

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE  
MAR DEL PLATA**

**FACULTAD DE PSICOLOGIA**



***“Sabiduría y estrategias de auto-regulación en la  
vejez”***

Supervisora: Deisy Krzemien

Autora: Dolores Freijo

Año 2015



N° CLASIFICACION		C. DE ADQUISICION	
t-18	F		
			R-01387

## **Agradecimiento**

A Deisy Krzemien, por su permanente apoyo, asesoramiento y dedicación.

Unidad Académica: Facultad de Psicología – Universidad Nacional de Mar del Plata

Título del Proyecto: “Sabiduría y estrategias de auto-regulación en la vejez”.

Informe Final del Trabajo de Investigación correspondiente al requisito curricular conforme OCS. 143/89

Alumna: Dolores Freijo. Matrícula 5414/01. Dni: 29551181

Supervisor: Deisy Krzemien

Cátedra de radicación:

CIMEPB (Centro de Investigación en Procesos Básicos, Metodología y Educación). Facultad de Psicología. UNMDP.

Directora: Dra. Deisy Krzemien

Fecha de presentación:

“Este Informe Final corresponde al requisito curricular de Investigación y como tal es propiedad exclusiva de la alumna Freijo Dolores, Mat: 5414/01, de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata y como tal no puede ser publicado en un todo o en sus partes o resumirse, sin el previo consentimiento escrito de los autores”.



“El que suscribe manifiesta que el presente Informe Final ha sido elaborado por la alumna Freijo Dolores, Mat. 5414/01, conforme los objetivos y el plan de trabajo oportunamente pautado, aprobando en consecuencia la totalidad de sus contenidos a los      días del mes del año      ”.

Supervisor:

Firma: 

Aclaración: DEISY KRZEMEN


Sello:

## Informe del Supervisor

En mi calidad de supervisora del Trabajo de Investigación de Pregrado: "*Sabiduría y estrategias de auto-regulación en la vejez*", de la alumna Freijo Dolores, Mat: 5414/01, DNI: 29551181, dejo constancia que el mismo ha alcanzado un nivel satisfactorio, según el artículo 20 del Reglamento de Trabajo de Investigación.

El estudio analiza la relación entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores de 60 a 90 años de edad.

Se destaca el esfuerzo y colaboración de la tesista al proyecto mayor en la aplicación de los instrumentos y la carga de datos, como así también en poder analizar las relaciones complejas de variables. La tesista cumplió con las actividades programadas y hubo por parte de las mismas una disposición favorable para ir modificando y repensando la construcción del trabajo en relación a los resultados obtenidos y a los aportes supervisados. Es destacable su actitud comprometida en el avance del proyecto de tesis a fin de aumentar su conocimiento de la disciplina psicológica en un área particular.



D. KRZETIEN

## **Plan de trabajo**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

FACULTAD DE PSICOLOGIA

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN – REQUISITO CURRICULAR

PLAN DE ESTUDIOS O.C.S 143/89

NOMBRES Y APELLIDO ALUMNA:

Freijo Dolores

Matricula 5414/01

CATEDRA O SEMINARIO DE RADICACION

- CIMEPB (Centro de Investigación en Procesos Básicos, Metodología y Educación). Facultad de Psicología. UNMDP.
- Proyecto de investigación: Sabiduría y pensamiento postformal en la vejez. Relación con la auto-regulación adaptativa. Grupo de investigación Temas de Psicología del Desarrollo. Facultad de Ciencias de la salud y Servicio Social. UNMDP.

SUPERVISORA: Dra. Daisy Krzemien

TITULO DEL PROYECTO:

Sabiduría y estrategias de auto-regulación en la vejez.

DESCRIPCION RESUMIDA

A partir del reconocimiento del rol de los procesos cognitivos en la adaptación, este estudio propone analizar las relaciones entre la sabiduría y los recursos de auto-regulación SOC (Selección de metas de vida,

Optimización y Compensación) en una muestra de 100 adultos mayores de ambos sexos de Mar del Plata, mediante un diseño correlacional transversal, con metodología cuali-cuantitativa. Se aplicarán la Escala del Conocimiento relativo a la Sabiduría, el Cuestionario SOC y un cuestionario socioeducativo. La hipótesis básica es que la variabilidad interindividual en la capacidad auto-reguladora se halla asociada a los conocimientos pragmáticos y habilidades cognitivas, especialmente influidas por la cultura y la experiencia. Investigadores suponen que las personas que muestran sabiduría en la resolución de situaciones problemáticas cotidianas, tienen mayor posibilidad de adaptarse satisfactoriamente a las crisis y pérdidas del proceso de envejecimiento. Se prevé aportar evidencia acerca del desempeño cognitivo y adaptativo en la vejez.

PALABRAS CLAVE: sabiduría – auto-regulación – adaptación - metas de vida - envejecimiento

#### DESCRIPCION DETALLADA

##### Motivo y antecedentes

El estudio de la sabiduría ha despertado creciente interés en las últimas décadas como objeto de investigación teórica y empírica en particular en Gerontología; y ha progresado fundamentalmente bajo el paradigma cognitivo, la psicología positiva y la psicología del desarrollo.

En el campo de la Gerontología básica y aplicada, desde las últimas décadas, el estudio de los procesos de auto-regulación ha cobrado relevancia en la comprensión del ajuste psicológico a los cambios del envejecimiento (por ejemplo: jubilación, viudez, enfermedades crónicas, disfuncionalidad biofísica, minusvalías psicocognitivas, disminución de ingresos económicos, preocupaciones por hábitat y seguridad social, prejuicio social, aislamiento social, etc.), lo cual suele denominarse como crisis del desarrollo o transición vital. En la vejez se observa una gran variabilidad en la forma en que las personas responden a los eventos de crisis del curso vital: mientras que algunas presentan un comportamiento

disfuncional y sintomatología, otras mantienen un nivel de adaptación saludable e incluso experimentan satisfacción vital. La cuestión de por qué algunas personas se adaptan “mejor” o “más exitosamente” que otras, intriga a los gerontólogos a medida que aumenta el envejecimiento demográfico y la longevidad (OMS, 2002) y como consecuencia se va incrementando el número de ancianos que presentan vulnerabilidad, dependencia y patologías mentales (Rodríguez Feijóo, 2003). En particular, Argentina se ubica en el grupo de los países latinoamericanos con “envejecimiento poblacional avanzado” (CELADE-CEPAL, 2010). Desde la propuesta de Ryff (1982) y la obra de P. Baltes y M. Baltes (1990) sobre “envejecimiento exitoso” - inaugurando una línea de investigación e intervención más allá del envejecimiento activo-, uno de los intereses de la Gerontología se focaliza, no sólo en la prevención de incapacidades y fragilidad, sino en la protección de la autonomía y en conocer los factores que favorecen un envejecimiento competente o exitoso, es decir, en un funcionamiento psicológico saludable y satisfactorio en la vejez (Krzemien, 2009).

Las investigaciones longitudinales Berlín Aging Study, BASE, y European Longitudinal Study of Aging, EXCELSA, mostraron un mantenimiento del bienestar psicológico en adultos mayores a pesar del incremento de pérdidas y limitaciones en la vejez (Kunzmann, Little y Smith, 2000). Este fenómeno, conocido como la “paradoja del bienestar”, se supone que es consecuencia del uso de estrategias de auto-regulación (Wrosch y Freund, 2001). No obstante, no está esclarecido cuáles son específicamente los recursos y estrategias de auto-regulación, cuál es su eficacia adaptativa frente a los eventos críticos del envejecimiento, y cuáles son los factores que lo favorece.

Desde el Paradigma del Curso Vital (CV) se destacan como procesos adaptativos, los recursos o estrategias de auto-regulación SOC y la renovación de metas vitales. Baltes y el Grupo de Berlín proponen un modelo metateórico de adaptación basado en el principio de optimización selectiva con compensación. El envejecimiento satisfactorio depende del uso de tres estrategias: Selección, Optimización y Compensación (SOC). La

selección implica la priorización de metas de vida y/o restricción de otras; la optimización es la adquisición e inversión de los medios y esfuerzos para alcanzar esas metas y reforzar los recursos; y la compensación se refiere al uso de medios alternativos para mantener un determinado nivel de funcionamiento y regular las pérdidas, o cuando se ve reducida la capacidad adaptativa. En síntesis, el modelo SOC proporciona una estructura operacional, a la vez nomotético e ideográfico, útil para estudiar la adaptación a los eventos críticos de la vejez, el cual permite conocer cómo los recursos personales y contextuales se derivan en comportamientos concretos y medibles, y cómo la persona mayor se orienta a alcanzar sus metas de vida.

Baltes y Carstensen (1999) sugirieron que perseguir metas es la clave indicadora del envejecimiento exitoso. Las metas de vida juegan un rol importante en el desarrollo ontogenético de las personas porque orientan la planificación, la toma de decisiones y el curso de vida futuro.

Según Lazarus (1993), las metas de vida a menudo direccionan las respuestas de adaptación. Nurmi (1992) afirma que las metas de vida se refieren a propósitos, intereses y eventos futuros anticipados, que se relacionan con las tareas y preocupaciones propias de cada transición vital. Podemos pensar que los eventos normativos de la vejez afectan la selección y cambio de metas. Siguiendo el modelo SOC, es importante el reajuste de metas, seleccionar qué metas priorizar, a medida que varían o se limitan los recursos con el envejecimiento. En nuestro contexto, es escaso el conocimiento sobre las metas de los adultos mayores.

Varios investigadores relacionan el envejecimiento satisfactorio con la capacidad adaptativa (Fernández Ballesteros, 2000; Fierro, 1994; Krzemien y Urquijo, 2009; Stefani, 2004; Vaillant y Mukamal, 2001; Villar, 2005), y con los recursos SOC (Franklin y Tate, 2009; Freund y Baltes, 2002; Ziegelmann y Lippke, 2007). Sin embargo, si bien el uso de recursos SOC se ha hallado asociado positivamente a indicadores de bienestar en adultos jóvenes, los estudios empíricos en adultos mayores aún son escasos. Resta indagar el proceso de auto-regulación mediante el modelo SOC en la vejez, en otros

dominios diferentes a la patología, y en relación a las metas de vida en adultos mayores autoválidos.

Por otra parte, una cuestión de atención actual es esclarecer los factores que se asocian a la priorización selección de metas y a los recursos autorregulatorios. Lazarus y Folkman (1986) se centran en los procesos cognitivos que median entre la situación crítica y la respuesta de la persona. Investigaciones desde el paradigma del Curso Vital y los avances metodológicos en la evaluación de los aspectos cognitivos de adultos mayores han aportado conclusiones controversiales que cuestionan el “modelo decremental de la senectud” y el supuesto deterioro cognitivo concebido como universal e irreversible; y superando el énfasis en el criterio que vinculaba el rendimiento intelectual exclusivamente a la edad cronológica. Estos estudios muestran que el envejecimiento cognitivo no es generalizado a todas las funciones intelectuales. Existe evidencia de que ciertas habilidades de la inteligencia cristalizada y los procesos cognitivos pragmáticos tienden a conservarse, e incluso optimizarse, con el avance de la edad (Johansson, 2008; Staudinger y Joos, 2000). Greve y Staudinger (2006) destacan la existencia de “capacidades de reserva” en el cerebro humano, que pueden compensar las pérdidas del funcionamiento cognitivo. Sin embargo, la mayoría de la investigación sobre el envejecimiento cognitivo se ha centrado en las procesos básicos: memoria, atención y lenguaje (Schaie, 2004), y todavía es escaso el conocimiento acerca de las potencialidades intelectuales en el envejecimiento normal. Actualmente, se ha avanzado desde la tesis de la multidimensionalidad y multidireccionalidad de los cambios cognitivos en el curso vital, considerando el interjuego entre los factores neurobiológicos y contextuales, incluyendo la cultura, la historia cognitiva y las experiencias de aprendizaje y entrenamiento, que podemos suponer explican la variabilidad interpersonal en la capacidad de adaptación (Krzemien, 2013). Cabe pensar que la autorregulación en el envejecimiento, se halla asociada a procesos cognoscitivos que involucran el juicio reflexivo y el conocimiento alcanzado, es decir, la sabiduría.

