame “Dios dame fuerzas para lograr terminar”. ¡Pruébelo! Y verá cómo cambia su vida, verá que en todo le irá bien.

La espiritualidad se acumula y acrecienta con el uso; además, es gradual y diferenciada en cada uno de los creyentes, y si no se emplea se puede perder, pero puede ser reobtenida.

FV: ¿Todos deben o pueden tener la misma espiritualidad?

Carolina (65 años; de Xalapa): La espiritualidad no opera como las cosas materiales, que se acaban o se desgastan. No, aquí es al contrario: entre más estés en comunión con Dios, más grande será tu fe. Mira: si tú pones en tu corazón el deseo de servir a Dios con sinceridad, Dios te responde de inmediato. Por eso es que muchas personas recién convertidas al evangelio llegan a tener una espiritualidad enorme, en comparación con otros que llevan años de ser creyentes. Por lo general, la espiritualidad se adquiere con años de devoción y fidelidad a Dios. Aquí en la iglesia, casi todos los que somos ancianos la hemos adquirido con el tiempo, pero hay que tener cuidado de que esta práctica espiritual no se vuelva monó-

tona, por costumbre, porque entonces se convierte en una falsa espiritualidad. Cuando esto sucede, la espiritualidad se puede perder, y entonces es como estar sin fe, sin Dios y sin esperanza. Pero si el creyente encuentra su camino, la espiritualidad puede ser reobtenida, ya que Dios siempre tiene misericordia de uno.

FV: ¿Cómo puedo yo saber que una persona tiene una espiritualidad verdadera?

Juan (80 años; de Coatepec): Una de las maneras en que tú puedes saber si alguien está viviendo una espiritualidad verdadera es mirar si esa persona refleja los frutos del espíritu: gozo, paz, paciencia, benignidad, amor, fe, templanza, mansedumbre. Es una persona que tú saludas y sientes en ella sinceridad, la ves diferente a las demás personas en cuanto a que no es egoísta, siempre busca el bien de los demás, no es cizañudo.

Antonio (68 años; de Naolinco): La espiritualidad lleva a tener paz, a aceptar con tranquilidad los designios de Dios. Una persona espiritual al borde de la muerte puede decir: Señor llévame, estoy a gusto con lo que tú decidas. Una persona con una falsa espiritualidad tendrá miedo o preocupación en los momentos críticos de su vida.

Emilio (63 años; de Rafael Lucio): La espiritualidad se va desarrollando con los años, y se va reflejando en la búsqueda de respuestas cada vez más profundas a todo tipo de necesidades, en el grado de comunión con Dios, en la meditación de su palabra, en la fidelidad inquebrantable de hacer la voluntad de Dios. Este proceso no tiene fin, nadie puede decir que ya llegó al grado máximo de espiritualidad. Cada día que transcurre, y pese a los años, se logran descubrir verdades y principios útiles para todos los momentos de la vida.

Camino a una reflexión sobre lo planteado

¿Qué más se puede desprender de las conversaciones sostenidas con estos 52 ancianos?

Al examinar en conjunto las diferentes percepciones podemos darnos cuenta de la forma en que se están viviendo y afrontando problemas concretos como la soledad, la enfermedad, la angustia, la tristeza y la muerte en un proceso ineludible de envejecimiento, en un mundo "moderno". La información vertida nos muestra que paulatinamente ha ido recayendo más en el propio anciano la responsabilidad de cuidarse, atenderse, conectarse y desconectarse de una socie-

dad que cada vez le presta menos atención; por sí mismo debe encontrar cómo se subsiste en un ambiente de soledad y falta de cariño, cómo se sustituyen las necesidades físicas por necesidades espirituales con las cuales se puede entrar en contacto con la divinidad las veces que sea y donde quiera que sea.

— Si bien es cierto que los resultados presentados en este trabajo exclusivamente se refieren a individuos que han tenido un acercamiento religioso que los ha llevado a la realización de prácticas cotidianas como la oración, el ayuno, la meditación y lectura de trozos bíblicos, así como al desarrollo de ciertos dones por medio de los cuales no sólo ellos mismos se fortalecen y se sobreponen a las vicisitudes de la vida, sino que también comparten con otros, realizando curaciones, consolando, y otras veces enseñando; también es cierto que los alcances de estas reflexiones pueden servir a individuos cuya dinámica social (tanto individual, en el hogar como fuera de éste) se lleva a cabo motivada por este sentido espiritual, como persona que tiene fe, que tiene creencias.⁵ Por ello nos debe interesar la espiritualidad como una práctica positiva de entrenamiento, capacidad y restauración que construye un “espacio autónomo controlado donde se encuentran dicha y refugio, donde se organiza y estructura la forma de vivir, pensar, actuar y dar solución a la tensión entre integración y separación,⁶ marginación y abandono; además, porque por medio de esta práctica se establece la conexión con los que están en el más allá (sobre todo con Dios), alejando o mitigando los temores y dando continuidad a la existencia.