Varios investigadores definen la sabiduría como un equilibrio e integración entre componentes cognitivos (conocimientos y aprendizajes), emocionales y volitivos, en relación con el contexto vincular y social y la experiencia de vida (Ardelt y Jacobs, 2009; Basset, 2005; Bueno, 1995; Casullo y Fernández, 2008; Meléndez Moral y Gil Llario, 2004). Los esfuerzos iniciales desde la Psicología en determinar formal y sistemáticamente las propiedades de la sabiduría han sido teóricos y especulativos. Un hito importante en su conceptualización ha sido la obra de Sternberg (1990) para quien la sabiduría se relaciona con la inteligencia aplicada en contextos concretos ("inteligencia práctica") y un "conocimiento tácito" mediado por valores para el logro de metas de beneficio social. No obstante, Sternberg (1999) y Staudinger (1999, p. 649), declaran que la sabiduría se diferencia de la aptitud intelectual, más bien es un atributo de la "interfase entre la personalidad y la inteligencia". Estrictamente, la sabiduría se la vincula con la pragmática del funcionamiento cognitivo, inteligencia cristalizada, influenciada por la cultura y rica en conocimiento experiencial y juicio reflexivo.

Uno de los paradigmas dominantes en la actualidad es el Berlin Wisdom Paradigm (BWP) de Baltes y el Grupo de Berlín (Baltes y Smith, 2008) - basado en el Paradigma del CV- con su propuesta de conceptualización de la sabiduría. La conciben como "un conocimiento experto y un juicio acerca de la pragmática fundamental de la vida" (Staudinger, 1999, p. 643). Se refiere a un conocimiento interpretativo acerca de las cuestiones límite, dilemáticas e inciertas de la vida, de la condición humana y la conducta social. Se alude así a la experiencia y la resolución de las situaciones críticas. El BWP distingue cinco criterios delimitadores: conocimiento fáctico, conocimiento procedimental, contextualismo, relativismo, resignificación y manejo de la incertidumbre. El Grupo de Berlín es uno de los más interesados en la medición de los componentes cognoscitivos y valorativos de la sabiduría, y desarrollaron un modelo cuanti-cualitativo de evaluación a partir de la performance o desempeño.

Baltes y colegas (Baltes *et al*, 1995) proponen que las personas mayores sabias tienden a envejecer más satisfactoriamente que las no sabias. No obstante, aún son exiguos y poco convincentes los estudios acerca del rol de la sabiduría en las estrategias de auto-regulación SOC frente a situaciones críticas en la vejez.

Por lo expuesto, esta investigación propone analizar la relación entre de la sabiduría y las estrategias de auto-regulación SOC en adultos mayores.

#### HIPOTESIS GENERAL:

Las personas que muestran sabiduría en la resolución de situaciones problemáticas cotidianas, tendrán mayor posibilidad de adaptarse satisfactoriamente a las crisis y pérdidas del proceso de envejecimiento. Así suponemos que existirá una relación positiva entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación adaptativas en la vejez.

#### HIPOTESIS PARTICULARES

1. Existiría una correlación positiva entre el nivel de desempeño de sabiduría y el uso de las estrategias de autorregulación SOC, de manera que:
  - a. Los adultos mayores que exhiban alto nivel de sabiduría, presentarán mayor uso de recursos de auto-regulación de Optimización y Compensación.
  - b. Los adultos mayores que obtengan un bajo nivel de rendimiento en sabiduría, presentarán menor uso de recursos de auto-regulación.

#### OBJETIVO GENERAL

Describir y analizar la relación entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores de 60 a 90 años de edad.

#### OBJETIVOS PARTICULARES

- 1) Identificar y describir las metas de vida y las estrategias de auto-regulación SOC: Selección de metas de vida, Optimización y Compensación en adultos mayores.

- 2) Describir el nivel de sabiduría según los cinco criterios del modelo del Grupo de Berlín.
- 3) Analizar la relación entre el nivel de sabiduría y las estrategias de autorregulación en adultos mayores.

## METODOLOGIA

Diseño metodológico: correlacional y transversal.

Muestra: No probabilística compuesta por 100 adultos de ambos sexos de 60 a 90 años de edad de la ciudad de Mar del Plata. Criterios de inclusión: participantes exentos de trastornos cognitivos, psicopatológicos y/o inmovilidad física y con un mínimo de educación primaria completa a fin de asegurar la comprensión de las consignas. Criterios de exclusión: personas residentes en geriátricos. La muestra será seleccionada por medio de un muestreo intencional y se extraerá de las siguientes instituciones y centros orientados a la tercera edad: Programa Universitario de Adultos Mayores, Colegios profesionales, Centros de jubilados, Clubes de día (PAMI), ONGs, y otros participantes serán contactados de manera independiente. El tamaño de la muestra responde al objetivo de investigación, a la exhaustiva evaluación de los participantes y a los requisitos estadísticos a fin de asegurar la potencia y validez interna del estudio.

Técnicas de recolección de datos:

1. Cuestionario de datos socioeducativos: Cuestionario breve de preguntas cerradas elaborado para indagar las variables: edad, sexo, estado civil, nivel educativo, ocupaciones o actividades, estado previsional, barrio de residencia, tipo de hogar y conformación de grupo conviviente.
2. Escala del Conocimiento relativo a la Sabiduría, Wisdom-Related Knowledge Scale (WRKS) diseñada por el Berlin Wisdom Paradigm Group (BWP), traducida al español y probada en un estudio previo en adultos mayores marplatenses (Krzemien y Monchietti, 2010). Evalúa el desempeño en cuanto a conocimiento y juicio relativo a la sabiduría a partir de los mencionados cinco criterios delimitadores de este modelo. Consta de tareas

que presentan situaciones hipotéticas concretas y dilemáticas de la vida cotidiana adecuadas a cada etapa vital. En este estudio se aplicarán dos tareas recomendadas por los autores para la vejez (Tarea A: "Revisión de la vida" y Tarea B: "Planificación y conducción de la vida"). Los participantes deben expresar una reflexión y dar una resolución escrita considerando lo que debiera, conveniera o pudiera hacer una persona hipotética en una situación incierta o desafiante. Para la administración, recolección y análisis de los datos se seguirá el procedimiento utilizado por los autores en estudios previos (Staundinger, 1999). Las respuestas son analizadas según protocolos elaborados a partir de un panel de expertos, y calificadas en una escala ordinal de cinco puntos. Las respuestas pueden oscilar en diversos grados de conocimiento relativo a la sabiduría. La selección de este instrumento se basó en que, desde los estudios iniciales del conocimiento experto, una de las formas frecuentes de indagación directa es mediante la expresión de los pensamientos y apreciaciones de la persona a través de protocolos verbales como la técnica de elicitación del conocimiento en un contexto específico y frente a una situación problemática (Sternberg, 1999).

3. Cuestionario de Selección de Metas, Optimización y Compensación SOC (Selection, Optimization and Compensation, SOC Questionnaire) elaborado por el Grupo de Berlín del Max Plank Institute for Human Development, traducida al español y probada en estudios previos (Krzemien, Maccarone, Pianciola, 2013). Se utilizará la versión de "dominio específico" en relación al envejecimiento. La versión abreviada del cuestionario consta de 12 pares de ítems opuestos, con 3 pares de ítems en cada categoría. En ambos casos los ítems presentan dos tipos de respuestas/comportamientos diferentes, uno describe el comportamiento que refleja las estrategias SOC y el otro describe estrategias alternativas (no-SOC); se le solicita al participante que elija la respuesta que más se acerca a su modo de proceder y luego, que indique el grado de semejanza en una escala Likert de 4 puntos. Se obtiene una puntuación general y de cada subescala.

4. Cuestionario de metas de vida, elaborado para identificar las metas de vida, basado en estudios previos (Wiese; Freund y Baltes, 2000). Se les

solicita a los participantes identificar y enumerar tres principales metas que se proponen, luego deben ordenarlas según el grado de importancia de acuerdo su propio interés.

Procedimiento: Las técnicas de recolección de datos se administrarán a los participantes individualmente, mediante condiciones estandarizadas y sistemáticas, en sesiones de 65 minutos, con un breve tiempo intermedio de descanso. Se asegurará el consentimiento informado.

Análisis de datos: Se realizará un análisis cuanti-cualitativo de los datos. Se realizará un análisis cualitativo de contenido sobre las respuestas obtenidas en la evaluación de la sabiduría. Se aplicarán técnicas de estadística descriptiva (Frecuencias, Medidas de TC y DE) para caracterizar las variables; y de estadística inferencial, utilizando el paquete SPSS. Se aplicarán análisis de correlación y multivariados para explorar las relaciones entre las variables.

Aporte de los resultados: por medio de este estudio se pretende aportar evidencia acerca de la relación entre variables cognitivas y adaptativas en adultos mayores, contribuyendo al debate teórico actual en el campo del conocimiento científico acerca del desempeño cognitivo en sabiduría y la capacidad auto-reguladora en la vejez, lo cual es una cuestión de creciente atención dado el aumento poblacional de este grupo etario.

#### LUGAR DE REALIZACION DEL TRABAJO

CIMEPB (Centro de Investigación en Metodología, Educación y Procesos Básicos), UNMDP-CONICET, el cual cuenta con instalaciones, equipamiento y software estadísticos. Se cuenta con equipos personales, suscripción a publicaciones y acceso a bases de datos informatizadas. Este proyecto se relaciona con el proyecto mayor del Grupo de Investigación Temas de Psicología del Desarrollo (OCA 100/12) "Sabiduría y pensamiento postformal en la vejez. Relación con el proceso de auto-regulación adaptativa (Código SAL 084/12) dirigido por la Dra. Krzemien, de la Facultad de Ciencias de la Salud y Servicio Social, UNMdP, lo cual asegura el contacto y acceso a instituciones para la realización del trabajo de campo.

## CRONOGRAMA

Actividad	Mes									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Revisión bibliográfica y elaboración del estado de la cuestión	x									
2. Construcción del marco teórico.	x	x								
3. Diseño y ajuste de los instrumentos			x							
4. Planificación metodológica. Conformación de la muestra			x							
5. Administración de instrumentos y recolección de datos				x	x					
6. Procesamiento y análisis cualitativo de los datos						x				
7. Procesamiento y análisis estadístico de los datos							x			
8. Interpretación de los resultados								x		
9. Discusión y Conclusiones									x	
10. Redacción del Informe Final										x

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

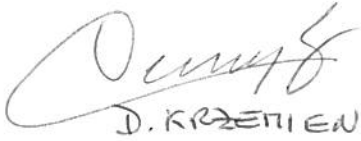
- Ardelt, M. y Jacobs, J. (2009) Wisdom, integrity, and life satisfaction in very old age. En M.C. Smith (Ed.). *Handbook of Research on Adult Learning and Development* (pp. 732-760). NY: Routledge.
- Baltes, M.M. y Carstensen, L.L. (1999). Social-psychological theories and their applications to aging. En V.L. Bengtson, J.E. Ruth y K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of Theories of Aging* (pp. 209-226). NY: Springer
- Baltes, P.B. y Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model SOC. En P.B. Baltes y M.M. Baltes (Eds.), *Successful Aging* (pp. 1-34). Cambridge: Cambridge University Press.
- Baltes, P.B. y Smith, J. (2008) The fascination of wisdom: Its nature, ontogeny, and function. *Perspectives on Psychological Science*, 3(1), 56-66.



- Baltes, P.B., Staudinger, U.M., Maercker, A. y Smith, J. (1995). People nominated as wise. A comparative study of wisdom-related knowledge. *Psychology and Aging, 10*, 155-166.
- Bassett, C. (2005). Emergent wisdom: Living a life in widening circles. *ReVision, 27*(4), 3-11.
- Bueno, B. (1995). Potencial cognitivo y envejecimiento. *Aula, Universidad de Salamanca, 7*, 203-214.
- Casullo, M.M. y Fernández Liporace, M. (2008). Diseño de un instrumento psicométrico para evaluar concepciones sobre la sabiduría. *Anuario de Investigaciones, 15*.
- CELADE-CEPAL (2009). *El envejecimiento y las personas de edad. Indicadores sociodemográficos para América Latina y el Caribe*. LC/L.2987/REV.1. Santiago de Chile: Publicación de las Naciones Unidas.
- Fernández Ballesteros, R. (2000) La gerontología positiva. *Rev. Multidiscip Gerontol, 10*(3), 143-145.
- Fierro, A. (1994) Propositiones y propuestas sobre el buen envejecer. En Buendía, J. (Comp.), *Envejecimiento y Psicología de la Salud* (pp. 3-33). Madrid: Siglo XXI.
- Greve, W. y Staudinger, U.M. (2006) Resilience in later adulthood and old age: Resources and potentials for successful aging. En D. Cicchetti y D. Cohen (Eds.). *Developmental Psychopathology* (2º ed., pp. 796-840). NY: Wiley.
- Johansson, B. (2008). Memory and cognition in aging. En B. Woods y L. Clare (Eds.), *Handbook of the Clinical Psychology of Ageing*, 2º Ed. (pp. 32-55). NY: Wiley.
- Krzemien, D y, Monchietti, A. (Nov 2010) Conceptualización y evaluación de la personalidad sabia en el envejecimiento. *Memorias del II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, 22-24/11/2010* (T. IV, pp. 279-281). Bs As: Dpto. de Publicaciones de la Facultad de Psicología, UBA.

- Krzemien, D. (2009). Gerontología: La ciencia del envejecimiento humano. Un ensayo sobre investigación, teoría y práctica. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 19(1), 20-31.
- Krzemien, D. y Richard's, M. (2011). Sabiduría en adultos mayores. Un estudio comparativo de dos modelos. En M.C. Richaud y V. Lemos (Comps.). *Psicología y otras Ciencias del Comportamiento. Compendio de Investigaciones Actuales*. (Vol. I, pp. 173-196). Buenos Aires: Ediciones CIIPME-CONICET.
- Krzemien, D. y Urquijo, S. (2009). Estilos y estrategias de afrontamiento a eventos de vida críticos y estilos de personalidad. En M.C. Richaud y J.E. Moreno (Eds.). *Investigación en Ciencias del Comportamiento. Avances Iberoamericanos* (T. 1, Cap. 4, pp. 101-136). Buenos Aires: Ediciones CIIPME-CONICET
- Krzemien, D., Maccarone, S., Pianciola, S. (2013). Experticia y autorregulación en adultos mayores jubilados. XIV Reunión Nacional y III Encuentro Internacional de la Asociación Argentina de Ciencias del Comportamiento. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC), Suplemento especial*, pp. 90-91.
- Kunzmann, U., Little, T.D. y Smith J. (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging*, 15, 511-526.
- Lazarus, R.S. (1993). Coping theory and research: Past, present and future. *Psychometric Medicine*, 55, 234-247.
- Meléndez Moral, J.C. y Gil Llarío, M.D. (2004) Sabiduría y envejecimiento. *Geriátrika*, 20(5), 218-225.
- OMS (2002). Envejecimiento activo: Un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37(S2), 74-105.  
<http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>
- Rodríguez Feijóo, N. (2003). Estrés familiar y ancianidad en Buenos Aires. *Scripta Ethnológica*, 25, 29-55.

- Ryff, C.D. (1982). Successful aging: A developmental approach. *Gerontologist*, 22(2), 209-214.
- Staudinger, U.M. (1999) Older and wiser? Integrating results on the relationship between age and wisdom-related performance. *International Journal of Behavioral Development*, 23(3), 641-664.
- Staudinger, U.M. (1999) Older and wiser? Integrating results on the relationship between age and wisdom-related performance. *International Journal of Behavioral Development*, 23(3), 641-664.
- Stefani, D. (2004). Gender and coping in old age. *Interdisciplinaria*, N° Especial, 109-125.
- Sternberg, R.J. (1999) Intelligence as developing expertise. *Contemporary Educational Psychology*, 24, 359-375.
- Sternberg, R.J. (Ed.) (1990). *Wisdom: Its nature, origins, and development*. (pp. 142-159). Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Vaillant, G.E. y Mukamal, K. (2001) Successful aging. *American Journal of Psychiatry*, 158(6), 839-847.
- Wiese, B.S., Freund, A.M. y Baltes, P.B. (2000). Selection, Optimization and Compensation: An action-related approach to work and partnership. *Journal of Vocational Behavior* 57, 273-300.
- Wrosch, C. y Freund, A.M. (2001). Self-regulation of normative and non-normative challenges. *Human Development*, 44, 264-283
- Ziegelmann, J.P. y Lippke, S. (2007). Use of selection, optimization and compensation Strategies in health self-regulation: Interplay with resources and successful development. *Journal of Aging and Health*, 19(3), 500-518

  
D. KRZETIEN

FIRMA DEL SUPERVISOR

Dolores Freijo

FIRMA DEL ALUMNO

PI AREA DE INVESTIGACION


RESULTADO DE LA EVALUACION (aprobado/ rehacer)

FECHA 27/9

OBS: Se recomienda sintetizar y reorganizar el contenido de la sección "Motivos y Antecedentes"



Lic. Giuliani, Terra Florensa

  
D. KREHLEN  
FIRMA DEL SUPERVISOR

FIRMA DEL ALUMNO

P/ AREA DE INVESTIGACION

RESULTADO DE LA EVALUACION (aprobado/ rehacer)

FECHA

El presente trabajo de investigación sigue las normas APA 2010 publicadas en American Psychological Association (2010). Publication Manual of the American Psychological Association (6th ed.). Washington, DC.

## Índice

Introducción.....	11
Antecedentes.....	14
Marco teórico.....	18
Objetivo.....	41
Metodología.....	42
Discusión.....	51
Conclusión.....	53
Anexos.....	54
Bibliografía.....	61



## Introducción

Es sabido que la mayoría de los países se enfrentan a las demandas de una creciente población adulta mayor. Más aún, se vislumbra que se transita hacia una sociedad donde cada vez más las personas llegan a superar los 65 años con educación y con un buen estado de salud en general. Este acelerado envejecimiento demográfico tiene implicancias en el escenario socio-económico, político, educativo y cultural, y también en el ámbito científico-académico y en la investigación básica y aplicada (Krzemien, 2013). La necesidad de enfrentar las demandas de la creciente población adulta mayor convoca al reto de desarrollar conocimientos sobre la vejez y los múltiples aspectos que determinan su calidad de vida (Hazzard, 2001, pp. 452, 455).

Diversos cambios socioculturales motivaron el interés sobre los procesos de envejecimiento, principalmente las nuevas concepciones acerca de la procreación, los estilos de vida urbanos, la reorganización de la vida familiar y laboral de hombres y mujeres, las migraciones, los avances en el campo de las ciencias de la salud y su aplicación en la prevención de enfermedades, la promoción de la salud integral, el aumento de la población de adultos mayores, junto al descenso de las tasas de mortalidad y natalidad y el incremento de la esperanza de vida (CEPAL, 2002).

Esta situación ha dado lugar a que -tanto en términos absolutos como relativos- la población de adultos mayores de 65 años y de los muy mayores, 85 años y más, se haya incrementado considerablemente en varios países, generando el fenómeno denominado "inversión de la pirámide poblacional" (United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2011; Odone, 1995).

Este último fenómeno implica un cambio en la estructura por edades de la población, un pasaje desde el antiguo régimen demográfico con grupos numerosos de población en edades infantiles y juveniles, hacia a una nueva estructura donde básicamente crecen los grupos de edades maduras y longevas manteniéndose o disminuyendo los grupos de menor edad.

Sin embargo, la ancianidad aún no está valorada socialmente como una etapa positiva de desarrollo, y resulta todavía poco atractiva. El envejecimiento

poblacional se convierte en una cuestión apremiante, lo cual no debe ser considerado como una desventaja, sino como un potencial humano a desarrollar.

En las últimas décadas en el campo gerontológico, ha avanzado el paradigma del “envejecimiento activo” como un “proceso de optimización de oportunidades para mantener un bienestar físico, social y mental, con la finalidad de extender la esperanza de vida saludable, la productividad y la buena calidad de vida” (OMS, 2002). No se trata solo de promover un envejecimiento activo y saludable, sino también de optimizar su calidad de vida, atendiendo a las diversas modalidades de envejecer que se presentan en las diferentes realidades contextuales que afrontan, aprovechando los recursos disponibles que se poseen para afrontar las diversas pérdidas y situaciones críticas, y hacer de ellas un proceso beneficioso para la adaptación en esta etapa vital (Villar, 2005).

El creciente interés por el proceso de envejecimiento fue impulsado, en parte y en materia teórica, por la adopción de una postura crítica ante el enfoque clásico del cambio evolutivo, que sostenía como supuestos epistemológicos la unidireccionalidad, universalidad y determinación biológica, los cuales destacan el declive orgánico asociado a la edad, los procesos de involución y regresión psíquica como características exclusivas de la vejez, y que además, dieron lugar a su biomedicalización. Se centraban en la patología, la degeneración neuropsicológica y la incapacidad funcional, con una visión negativa, decremental y deficitaria de la vejez.

Actualmente se asiste a una revisión paradigmática, que realza los aspectos positivos de la vejez, y que toma en consideración la significación que cada grupo o sociedad le da a la misma. Se admite la diversidad compleja y multidimensional del proceso de envejecimiento, y la necesidad imperiosa de modificar las condiciones de vida de las personas, que permitan favorecer el desarrollo de sus potencialidades, considerando los diferentes atravesamientos sociales, históricos, políticos, institucionales, económicos y éticos que le dan sentido (Oddone y Salvarezza, 2001). Se provocó un viraje en la mirada hacia las formas “positivas” de envejecer, con una visión que vaya más allá de la pérdida.

Desde esta línea el envejecimiento puede ser considerado como una oportunidad de crecimiento, progreso y madurez a partir de la presencia y el desarrollo de la sabiduría (Baltes y Staundinger, 2000). La idea de que la

sabiduría es un potencial a desarrollar durante toda la vida permitiría pensarla como una meta a lograr, y a partir de los avances en la investigación científica a favor de la tesis de la reserva cognitiva, la sabiduría es considerada como un recurso cognitivo potencial en la vejez (Berger, 2009; Krzemien, 2013).