— La espiritualidad implica, como bien apunta Pittard (1994: 19), conexión, integración e integridad, ya que el anciano no sólo se interconecta como creyente con otros creyentes y comparte propósitos y significados de la vida, sino que por medio de la espiritualidad es capaz de suplir el contacto físico, y además, de sentirse interconectado tanto en el mundo material como en el sobrenatural.

— Esta sensación de estar estrechamente relacionado con lo divino refuerza la convicción de que lo que se está viviendo —sea tristeza, dolor, enfermedad o incluso la muerte— tiene sentido. Todo lo que

⁵ Aunque el estudio está basado en creyentes evangélicos, otros estudios, como el de Freidenberg (1996) son católicos, o los de Pittard (1994) con otras corrientes teológicas, revelan que se pueden correlacionar varias actitudes, acciones y efectos similares, aunque bien valdría hacer una diferenciación, lo cual está fuera del alcance de este trabajo.

⁶ Freidenberg (1996) dice que la espiritualidad brinda una filosofía de la vida basada en el perdonar y perdonarse, el dar y recibir, lo que posibilita una restauración de la manera de vivir.

podría parecer negativo es traducido como positivo.⁷ Obviamente, encontré un grado variable de espiritualidad en los informantes que, a decir de ellos mismos, es la razón por la que a veces no obtienen la satisfacción completa a sus necesidades.

— Mis informantes aludieron en repetidas ocasiones al hecho de que la espiritualidad siempre se evidencia en las más duras pruebas (enfermedad, muerte, tristeza, soledad, preocupación, etc.). Es allí donde la vida adquiere significados especiales en correspondencia con el incremento del grado de espiritualidad. Es en los momentos más difíciles cuando el individuo pasa de la abstracción del conocimiento, a la práctica de una acción que lo sitúa en un ámbito en que él puede controlar, soportar, adaptar, permitir o evitar que tal situación o necesidad tenga un efecto devastador. Gran parte de las narraciones bíblicas expresa mucho de lo que hoy viven los ancianos: experiencias en la viudez, pérdidas materiales, sociales, físicas, tristezas, accidentes y angustias que sólo con la fe puesta en Dios es posible enfrentar. La espiritualidad es un recurso disponible en cualquier situación, una especie de religión privada que permite al creyente decidir cómo, dónde y cuándo llevar a cabo sus prácticas religiosas.⁸

— Los datos recabados muestran que los 52 informantes utilizan la oración como el recurso espiritual más común para enfrentar las adversidades, y que estas frecuentes prácticas espirituales potencian el cuerpo de los creyentes, modificando sus actitudes hacia el mundo exterior. Es decir, se genera en ellos el ánimo por la vida, por cuidar su salud, por mantener sus roles familiares y sociales. En este sentido, habrá que considerar para la formulación de programas públicos de atención a la salud o asistencia social el hecho de que los ancianos que manifiestan una fe o una creencia generalmente no tienden a tener una actitud fatalista que los disuada de atenderse un problema de salud. Si bien aceptan la voluntad de Dios con resignación, también

⁷ Sheldon *et al.* (1994: 184) advierten que en las personas que han tenido “una relación personal con Dios”, se incrementa el sentimiento de bienestar subjetivo, es decir, un bienestar que si bien no siempre es real, es aceptado y adaptado.

⁸ Kenneth (1995: 49) observa dos funciones que la gente realiza al enfrentar situaciones difíciles: la conservación y la transformación. En la primera, se evalúa si lo que ha sido amenazado o a lo que se ha hecho daño es lo más importante. Pero cuando el esfuerzo por conservar lo importante falla o no satisface, la única opción es transformarlo, y entonces se ejerce la segunda función mencionada. En ambas la espiritualidad ayuda al individuo a renunciar al ser querido, a desprenderse de sus cosas y recuerdos más significativos, y a encontrar un nuevo recurso significativo e incluso una nueva misión en la vida.

esperan un milagro, especialmente mediante la oración de sanidad, aunque también puede darse a través del medicamento, el tratamiento médico, o la operación quirúrgica. Pero aclaremos, para ellos no es la medicina, ni el médico o la cirugía, sino Dios mismo quien obra a través de todos estos instrumentos para su curación, especialmente aquellos que quitan el dolor.

— Si aceptamos que la espiritualidad puede colaborar con los cuidados preventivos y curativos en las personas de edad avanzada, cabe cuestionar si entre sus implicaciones en la salud de los individuos están el menor uso de los servicios de salud y la menor necesidad de cuidados preventivos y curativos, sobre todo si esta práctica empieza desde edades tempranas. Asimismo, si los estilos de vida que estos creyentes generan con sus prácticas espirituales, son compatibles con los programas de prevención y curación de enfermedades de las instituciones públicas de salud, y si podrían ser una alternativa en algunas poblaciones de bajo y alto nivel socioeconómico.