El modelo teórico propuesto por Baltes y el Grupo de Berlin, desde el paradigma del Curso Vital, sostiene que las personas que muestran sabiduría en la resolución de situaciones problemáticas cotidianas, poseen recursos para adaptarse satisfactoriamente a las crisis y pérdidas del proceso de envejecimiento (Baltes, Lindenberger y Staudinger, 1999, 2006; Baltes y Kunzmann, 2003; Baltes y Smith, 1990, 2008; Staudinger, Dörner y Mickler, 2005).

Baltes y colegas (Baltes *et al*, 1995; Baltes, 1997; Freund, Li y Baltes, 1999) proponen que las personas mayores sabias tienden a envejecer más satisfactoriamente que las no sabias. Destacan como procesos adaptativos, los recursos de auto-regulación SOC (Baltes, Lindenberger y Staudinger, 2006; Lalive d'Epinay *et al*, 2005; Villar, 2005) formulando así un modelo metateórico de adaptación basado en el principio de "optimización selectiva con compensación". Para estos autores el envejecimiento satisfactorio depende del uso de tres estrategias: Selección, Optimización y Compensación (SOC).

El presente trabajo se propone analizar la relación entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación (Selección de metas de vida, Optimización y Compensación) en adultos mayores. La hipótesis básica es que las personas mayores que muestran sabiduría en la resolución de situaciones problemáticas cotidianas, tendrán mayor posibilidad de una estrategia de autorregulación.

## Antecedentes

En el campo de la Gerontología básica y aplicada, desde las últimas décadas, La cuestión de por qué algunas personas se adaptan “mejor” o “más exitosamente” que otras, intriga a los gerontólogos a medida que aumenta el envejecimiento demográfico y la longevidad (OMS, 2002) y como consecuencia se va incrementando el número de ancianos que presentan vulnerabilidad, dependencia y patologías mentales (Rodríguez Feijóo, 2003; Gastrón, Lombardo, Marazza y Oddone, 2013).

Desde la propuesta de Ryff (1982) y la obra de P. Baltes y M. Baltes (1990) sobre “envejecimiento exitoso” -inaugurando una línea de investigación e intervención más allá del envejecimiento activo-, uno de los intereses de la Gerontología se focaliza, no sólo en la prevención de incapacidades y fragilidad, sino en la protección de la autonomía y en conocer los factores que favorecen un envejecimiento competente o exitoso, es decir, en un funcionamiento psicológico saludable y satisfactorio en la vejez (Krzemien, 2009).

Las investigaciones longitudinales *Berlin Aging Study*, *BASE*, y *European Longitudinal Study of Aging*, *EXCELSA*, mostraron un mantenimiento del bienestar psicológico en adultos mayores a pesar del incremento de pérdidas y limitaciones en la vejez (Kunzmann, Little y Smith, 2000). Este fenómeno - conocido como la “paradoja del bienestar”- se supone que es consecuencia del proceso de auto-regulación (Wrosch y Freund, 2001). No obstante, no está esclarecido cuáles son específicamente los recursos y estrategias de auto-regulación, cuál es su eficacia adaptativa en el envejecimiento y cuáles son los factores que lo favorece.

Desde el Paradigma del Curso Vital (Baltes, Lindenberger y Staudinger, 2006; Lalive d'Épinay *et al*, 2005; Villar, 2005), se destacan como procesos adaptativos, los recursos de auto-regulación Selección, Optimización y Compensación, y la renovación de metas vitales para la adaptación satisfactoria.

Baltes y Carstensen (1999) sugirieron que perseguir metas es la clave indicadora del envejecimiento exitoso. Según Lazarus (1993), las metas de vida a menudo direccionan las respuestas de adaptación. Siguiendo el modelo Baltes, es importante el reajuste de metas, seleccionar qué metas priorizar, a medida que

varían o se limitan los recursos con el envejecimiento (Brandstädter y Rothermund, 2002; Schulz y Heckhausen, 1996; Wrosch *et al*, 2003). En nuestro contexto, es escaso el conocimiento sobre las metas de los adultos mayores.

Varios investigadores relacionan el envejecimiento satisfactorio con la capacidad adaptativa y de autorregulación (Fernández Ballesteros, 2000; Fierro, 1994; Krzemien y Urquijo, 2009; Stefani, 2004; Vaillant y Mukamal, 2001; Villar, 2005), y con los recursos autorregulación (Franklin y Tate, 2009; Freund y Baltes, 2002; Ziegelmann y Lippke, 2007). Sin embargo, si bien el uso de recursos de autorregulación se ha hallado asociado positivamente a indicadores de bienestar en adultos jóvenes (Wiese, Freund y Baltes, 2000), los estudios empíricos en adultos mayores aún son escasos. El modelo SOC ha sido usado para estudiar los comportamientos adaptativos frente a patologías crónicas (Gignac, Cott y Badley, 2002; Rush, Watts y Stanbury, 2010). Por ejemplo, Lang, Rieckmann y Baltes (2002) observaron el uso de recursos compensatorios en ancianos con minusvalía y dependencia funcional. Cabe señalar que los estudios mencionados han utilizado una metodología cualitativa basada en datos obtenidos mediante entrevistas; hasta el momento pocos estudios, y sólo en población adulta joven, aplicaron el instrumento derivado del mismo modelo SOC (Lerner y Lerner, 2005). Resta indagar el proceso de auto-regulación mediante el modelo SOC en la vejez, en otros dominios diferentes a la patología, y en relación a las metas de vida en adultos mayores autoválidos.

El modelo SOC proporciona una estructura operacional útil para estudiar la adaptación a las situaciones críticas de la vejez, el cual permite conocer cómo los recursos personales y contextuales se derivan en comportamientos concretos y medibles, y cómo la persona mayor se orienta a alcanzar sus metas de vida.

Por lo tanto, el creciente interés en el estudio de los procesos cognitivos pragmáticos en la adultez y vejez, es concomitante con la expansión del paradigma cognitivo y las neurociencias. Investigaciones desde el paradigma del Curso Vital y los avances metodológicos en la evaluación de los aspectos cognitivos de adultos mayores (Baltes *et al*, 1999; Schaie, 2000), han aportado conclusiones controversiales que ponen en revisión los conocimientos en el campo del pensamiento de la vejez, cuestionando el “modelo decremental de la senectud” y el supuesto deterioro cognitivo concebido como universal e

irreversible; y superando el énfasis en el criterio que vinculaba el rendimiento intelectual exclusivamente a la edad cronológica (De Ribaupierre, 2005; Monchiatti, Lombardo, Krzemien, 2005; Rodríguez-Álvarez y Sánchez-Rodríguez, 2004).

Es sabido que el envejecimiento normal supone cambios neuroanatómicos y fisiológicos que afectan el funcionamiento y procesamiento cognitivo, declinando varias habilidades mentales y sensoriales (Park, 2002). No obstante, se ha observado un funcionamiento regenerativo conservado y cierta plasticidad neuronal en personas mayores sanas e incluso con demencia tipo Alzheimer (Mirmiran, van Someren y Swaab, 1996). Greve y Staudinger (2006) destacan la existencia de “capacidades de reserva” en el cerebro humano, que pueden compensar las pérdidas del funcionamiento cognitivo. Existe evidencia de que ciertas habilidades de la inteligencia cristalizada, la experticia y la sabiduría, tienden a conservarse, e incluso optimizarse, con el avance de la edad (Feldberg y Stefani, 2009; Krzemien, Maccarone y Pianciola, 2013; Staudinger, 1999; Schaie, 2004). Por ejemplo, los estudios de Colonia-Willner (1999) en gerentes de banco de edad avanzada, evidenció que la inteligencia práctica y el conocimiento tácito se mantienen en los adultos mayores, a pesar de que en la inteligencia fluida se observó un descenso asociado a la edad.

Numerosos estudios experimentales (Álvarez González y Trápaga Ortega, 2013; Arenaza-Urquijo y Bartez-Faz, 2014; Kim, Johnson, Cilles y Gold, 2011;) anuncian que los sistemas cerebrales y cognitivos en el envejecimiento normal son más dinámicos, plásticos y multifacéticos de lo que se suponía años atrás. Sin embargo, la mayoría de la investigación tradicional en el campo del envejecimiento cognitivo se ha centrado en la evaluación de los procesos neurodegenerativos (Schaie, 2004). Es exiguo y reciente el conocimiento acerca del potencial cognitivo en el envejecimiento normal.

Actualmente, se ha avanzado desde la tesis de la multidimensionalidad y multidireccionalidad de los cambios cognitivos en el curso vital, considerando el interjuego entre los factores neurobiológicos y contextuales, incluyendo la cultura, la historia cognitiva y las experiencias de aprendizaje y entrenamiento (Baltes et al., 2006; Krzemien, 2009; Berger, 2009; Redolar, 2014), que podemos suponer explican la variabilidad interpersonal en la capacidad de adaptación.

Baltes y colegas (Baltes *et al*, 1995) proponen que las personas mayores sabias tienden a envejecer más satisfactoriamente que las no sabias. La sabiduría se la vincula con la pragmática del funcionamiento cognitivo, inteligencia cristalizada, influenciada por la cultura y rica en conocimiento experiencial y juicio reflexivo. En este sentido, el estudio *BASE* mencionado sugirió que la sabiduría se evidencia en las conductas adaptativas de los adultos mayores (Maddox, 2008).

No obstante, aún son exiguos los estudios acerca del rol de la sabiduría en los procesos de auto-regulación SOC y adaptación frente a situaciones críticas en la vejez. Como antecedentes en esta línea, el estudio preliminar de Ardelt (2005) en una muestra de seis adultos mayores, halló un predominio de estrategias de afrontamiento activo y cognitivo en aquellos que alcanzaron alto desempeño en sabiduría. Labouvie-Vief y Diehl (2000) hallaron una asociación entre las habilidades de inteligencia cristalizada y una tendencia a usar estrategias acomodativas en adultos mayores, mientras que el uso de estrategias evitativas se asoció negativamente con dichas habilidades cognitivas. Los autores proponen un “*proceso de auto-regulación cognitivo-emocional*” durante el curso vital, sosteniendo que los recursos y estrategias auto-reguladores de la persona estarían en relación con el nivel de desarrollo cognitivo (Jepson y Labouvie-Vief, en prensa). Blanchard-Fields y Hess (1996, p. 231) se refieren a las “*capacidades cognitivas adaptativas*” de las personas mayores, desde un enfoque funcional y contextual de la cognición.

En consecuencia a la revisión de la literatura gerontológica en el tema y al avance en la investigación en el campo de las Neurociencias Cognitivas, resulta necesario indagar la relación entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación en la vejez, es decir, entre una variable cognitiva y otra adaptativa, a fin de contrastar empíricamente si dicha relación conceptual hipotética que sostiene el modelo del Grupo de Berlín se confirma, en este caso, en una muestra de adultos mayores.

## **Marco teórico**

Asistimos en las últimas décadas a cambios paradigmáticos a partir de revisiones epistemológicas de las concepciones y de los factores explicativos del desarrollo humano. Esto implicó un cuestionamiento de los enfoques evolutivos tradicionales que brindaban definiciones unidireccionales y que enfatizaban los criterios asociados a la edad cronológica y el rendimiento intelectual para explicar el desarrollo cognitivo.

### **Paradigma Del Curso Vital**

Este paradigma que reúne los aportes del enfoque sociológico “Life Course Sociology” y de la teoría psicológica “Life Span Psychology”, cobró mayor auge desde aproximadamente las décadas de los 80 y 90 en adelante, con las investigaciones fundamentalmente de Paul B. Baltes (1939-2006) y el Grupo de Berlín en el “Max Planck Institute for Human Development”, desde la tradición de la Escuela Alemana de Psicología Evolutiva (Hans Thomaes), del Centro de Psicología del Ciclo Vital y del Centro Sociológico del Curso de la Vida.

Baltes (2000) identifica su propuesta teórica con la descripción de un enfoque holístico-sistémico-diacrónico del desarrollo humano, el cual ha ejercido una importante influencia. Se tradujo al español imprecisamente como “teoría del ciclo vital”, ya que span no significa ciclo, sino que alude a un círculo o circunferencia para representar procesos que vuelven a repetirse hasta llegar al punto de partida, y que por tanto, distan de la vida humana real. Correctamente dicho término expresa más bien extensión, etapa, período, duración, proceso, lapso, trascurso, dando cuenta de la continuidad de la vida humana terrenal que tiene un comienzo (la concepción) y un fin (la muerte), y sus etapas diferenciales (niñez, adolescencia, juventud, adultez y vejez), en una regularidad temporal y, a la vez, caracterizada por una discontinuidad marcada por las disrupciones o procesos de cambio. Estos cambios, tanto biológicos, psicosociales y ambientales en interacción, se refieren al sistema de influencias recíprocas que explica en gran parte la variabilidad interpersonal e intergrupala.

Desde el Paradigma del Curso Vital (CV) se concibe al desarrollo humano como un *“proceso ontogénético de adaptación transaccional”*, un *“proceso de cambios en la capacidad adaptativa de las personas”* (Baltes et al., 2006, p. 626).

Paul Ricoeur (1985) considera que este paradigma puede definirse como *“El estudio interdisciplinario del transcurrir de la vida humana (ontogénesis humana), es decir el análisis y la integración en un marco teórico común de las interacciones e interdependencias entre: (a) los procesos de desarrollo biológico y psicológico; (b) el contexto sociohistórico y las dinámicas que lo afectan, así como sus mediaciones institucionales y dentro de ellas, particularmente, los modelos de trayecto de vida como formas de regulación social; y c) los trayectos de vida individuales que se desarrollan en el marco de las obligaciones y de las posibilidades delimitadas por (a) y (b), todo esto en función de los recursos propios de cada individuo, del trabajo de reflexividad que éste maneja y de su propia identidad narrativa”* (p. 442).

Esta nueva mirada contribuyó a una perspectiva holística, dinámica, contextual y dialéctica del desarrollo a lo largo del ciclo vital. Se comenzó a objetar la idea de que los cambios en las habilidades cognoscitivas fueran explicados solo en función de la edad cronológica y de factores biológicos, ampliando la mirada incluyendo variables contextuales, histórico-culturales y de personalidad, que permitirían explicar la variabilidad intra e intergeneracional.

El factor clave de es el énfasis en la interdependencia y la complejidad del desarrollo de una persona en relación con su contexto a lo largo del transcurso de su vida. Intenta superar aquellas concepciones unidireccionales, con una visión estática del desarrollo, resaltando que en cualquier momento de la vida hay pérdidas y ganancias, ya no planteando la dicotomía crecimiento-declinación.

Es así que estos teóricos describen el desarrollo humano a partir de las relaciones interdependientes entre el desarrollo individual y los cambios del contexto, incluyendo la cultura y la historia, en la que se desenvuelve la persona.

Baltes intenta alejarse de cualquier tipo de definición del desarrollo que privilegie la edad cronológica, reformulando este concepto, e incluyendo la experiencia de vida idiosincrática.

Dentro de este modelo del curso vital, hay diferenciaciones en torno al concepto de edad, cuyas definiciones varían a lo largo de las etapas de la vida.

La edad cronológica es entendida como el tiempo que transcurre desde el nacimiento, y se refiere a la edad determinada por los años. Los partidarios de este modelo consideran que con esta no basta como variable explicativa para entender la diversidad de los factores que inciden en el desarrollo, ya que nada dice respecto a las condiciones en las que se encuentra la persona.

Por su parte, la edad fisiológica, abarca los cambios físicos y biológicos, es decir los que ocurren al organismo, a las capacidades funcionales y a la salud. Al igual que la anterior, es arbitraria, ya que muchas declinaciones físicas pueden deberse a otras causas ajenas a la evolución biológica.

Finalmente, la edad social, es una construcción social que apunta a los papeles y roles que se esperan o se desea desempeñar en la sociedad. Se vincula a una especie de reloj social que marca que es lo esperable para cada edad. Actualmente se considera que los marcadores sociales, como por ejemplo el inicio de estudios, trabajo matrimonio, paternidad, etc., no resultan fiables para diferenciar los periodos de la vida.

Esta ampliación y reformulación del concepto de desarrollo por parte del paradigma del curso de vida en la Psicología del Desarrollo, trajo aparejado una profundización de los estudios sobre el envejecimiento, que reafirma una postura crítica frente al modelo decremental de esta etapa de vida y un cambio de perspectiva.

Resulta claro que la vejez también es un tiempo de cambios y transiciones (Baltes et. al., 1998; Dulcey Ruiz y Valdiviesos 2002; Krzemien y Urquijo, 2009; Schlossberg, 1994), incluso en el envejecimiento normal, cuando deben hacerse constantemente ajustes adaptativos. Las situaciones críticas plantean una disrupción definida como discontinuidad en la vida de una persona. El desarrollo implica cambios en la capacidad adaptativa de la persona, es decir, en la capacidad para mantener o maximizar el nivel de funcionamiento en función del interjuego entre ganancias y pérdidas (entre metas deseables y metas no deseables), en el manejo y la regulación de las limitaciones y la vulnerabilidad en cada momento del curso de vida.

Conciben al desarrollo como un “proceso ontogenético de adaptación transaccional”, “un proceso de cambios en la capacidad adaptativa de las personas” (Baltes, Linderberger y Staudinger, 2006, p.626). Además, lo



caracterizan a partir del rol fundamental de las nociones de cambio y transición. Se focaliza en los eventos de vida estresantes que tienen una influencia principal en el desarrollo del adulto. Cada etapa vital implica cambios en todos los órdenes de la vida, a lo que se le suma el impacto de los eventos y experiencias de vida.

Las situaciones vitales críticas suponen una disrupción que implica una discontinuidad, que afectan la capacidad adaptativa. Por esa razón el desarrollo involucra cambios en la capacidad para mantener o maximizar el funcionamiento del interjuego entre ganancias y pérdidas en cada momento de la vida. El cambio que supone el desarrollo es un proceso continuo, que no se limita a un único estado en la vida. Se da en diversos dominios interrelacionados biológico-psicológico y social, y es secuencial.

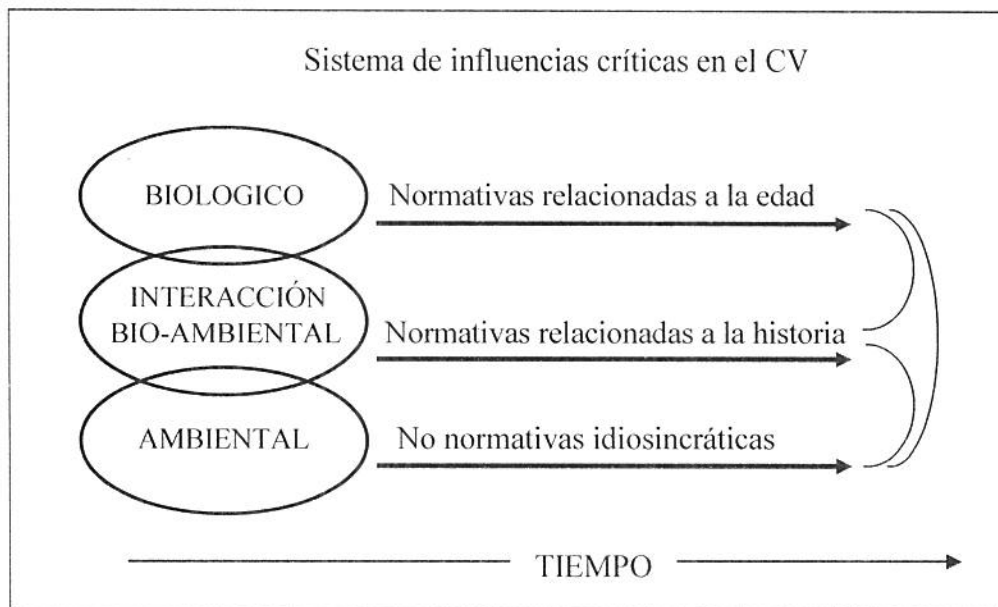
Los autores de este paradigma (Baltes et. al., 1998, 2006) describen a esta interacción de factores durante el desarrollo evolutivo de una persona como un sistema multicausal de tres tipos de influencias de cambio:

1. *Factores normativos relativos a la edad: Expectativas sociales relacionadas con la edad y el género que inciden en la conformación de la identidad social y la pertenencia a una cultura o grupo social.* En cada sociedad, las personas atienden y resuelven numerosas tareas convirtiéndolas en roles según la edad y el sexo. Estos factores son los llamados “relojes biológicos y sociales”, es decir, influencias biológicas y ambientales que son comunes para un grupo de edad o para una etapa de vida particular (por ejemplo: la menarca en la pubertad, la escolarización en la niñez, la menopausia en la mediana edad, la jubilación en la vejez, etc.)

2. *Factores normativos relativos a la historia o la cohorte:* Hechos sociohistóricos generales que experimenta una unidad cultural relacionados con el cambio biosocial. Se trata de influencias generacionales, es decir, circunstancias o acontecimientos históricos que afectan a la mayoría de las personas de una misma generación o cohorte. Estas influencias son experimentadas y compartidas por los miembros de una misma generación, por esto son normativos (por ejemplo: crisis económica, guerra, epidemia, políticas públicas en salud, las nuevas tecnologías de la comunicación, etc.).

3. *Factores no normativos idiosincrásicos: Experiencias individuales relativas a eventos críticos incidentales,* es decir, eventos vitales significativos que tienen un

impacto importante en la vida del individuo y que no se aplican a todos. Puede incluirse cambios positivos (por ejemplo: oportunidad profesional extraordinaria, viaje, etc.) o negativos (por ejemplo: muerte de un familiar, divorcio, enfermedad crónica, etc.). Este grupo de factores interactúan dialécticamente, tienen efectos acumulativos y pueden variar con el paso del tiempo, explicando la dinámica de los procesos de cambio. Pero la manera en que intervienen en el desarrollo del individuo es diferencial. De este modo ciertos factores tienen mayor peso que otros en determinado momento vital. El curso de vida de una persona supone una continuidad y regularidad temporal, y a la vez, una discontinuidad, provocada por dicho sistema de influencias. La interacción entre los tres tipos de influencia es la responsable de la diversidad en las trayectorias de vida, sumando además la significación o apreciación cognitiva que cada sujeto le imprime a sus experiencias, sean estas particulares o compartidas.