— Con base en lo anterior nos queda claro que el bienestar en el último trecho de la vida no sólo se obtiene por factores biológicos, psicológicos y económicos, sino también mediante prácticas religiosas o espirituales.

— Esto implica que los costos social y económico que tanto nos hacen ver los analistas del proceso de envejecimiento no son tan apremiantes como parecieran en la vida de los ancianos; si bien es cierto que en esta etapa hay pérdidas, como las ya mencionadas por estos 52 ancianos, así como las expuestas en otros estudios (como el deterioro de las capacidades físicas y mentales, disminución de la autonomía y adaptabilidad, menoscabo de roles familiares y sociales, retiro del trabajo, pérdida de capacidad económica, cese de actividades), éstas no son valoradas por los ancianos como pérdidas, sino que incluso pueden ser percibidas como ventajas.

— Es preciso que la cultura de la vejez y el envejecimiento se abra para ir más allá de un buen sistema de seguridad social, de ingresos, y de participación económica para las personas de edad avanzada; deberá rebasar la preocupación por mejorar los índices de morbilidad y mortalidad, de afrontar nuevos retos de salud, de incorporar más responsabilidades familiares e institucionales, o de buscar momentos políticos y administrativos adecuados. Debe partir de las experiencias, las prácticas, y los recursos e intereses de los mismos ancianos; de los ambientes religiosos y familiares donde se han formado sus principios; de sus valores, y de las estrategias que los senectos llevan a cabo

para organizar su presente y construir su futuro. Como vimos, recurrir a la espiritualidad les produce un sentimiento de consuelo y seguridad que la ciencia, por cierto, no puede ofrecerles.

— Desafortunadamente la racionalidad moderna ha persistido en su tendencia a separar al ser humano en el binomio cuerpo-espíritu, donde el primero es el que realmente existe, es la materia en donde se concentra el conocimiento, mientras que lo espiritual no existe, es privativo de aquellos sectores de la sociedad que quedaron despojados de todo dominio cognitivo, a quienes se les niega su discurso porque se considera subjetivo y por ende falso. Por lo tanto, estamos ante dos códigos diferentes, digeridos de manera distinta por los procesos cognitivos, pero que los ancianos manejan de manera cotidiana, ya que confían su salud, atención y cuidado tanto a la familia como al conocimiento científico, pero sobre todo a su capacidad de relacionarse con lo divino para recibir la vitalidad que eso les prodiga. En la medida en que se destaque el análisis fenomenológico cultural de la espiritualidad podrán articularse aspectos fundamentales en la vida del anciano que inciden grandemente en la estructura social humana en sus últimas fases.

Bibliografía

- Abumalham, Montserrat (1995), "Raíces étnicas en la simbología de la muerte en la poesía árabe", ponencia presentada en el Coloquio Internacional Religión y Símbolo en el Fin del Milenio, La Trinidad Tlaxcala, México (mimeo.).
- Anzola, Elias P. (1993), "Alternativas a la institucionalización de los ancianos en América Latina", en *Atención médico social a la tercera edad en América Latina*, México, Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social, pp. 17-23.
- Ariés, Philippe (1992), *El hombre ante la muerte*, Madrid, Taurus.
- Bastian, Jean Pierre (1983), *Protestantismo y sociedad en México*, México, Casa Unida de Publicaciones.
- (1999), "Los nuevos partidos políticos confesionales evangélicos y su relación con el Estado en América Latina", *Estudios Sociológicos*, vol. 17, núm. 49, pp. 153-173.
- Bazo, María Teresa (1990), *La sociedad anciana*, Barcelona, Centro de Investigaciones Sociológicas, Siglo XXI.
- Bezrukov de Villalba, Lila (1993), "La población anciana en América Latina", en *Atención médico social a la tercera edad*, México, Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social, pp. 203-219.

- Beauvoir, Simone (1983), *La vejez* México, Hermes.
- Brenes Blanco, Adelina (1993) "Realidad de la población anciana en América", en *Atención médico social a la tercera edad en América Latina*, México, Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social, pp. 81-92.
- Cantón y Mena, Raúl Jesús (1997), "*No por viejo, sino por pobre*". *Representaciones y prácticas en torno a las pérdidas materiales, sociales y de salud que se presentan durante el proceso de envejecimiento (caso de La Merced, D.F.)*, tesis de maestría, México, Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social.
- Casais, Ignasi (1982), *Sociología de la ancianidad en España*, Madrid, Mezquita.
- Carrasco, Pedro (1976), *El catolicismo popular de los tarascos*, México, SEP (SEP-Setentas, 298).
- Carrasco Mallhue, Pedro (1983), *Protestantismo y campo religioso en un pueblo del estado de Oaxaca*, tesis de licenciatura, México, Instituto Internacional de Estudios Superiores.
- Da Silva Catela, Ludmila (1998), "Sin cuerpo, sin tumba. Memorias sobre una muerte inconclusa", *Historias antropológicas y fuentes orales*, vol. 2, núm. 20, pp. 87-105.
- Fábregas, Andrés (1980), "El ILV y la penetración ideológica", en Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM, *Indigenismo y lingüística*, México, UNAM.
- Fericgla, M. Joseph (1992), *Envejecer*, Barcelona, Anthropos.
- Freidenberg, Judith Noemi (1996), *Conversaciones con Emiliana*, Universidad de Maryland-College Park/Compugrama.
- Garma Navarro, Carlos (1987), *Protestantismo en una comunidad totonaca de Puebla*, México, INI.
- Gilleard, Christ (1996), "Consumption and Identity in Later Live: Toward a Cultural Gerontology", *Ageing and Society*, núm 15, pp. 489-498.
- Giménez, Gilberto (1978), *Cultura popular y religión en el Anáhuac*, México, Centro de Estudios Ecuménicos, A.C.
- Ham Chande, Roberto (2000), "Relaciones entre envejecimiento demográfico y condiciones laborales", en Roberto Ham Chande (coord.), *Envejecimiento demográfico y empleo*, México, Secretaría del Trabajo y Previsión Social, pp. 17-32.
- Hertz, Robert (1990), *La muerte. La mano derecha*, México, CNCA/Alianza (Los Noventa).
- Houtepen, Rob (1995), "The Meaning of Old Age and the Distribution of the Health-Care Resources", *Ageing and Society*, núm. 15, pp. 219-242.
- Inclán Garza, Rodrigo (2000), "La economía, el empleo y pensiones de jubilación en la administración federal", en Roberto Ham Chande (coord.), *Envejecimiento demográfico y empleo*, México, Secretaría del Trabajo y Previsión Social, pp. 117-204.
- Johnson, R. Timothy (1995), "The Significance of Religion for Aging Well", *American Behavioral Scientist*, vol. 39, núm. 2, pp. 186-202.

- Kenneth, J. Doka (1995), *Death and Spirituality*, Nueva York, Amityville.
- Kimble A., Melvin, Susan H. Mcfadden y otros (1995), *Ageing, Spirituality and Religion*, Mineapolis, Fortress Press.
- Montes de Oca, Verónica (1999), "Relaciones familiares y redes sociales", en varios autores, *Envejecimiento demográfico de México: retos y perspectivas*, México, Conapo, pp. 289-326.
- (2000), "¿Envejecimiento? Una discusión sobre la edad y su relación con el empleo, retiro y reproducción social", en Roberto Ham Chande (coord.), *Envejecimiento demográfico y empleo*, México, Secretaría del Trabajo y Previsión Social, pp. 61-98.
- Partida Bush, Virgilio (1999), "Perspectiva demográfica del envejecimiento en México", en varios autores, *Envejecimiento demográfico de México: retos y perspectivas*, México, Conapo, pp. 25-40.
- Parra Dávila, Enrique (1993), "Concepto y teoría del modelo de salud. Bases para un modelo para tercera edad", en *Atención médico social a la tercera edad en América Latina*, México, Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social, pp. 245-251.
- Pittard Payne, Barbara y Susan H. Mcfadden (1994), "From Loneliness to Solitude: Religious and Spiritual Journey in Late Life", en *Aging and the Religious Dimension*, en Eugene Thomas and Susan A. Eisenhandler (eds.), Wesport, Estados Unidos, pp. 13-28.
- Rosenblueth, Ingrid (1985), "Patrones diferenciales de envejecimiento, salud y enfermedad en diversos sectores sociales urbanos", *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, año 6, núm. 12-13, México, UAM-I.
- Sheldon S. Tobin *et al*, (1994), "Religiosity and Fear of Death in Non-Normative Aging", en Eugene L. Thomas y Susan A. Eisenhandler, *Ageing and the Religious Dimension*, Wesport, Estados Unidos, pp. 183-202.
- Seale, Clive (1996), "Living Alone Towards the End of the Life", *Ageing and Society*, núm 16, Cambridge University Press, pp. 75-91.
- Thomas, Vincent Louis (1983), *Antropología de la muerte*, México, FCE.
- Vázquez Palacios, Felipe R. (1991), *El protestantismo en Xalapa*, México, Gobierno de Veracruz (V Centenario).
- (1999), "Hacia un acercamiento y comprensión de la ancianidad en Veracruz", en varios autores, *Envejecimiento demográfico de México: retos y perspectivas*, México, Conapo.