*Proceso de interacción de las influencias de cambio en el curso vital (Baltes, Lindenberger & Staudinger, 2006, p. 587).*

Las principales bases conceptuales de este enfoque son:

- *La irrelevancia de la edad como variable explicativa del desarrollo*: Ninguna etapa vital tiene primacía sino que cada una supone sus características particulares. Una etapa dada no puede entenderse aislada de las anteriores. Los cambios en el desarrollo y envejecimiento forman un proceso continuo, no limitado a alguna edad en particular. El desarrollo y el envejecimiento no son

conceptos opuestos sino que constituyen un mismo proceso a lo largo de la vida. Esta idea supone también que los cambios evolutivos son posibles en cualquier edad y que el cambio puede ser cuantitativo y/o cualitativo. La edad, entonces, deja de ser una variable explicativa del desarrollo; no es el único criterio organizador, sino que el acento está puesto en los procesos, cambios y mecanismos mentales y comportamentales en un contexto histórico-cultural. Es necesario considerar las distintas fuentes de influencias asociadas al contexto, el género y la transición de la vida, sobre todo en los últimos momentos del curso vital (adultez tardía y vejez).

- *Las nociones de cambio y transición:* Desde el Paradigma del Curso Vital (CV) se concibe al desarrollo humano como un “proceso ontogenético de adaptación transaccional”, un “proceso de cambios en la capacidad adaptativa de las personas” (Baltes et al., 2006, p. 626). Se observa que el desarrollo se lo define en función del importante papel del cambio, e involucra relaciones interdependientes entre la persona y los múltiples niveles de cambio del contexto donde ella se desenvuelve. Birren (Birren y Schroots, 1996) se refiere con el término de “gerodinámica” a estos “patrones y procesos de cambio de las personas a medida que envejecen y se desarrollan” (p. 19). Uno de los temas prioritarios de este enfoque se focaliza en los eventos de vida críticos y eventos de transición, como una influencia principal en el desarrollo (Baltes, 1987; Schlossberg, 1981; Smyer, 1984).

Cada etapa vital implica cambios en todos los órdenes y áreas de la vida, más el impacto de los eventos y experiencias. Resulta claro que la vejez es un tiempo de cambios y transiciones (Baltes et. al., 1998; Dulcey Ruiz y Valdivieso, 2002; Krzemien y Urquijo, 2009; Schlossberg, 1994), incluso en el envejecimiento normal, cuando deben hacerse constantemente ajustes adaptativos. Los eventos de vida plantean una disrupción definida como discontinuidad en la vida de una persona. Estos cambios críticos afectan los recursos de afrontamiento, entonces el desarrollo es entendido como los cambios en la capacidad adaptativa de la persona, es decir, en la capacidad para mantener o maximizar el nivel de funcionamiento en función del interjuego entre ganancias y pérdidas (entre metas deseables y metas no deseables), en el manejo y la regulación de las limitaciones y la vulnerabilidad en cada momento del curso de vida.

• *El interjuego entre factores biológicos y culturales*: El contexto y la historia relativizan los efectos de la herencia genética. El grupo de Berlín (Baltes et al., 1998) plantea una arquitectura del desarrollo ontogenético, que supone una relación dinámica entre la genética y el medio, la cual varía durante el curso vital. En este sentido, el desarrollo es producto de la interacción entre factores biogénicos y psicogénicos, es decir, entre los factores biológicos y madurativos, y los factores psicosociales y contextuales. Algunos de estos factores, involucrados en el desarrollo, son los referentes al bagaje biogenético y a la capacidad madurativa, mientras que otros tienen que ver con los aprendizajes experienciales, los recursos culturales, las oportunidades de vida, el entorno social, etc., que tendrán un peso diferencial en la capacidad adaptativa de la persona a medida que envejece.

• *La importancia del contexto y el tiempo histórico*: La definición de las etapas vitales se debe más a la propia historia de vida, al contexto socio-histórico y a la cultura. La adultez y la vejez tienen una significación cultural y no sólo biológica. Es menos importante el tiempo que pasa, que lo que ocurre en ese tiempo (Neugarten, 1968). En el curso de un proceso histórico, quien es en un momento adulto mayor, se ha ido constituyendo en la compleja trama vincular y social. A partir de esta interacción con el entorno inmediato y mediato, el sujeto se configura en relación con los diferentes grupos de pertenencia que operan como sostén del psiquismo mediante la internalización de las formas de encuentro con el otro, consigo mismo y de un sistema de significaciones sociales. De esta manera, como sujeto de interacción social, actor y participante, va construyendo su propio modelo de relación con el mundo. Considerando las variables ligadas al contexto social involucradas en la definición de “viejo” y de “vejez”, algunas de las formas que adopta el discurso del imaginario social en tanto productor de formas de subjetividad y matrices vinculares. En este sentido, asistimos a cambios profundos en los órdenes económicos, sociales, tecnológico y científico que van generando nuevos rasgos en la cultura y en las formas de sociabilidad, produciendo modificaciones en la subjetividad. En este escenario, los nuevos modelos culturales inciden no sólo en la estructuración subjetiva sino en los cambios a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo. Los discursos y cambios culturales han afectado las relaciones sociales y familiares, incluso las

representaciones sociales y vinculares, proponiendo determinados modelos identificatorios. En cada contexto histórico-social, las creencias compartidas en el orden social relativas a la concepción del anciano han ido cambiando, ofreciendo diferentes significaciones acorde con las ideologías imperantes de la época. Más aún, a través del tiempo estos imperativos se internalizan. La historia del individuo y sus vínculos primarios confluyen con las determinaciones culturales en calidad de dimensión constitutiva del sujeto que envejece (Monchetti, Krzemien y Lombardo, 2003). La extensión y recreación de vínculos sociales significativos resultaría de la posibilidad de reaccionar contra las creencias negativas y prejuicios sociales culturalmente impuestos.

• *La multidimensionalidad y multidireccionalidad de los procesos de cambio:* En un intento de superar aquellas concepciones que plantean la dicotomía crecimiento-declinación, desde el paradigma del curso vital se reconoce que cualquier momento de vida se caracteriza por pérdidas y ganancias (Baltes et al., 1998), limitaciones y progresos, reducciones y renovaciones, desventajas y ventajas. Así, dos ideas clave de este paradigma (Baltes, 1987; Baltes et al., 1998; Elder, 1999) que conviene enfatizar, se refieren a las influencias normativas y no normativas que afectan la adaptación en cada etapa vital, de manera multidimensional y multidireccional:

- La multidimensionalidad alude a la complejidad de los diversos factores biológicos y ambientales, psicosociales y contextuales, cuya interacción varía a lo largo del curso vital de manera diferencial. Algunos cambios suponen pérdidas en determinadas áreas de funcionamiento biofísico, pero se producen compensatoriamente avances en otros dominios como el conocimiento cultural y experiencial, a la vez que aumenta la necesidad de servirse de los recursos sociales. Con el avance de la edad suceden cambios en una multiplicidad de áreas, como en las relaciones sociales y en la cognición, y también dentro de cada uno de esos mismos dominios: por ejemplo, dentro de la cognición, identificamos una inteligencia fluida, relativa al procesamiento de la información, y a una inteligencia cristalizada, en cuanto a las estrategias cognitivas y la adquisición de conocimientos, las cuales varían diferencialmente.

- La multidireccionalidad expresa la diversidad en la dirección de los cambios, los cuales no siempre abarcan todo el curso vital, ni se presentan en una sola

dirección en cada etapa. Por ejemplo, en qué medida mientras se produce un descenso en la capacidad intelectual fluida, progresan los conocimientos relativos a la inteligencia cristalizada con el avance de la edad. De esta manera, los cambios que experimenta una persona se producen en una variedad de aspectos, estructuras y dominios cualitativamente distintos, y en ritmos y direcciones diversas.

• *La “plasticidad adaptativa”*: La plasticidad se refiere a la “adaptabilidad”, es el grado en que las características del organismo humano cambian o permanecen estables durante el desarrollo. El término plasticidad neuronal, también neuroplasticidad cerebral, es la propiedad que emerge de la naturaleza y funcionamiento de las neuronas y sus conexiones, y que modula la adaptación a los estímulos del medio interno y externo. Pascual-Leoné afirma que “la plasticidad no es un estado ocasional del sistema nervioso, sino el estado de funcionamiento normal del sistema nervioso durante toda la vida” (Pascual-Leoné y Tormos Muñoz, 2010, p. 306). Este concepto expresa la capacidad adaptativa del sistema nervioso para minimizar los efectos de las lesiones o pérdidas a través de modificar su propia organización estructural y funcional. A lo largo de la vida la persona varía en su capacidad de adaptación a su ambiente, que se observa por ejemplo, en los cambios en su desempeño de las tareas cotidianas, en la respuesta a las situaciones de crisis, en el ajuste a las exigencias del entorno, en el uso de las habilidades instrumentales y de los recursos personales y culturales, en la adquisición y modificación de nuevas estrategias, y en la satisfacción en las relaciones interpersonales, en la valoración de los vínculos sociales, etc. Dicha capacidad adaptativa de reserva cognitiva se basa en la plasticidad que posee el cerebro (Rodríguez-Álvarez y Sánchez- Rodríguez, 2004). Considerando a Stern (2002), podríamos decir que la reserva cognitiva es un mecanismo cerebral potencial activo basado en la aplicación de los recursos adquiridos gracias a la educación, el entrenamiento, la profesión, la capacidad intelectual, etc., que se pone en funcionamiento cuando en el proceso de envejecimiento disminuyen ciertas habilidades cognitivas. Es decir, la reserva cognitiva se relaciona con los recursos cognitivos e intelectuales que la persona ha logrado acumular en su vida mediante sus conocimientos culturales, estudios académicos, participación en actividades intelectuales, lúdicas, de aprendizaje y



de esparcimiento (lectura, escritura, aprendizaje de idiomas, cine debate, juegos intelectuales como el ajedrez, palabras cruzadas, etc.). Este concepto se vincula con el de “historia cognitiva” (Monchietti, Lombardo y Krzemien, 2006) es decir, la reserva cognitiva refleja la influencia de múltiples factores condicionantes de la riqueza y actividad cerebral, y no permanece estable a lo largo del curso vital, sino que evoluciona con el desarrollo (Rodríguez-Álvarez y Sánchez-Rodríguez, 2004).

- *La variabilidad intra e interindividual:* Se refiere a la importancia de las diferencias individuales relativas a las condiciones de vida, los estilos de vida y la experiencia de bienestar, etc. La marcha del desarrollo varía a través de cada individuo y dentro de un mismo individuo: cambios dentro de una persona singular y diferencias entre grupos o cohortes. Hemos visto que los cambios individuales en una misma persona se producen en una variedad de diferentes funciones y dominios y en diferentes direcciones. Por otro lado, las tareas del desarrollo parecen estar dadas cada vez menos por los “relojes biosociales” y la edad cronológica, sino que más bien los individuos van construyendo su propia biografía a partir de la formulación de proyectos y metas personales, sobre todo en las sociedades occidentales (Grob, Krings y Bangerter, 2001). Hoy las personas son confrontadas a la necesidad permanente de realización personal y a elegir unas metas y objetivos determinados de un gran número de posibilidades dadas a lo largo del curso de vida. Las teorías sociológicas contemporáneas analizan los cambios que han afectado a las sociedades en las últimas décadas como parte de un proceso de “individualización”, el cual es descrito como el movimiento societal de incremento de la elección y posibilidades de acción para los individuos (Grob, Krings y Bangerter, 2001). En este sentido, Kohlí (2007) se refiere a la “institucionalización del curso de vida”: éste ha llegado a ser crecientemente organizado; hoy en día para la mayoría de la población, la vida se ha prolongado volviéndose cronológicamente más predecible y planificable, dando lugar a una suerte de “estandarización del curso de vida”. Sin embargo, los cambios sociales y la diversidad cultural de las comunidades, ponen en cuestión esta estandarización para hablar más bien de una “pluralización de estilos de vida” y subculturas, también entre los grupos de adultos mayores.

## **El modelo S.O.C: Optimización selectiva con Compensación**

Baltes y sus colegas (Baltes, 1997; Freund y Baltes, 2000, 2007) proponen un modelo de adaptación desarrollo exitoso basado en el principio de “optimización selectiva con compensación” (SOC). Este se enfoca en procesos adaptativos y en las respuestas de la persona frente a las pérdidas biológicas, cognitivas, psicoemocionales y sociales.

Esos autores sostienen que el buen envejecimiento implica esforzarse constantemente en aprovechar al máximo lo que se gana y reducir lo que se pierde, y no de evitar las pérdidas que implica el correr de los años.

Su tesis principal es que el desarrollo y el envejecimiento “exitoso” depende del interjuego entre las tres estrategias: seleccionar y jerarquizar las metas, optimizar y potenciar los recursos, y compensar y regular las pérdidas con el avance de la edad. Envuelve un proceso regulatorio que permite maximizar los recursos personales y ambientales.

Abordan de esta manera el proceso de regulación adaptativa, destacando aspectos y mecanismos que supone el desarrollo ontogenético en los diferentes periodos de la vida, a través de los distintos dominios de funcionamiento. El proceso se manifiesta de manera específica y diferencial en cada persona, contexto y momento de vida.

La vejez, considerada como una crisis del desarrollo supone desafíos como jubilación, alteraciones físicas y corporales, modificaciones en los recursos económicos, muerte de otros y aproximación a la propia, etc. situaciones que requieren el uso de ciertos recursos para poder abordarlas y enfrentarlas.

Este modelo aborda, en general, el *proceso de regulación adaptativa*, destacándose aspectos y mecanismos universales que implican el desarrollo en los diferentes periodos del curso de vida, a través de los distintos dominios de funcionamiento y niveles de análisis (biológico, individual, societal, etc.). Este proceso general se manifiesta de manera diferencial según cada persona, contexto y momento de vida. Su tesis principal es que el desarrollo y envejecimiento “exitoso” depende del interjuego entre tres estrategias: Selección,

Optimización y Compensación (Baltes, 1997; Marsiske, Lang, Baltes, M. y Baltes, P., 1995):

- *Selección electiva y restrictiva*: implica la focalización del comportamiento en el desarrollo de ciertos dominios, recursos, metas personales que determinan una direccionalidad o intencionalidad multicausal. Los individuos tienden a preferir ciertos cursos de acción, orientan sus vidas en función de determinadas intenciones y, a la vez, restringen las oportunidades y posibilidades a unas metas específicas y a la obtención de ciertos resultados. La selectividad implica las oportunidades y las restricciones en los distintos dominios de funcionamiento (biológico, social y psicológico) a medida que la persona se centra en metas, intencionalmente o no, potenciando los aspectos positivos o bien reformulando y actualizando las metas. Se trata de la selección de objetivos prioritarios en función de las demandas ambientales, las habilidades, los intereses, las necesidades y la satisfacción obtenida en las distintas áreas de vida. Durante el envejecimiento, la persona se focaliza en uno o pocos dominios para continuar funcionando en ellos con el mismo nivel de calidad o incluso mejor que en años anteriores, a costa de sacrificar el número global de dominios y metas en los que ella se encontraba generalmente implicada.

- *Optimización*: consiste en la adquisición, aplicación y refinamiento de medios para el logro de las metas seleccionadas como relevantes. Se trata de la generación de recursos, “maximización de ganancias y minimización de pérdidas”, aprovechamiento de recursos propios, refuerzos, mantenimiento y recuperación de dominios determinados. Implica optimizar o maximizar el desempeño en esos dominios o metas seleccionadas, gracias a la capacidad de aprendizaje y enriquecimiento (potencial de plasticidad) que no se pierde con los años.

- *Compensación*: se refiere a las respuestas para reparar pérdidas, es decir, nuevas estrategias para mantener la adaptación efectiva o para recuperar el nivel de funcionamiento. Es un proceso de restauración y regulación de pérdidas en los medios, capacidades y recursos, valiéndose de alternativas en la forma de afrontar y superar las limitaciones. Se trata de compensar las posibles pérdidas de los recursos que se disponía hasta el momento a través del desarrollo de otras habilidades o capacidades que aún se conservan o bien que han aumentado gracias a la experiencia de vida. El mismo rendimiento puede ser mantenido

cambiando el modo de realizar las tareas e involucrando estratégicamente otros recursos como medios.

En síntesis, la *selección* implica la priorización de metas de vida y/o restricción de otras; la *optimización* es la adquisición e inversión de los medios y esfuerzos para alcanzar esas metas y reforzar los recursos; y la *compensación* se refiere al uso de medios alternativos para mantener un determinado nivel de funcionamiento y regular las pérdidas propias del proceso de envejecimiento (Maddox, 2008).

Tabla 1. Estrategias Soc propuestas por el modelo de Baltes.

<i>Estrategias adaptativas del desarrollo y envejecimiento exitoso</i>		
<i>Selección</i>	<i>Optimización</i>	<i>Compensación</i>
<p><u><i>Selección electiva:</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Especificaciones de metas/propósitos.</li> <li>-Sistema jerárquico de metas.</li> <li>-Contextualización de metas</li> <li>- Compromiso en las metas.</li> </ul> <p><u><i>Selección restringida:</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición y priorización de la/s meta/s más importante/s</li> <li>- Reconstrucción de la jerarquía de metas</li> <li>-Adaptación de estándares culturales y cambios sociales.</li> <li>- Búsqueda de nuevas metas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Focalización de la atención en determinados dominios involucrados en las meta/s.</li> <li>-Delimitar el tiempo oportuno.</li> <li>- Persistencia.</li> <li>-Adquirir nuevas habilidades/ capacidades.</li> <li>-Generación y optimización de recursos/ medios.</li> <li>- Practicar habilidades</li> <li>- Esfuerzo</li> <li>- Distribución del tiempo.</li> <li>- Aprendizaje y refuerzo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regulación de pérdidas.</li> <li>- Sustitución de metas.</li> <li>- Uso de recursos externos y contextuales/ ayuda instrumental.</li> <li>- Intervención terapéutica.</li> <li>- Activación y/o aprendizaje de nuevas habilidades y recursos.</li> <li>- Ponderación de la energía vital.</li> <li>- Modelización según quienes compensan satisfactoriamente.</li> </ul>

En la tabla 1 se muestran comportamientos concretos involucrados en este proceso adaptativo. Estas ideas han recibido apoyo de suficiente evidencia empírica con diferentes grupos de edad (Freund y Baltes, 2002). Varios investigadores hallaron que indicadores de envejecimiento satisfactorio se

asocian a la capacidad adaptativa (Fernández Ballesteros, 2000; Fierro, 1994; Krzemien y Urquijo, 2009; Vaillant y Mukamal, 2001; Villar, 2005), y al uso de las estrategias SOC (Franklin y Tate, 2009; Freund y Baltes, 2002; Ziegelmann y Lippke, 2007).

Las metas de vida juegan un rol importante en el desarrollo ontogenético de las personas porque orientan la planificación, la toma de decisiones y el curso de vida futuro (Salmela-Aro, 2009; Wrosch, Scheier, Miller, Schulz y Carver, 2003) Nurmi (1992) afirma que las metas de vida se refieren a propósitos, intereses y eventos futuros anticipados, que se relacionan con las tareas y preocupaciones propias de cada transición vital. Podemos pensar que los eventos normativos de la vejez afectan la selección y cambio de metas

En definitiva, se trata de seleccionar y jerarquizar las metas, optimizar y potenciar los recursos, y regular las pérdidas con el avance de la edad (Jacobs, 2010). Es decir, el proceso de adaptación incluye el esfuerzo de selección de unas metas y restricción de otras, concentrándose en los dominios y metas priorizadas, que convergen con las demandas ambientales, capacidades, habilidades y concepciones personales; dicho esfuerzo puede resultar en optimización de medios y recursos para alcanzar esas metas y mantener el nivel de funcionalidad, reforzando el desempeño en los dominios y metas seleccionadas, y a la vez, previniendo posibles limitaciones; y la compensación se desarrolla frente a las pérdidas normativas y no-normativas relativas al envejecimiento o cuando se ve reducida la capacidad adaptativa, posibilitando la plasticidad y el desarrollo potencial (Greve y Staudinger, 2006; Gignac, Cott y Badley, 2002). Feliciano Villar (2005) aclara que la noción de “plasticidad evolutiva” se refiere a la existencia de reservas y su efecto beneficioso que nos permite mantener un rendimiento cotidiano óptimo incluso en situaciones muy exigentes o bien valernos de los apoyos externos.

Estas estrategias adaptativas suponen todas las respuestas que el individuo realiza para poder así reparar las pérdidas, a partir de nuevas estrategias que le permitan mantener la adaptación efectiva o bien para recuperar un nivel del funcionamiento.

Algunas personas en una etapa determinada de su vida se especializan (selección) en diversas áreas de funcionamiento, en base a sus motivaciones,

salud, historia de vida, intereses, valores culturales, oportunidades ambientales, etc. A su vez, la experiencia de vida adquirida con el correr de los años les permite saber cómo poner en marcha ciertas habilidades que le permiten optimizar sus recursos adaptativos a las exigencias que el medio le impone, y pudiendo de esta manera desplegar formas efectivas de afrontamiento a las situaciones críticas o adversas que permiten compensar la vulnerabilidad o las pérdidas concernientes a la edad.

Por ejemplo, el retiro propio de la jubilación, desde el punto de vista psicosocial, la persona puede sobrellevar determinadas pérdidas en algunos dominios de vida que seleccionaba como importantes, donde había focalizado sus esfuerzos para obtener sus metas (sentimiento de pertenencia, estatus económico, rol social, etc.) debido a esto es necesario cambiar los metas y reorientarse de manera compensatoria.

De esta manera, el modelo de Baltes y el Grupo de Berlín, propone así:

- La existencia de procesos de crecimiento y mejora y procesos de reorientación y limitaciones a lo largo del curso de vida. Se refiere a la interacción entre procesos de mejoramiento o logro de recursos y procesos de evitación y pérdida.
- La multiplicidad de oportunidades o de caminos potenciales en la orientación del propio desarrollo.
- La idea del ajuste flexible a las diferentes condiciones ambientales y demandas del medio.
- La focalización en determinadas opciones que proveen una direccionalidad multilateral hacia nivel cada vez mayores de funcionamiento. El riesgo es la dispersión de los recursos específicos de la persona al orientarse a demasiadas y variadas metas de desarrollo. El desafío, entonces, sería hallar el balance entre el aprovechamiento de recursos específicos de la persona y el despliegue de todo su potencial personal. A esto se refieren los autores como "procesos de adaptación selectiva", que van teniendo cada vez mayor relevancia cuando algunos recursos disminuyen o se pierden.
- Los procesos regulatorios del desarrollo se dirigen al logro de tres metas evolutivas a lo largo del curso vital: a) metas de crecimiento o mejoramiento; b)

metas de mantenimiento del nivel de funcionamiento; c) metas de regulación de pérdidas o reorientación de recursos.

Esos procesos deben ser lo suficientemente dinámicos y flexibles, para convertirse en adaptativos, particularmente en los momentos críticos del curso vital. La flexibilidad en los procesos de adaptación a los cambios condicionan las oportunidades del uso de las capacidades para resolver las situaciones de crisis y desplegar el potencial cognitivo y el conservar el bienestar emocional.

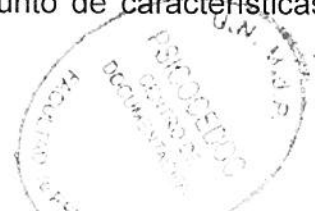
## **Sabiduría**

La sabiduría se ha restablecido como objeto de investigación teórico-empírica en las ciencias humanas en tanto constructo científico.

Varios investigadores la definen como un equilibrio e integración entre componentes cognitivos (conocimientos y aprendizajes), emocionales y volitivos, en relación con el contexto vincular y social y la experiencia de vida (Ardelt y Jacobs, 2009; Basset, 2005; Bueno, 1995; Casullo y Fernández, 2008; Meléndez Moral y Gil Llarío, 2004).

Los esfuerzos iniciales desde la Psicología en determinar formal y sistemáticamente las propiedades de la sabiduría han sido teóricos y especulativos. Un hito importante en su conceptualización ha sido la obra de Sternberg (Sternberg, 1990; Sternberg y Jordan, 2005) para quien la sabiduría se relaciona con la inteligencia aplicada en contextos concretos (“inteligencia práctica”) y un “conocimiento tácito” mediado por valores para el logro de metas de beneficio social. No obstante, Sternberg (1999) y Staudinger (1999, p. 649), declaran que la sabiduría se diferencia de la aptitud intelectual, más bien es un atributo de la “interfase entre la personalidad y la inteligencia”. La sabiduría, a diferencia de la inteligencia general, incluye la aplicación práctica del saber, el uso del conocimiento para un bien social común y una integración de aspectos cognitivos y afectivos.

Recientemente investigadores de la Universidad de California reunidos a fin de definir por consenso la sabiduría mediante el método Delphi y desde una perspectiva multidisciplinar, acordaron en que ésta es “una entidad o propiedad distintiva propiamente humana, que involucra un conjunto de características, es



una forma de desarrollo cognitivo y emocional avanzado, derivada de la experiencia, una cualidad de la personalidad no común en la población, la cual puede ser aprendida, tiende a incrementarse con el avance de la edad, es susceptible de medición, y no puede ser inducida mediante métodos artificiales o fármacos” (Jeste, 2010).

El estudio psicológico de la sabiduría es bastante reciente. Entre los esfuerzos en determinar su contenido y propiedades, se encuentra a los del gerontólogo Stanley Hall (2006), quien define la define como la emergencia de una actividad meditativa y el deseo u orientación de aprender de las lecciones de vida en la vejez. Por su parte, en su propuesta pionera, Erikson (1963) al referirse al ciclo vital ubicaba a la sabiduría como una virtud emergente en el último estado de la vida. Estos modelos aun no ofrecían suficiente apoyo empírico ni precisión conceptual para una evaluación científica.

Sternberg (1990, 2001), Staudinger (1999) y Kramer (1990), coinciden en calificar a la sabiduría como el intento de alcanzar un juicio moderado entre extremos, una dinámica entre la duda y la certidumbre, un suficiente distanciamiento de la situación-problema actual, y una coordinación equilibrada de la emoción, la motivación y el pensamiento. Estos autores diferencian las respuestas sabias de la comprensión inteligente, ya que ésta se refiere a aspectos formales y descontextualizados; mientras que la sabiduría se refiere a un conocimiento interpretativo acerca de las cuestiones difíciles del significado de la vida, de la condición humana y la conducta social, de la incertidumbre de la vida y de la limitación del conocimiento humano.

El esfuerzo, recientemente publicado en “The Gerontologist” (Jeste et al., 2010), llevado a cabo por un grupo de investigadores representativos en este campo de la Universidad de California en San Diego, reunidos a fin de esclarecer la significación y definir por consenso unánime a la sabiduría, desde una perspectiva multidisciplinar, acordaron en que la sabiduría es una entidad o propiedad distintiva propiamente humana, que involucra un conjunto de características: es una forma de desarrollo cognitivo y emocional avanzado que es derivado por la experiencia, es una cualidad de la personalidad, no común en la población, la cual puede ser aprendida, se incrementa con el avance de la

edad, es susceptible de medición, y no puede ser inducida mediante métodos artificiales o fármacos.

A pesar de la diversidad conceptual, existe un consenso académico en concebir a la sabiduría como un equilibrio e integración entre componentes cognitivos, emocionales y volitivos en relación con las experiencias vitales y el contexto vincular y social de la persona (Melendez Moral y Gil Llario, 2004; Vega y Bueno, 1995).

El estudio empírico de la sabiduría ha progresado fundamentalmente bajo el paradigma cognitivo y la Psicología Positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Scheibe, Kunzmann y Baltes, 2008). Desde las últimas décadas se observa un renacer del estudio científico psicológico de este constructo, propiciado, en parte, por los avances en la investigación gerontológica y del curso vital, en su orientación a la comprensión del potencial cognitivo en la vejez, de los aspectos positivos, y de los dominios del funcionamiento intelectual que no parecen demostrar una declinación o deterioro asociado a la edad (Baltes; Lindenberger; Staudinger, 1999; Fernandez Ballesteros, 2000)

Considerando las líneas teóricas acerca del constructo sabiduría que se han perfilado en la literatura en el campo de las ciencias humanas, señalan Meléndez Moral y Gil Llario (2004) que éstas suelen agruparse en dos perspectivas principales:

- *Teorías implícitas*: se centran en las representaciones mentales, apreciaciones y concepciones acerca de cómo es una persona sabia, describiendo cualidades de personalidad propia de quienes son consideradas como tales. Emplean métodos como entrevistas autobiográficas, narraciones biográficas, a modo de reflexión introspectiva, orientadas en torno a lo que los participantes creen, perciben o conciben qué es una persona sabia.
- *Teorías explícitas*: Se orientan a la cuestión de cómo evaluar y medir las manifestaciones comportamental-cognitivas de la sabiduría.

Nuestro trabajo de investigación se engloba dentro de las llamadas “teorías explícitas”, desde el enfoque del Grupo de Berlín.

Los autores entienden la sabiduría como “*un conocimiento experto y un juicio acerca de la pragmática fundamental de la vida*” (Baltes et al., 2006, p. 607; Staudinger, 1999, p. 643). Aluden a la experiencia práctica de vida, que según

este paradigma se evidencia en la resolución de problemáticas de la vida cotidiana. Reconocen que las personas sabias son expertas en los problemas básicos de la vida; ellos saben cómo direccionar su vida, cómo interpretar los sucesos, y poseen un propósito y sentido de la existencia (Kail y Cavanaugh, 2006, p. 559). Este conocimiento como pragmática fundamental de la vida, entendido como la comprensión o lucidez de aspectos esenciales de la condición humana a cualquier edad, de la naturaleza y comportamiento humano, de las metas de vida, de las relaciones interpersonales y de las incertidumbres del ser humano. En el interior de este cuerpo de conocimiento y su aplicación están las cuestiones concernientes a la interpretación y significado de la vida (Staudinger, 1999).

Al respecto, es una creencia socialmente extendida que la sabiduría aumenta con el avance de la edad; sin embargo, no hay consistente apoyo empírico de la asociación entre edad y sabiduría, planteándose controversia (Baltes y Smith, 2008). Más bien, el incremento de la sabiduría en la vejez se relaciona con “una amplia experiencia con la problemática vivida, un contexto facilitador, la experticia, las habilidades cognoscitivas y atributos de personalidad” (Baltes y Staudinger, 2000, p. 560).

Los autores reservan el término sabiduría para denotar solamente los niveles más altos de desempeño, mientras que los niveles más bajos son caracterizados como relativos a la sabiduría. La sabiduría no es considerada un fenómeno común en la población (Jeste, 2010).

El Grupo de Berlín distingue cinco criterios delimitadores de la sabiduría, definiendo operacionalmente este constructo (Staudinger, 1999, pp. 644-645):

1) *Conocimiento pragmático o fáctico*: en cuanto a la pragmática de la vida, acerca de la naturaleza humana y del curso vi-tal. Implica tener una rica base de datos y experiencias sobre los asuntos de la vida. Considera saberes generales (ejemplo, la condición de vulnerabilidad humana) y específicos (ejemplo, eventos de vida), así como una comprensión práctica y profunda acerca de la covariación o interrelación de los hechos. Las personas utilizan su bagaje de saber general y se guían por sus sistemas previos de información específica aplicándolos a los eventos de la vida.

2) *Conocimiento procedimental o procesual*: acerca de las formas de afrontar las dificultades de la vida. Es un repertorio de procedimientos o estrategias cognitivas utilizados para buscar, ordenar y manipular la información de la base de datos y experiencia, y aplicados para los fines de toma de decisión, planificar acciones, seleccionar metas, etc. Se trata de esquemas de conocimiento pragmático que suponen acciones o procedimientos como herramientas de resolución de situaciones disyuntivas concretas. Estos esquemas procesuales no necesariamente constituyen un saber previo, sino que muchas veces pueden estimular la heurística, como sugiere Meacham (1990), combinando o explorando nuevos medios durante la resolución de problemas.

3) *Contextualismo*: consideración del contexto socio-histórico del desarrollo, comprensión de la interrelación cambiante entre los diversos contextos a lo largo del curso de vida de las personas. Connota una comprensión de que los acontecimientos se desarrollan en múltiples contextos de la vida, implicando una multirelación temporal. Incluido también en este criterio está el comprender que los contextos no siempre están coordinados en una continuidad, sino que pueden llevar implícitos conflictos y tensiones. Por ejemplo, la coordinación de los contextos familiar, laboral o profesional y recreativo en un grupo cultural dado.

4) *Relativismo*: reconocimiento y tolerancia de las diferencias interindividuales, sociales y culturales en las valoraciones y juicios. Supone considerar y aceptar las diferencias en los objetivos, valores, intereses y prioridades individuales y culturales en la construcción del curso de vida de las personas. Implica la importancia de las diferentes interpretaciones sobre los acontecimientos desde las perspectivas y juicios de valor particulares de cada persona, pero también reconocer ciertas virtudes universales relativas al valor de la vida humana, de los otros y de uno mismo.

5) *Conciencia y manejo de la incertidumbre*: Designa el reconocimiento de los límites del conocimiento humano, la incertidumbre inherente a la condición humana, como así también las estrategias efectivas para afrontar las situaciones inciertas y las dudas que rodean a las cuestiones límite o conflictivas de la vida, como la muerte, la enfermedad crónica, la injusticia, etc.

Los dos primeros criterios se derivan de la concepción general del conocimiento experto y experiencial, son necesarios pero no suficientes para

definir la sabiduría. Los tres criterios agregados son metacriterios específicos del dominio del juicio y conocimiento relativos a sabiduría, los cuales son derivados y guardan relación con la literatura antigua en sabiduría, las ideas neo-piagetianas sobre el pensamiento post-formal y los nuevos paradigmas acerca del desarrollo cognitivo en la adultez y vejez, en particular la Psicología del Ciclo Vital (Staudinger, Smith y Baltes, 1994).

Por otra parte, el Grupo de Berlín es uno de los paradigmas más interesados en los componentes intelectuales y medibles de la sabiduría. Basados en la conceptualización mencionada, como expresan los autores “una familia de cinco criterios para la evaluación de la calidad del desempeño relativo a sabiduría” (Baltes y Staudinger, 2000, p. 125), en vez de emplear una forma de medida psicométrica o un cuestionario, desarrollaron un modelo cuanti-cualitativo de evaluación del conocimiento relativo a la sabiduría a partir de la performance o desempeño, considerando las respuestas de las personas frente a situaciones disyuntivas que involucran distintas tareas: “Revisión, Planificación y Manejo de la vida” (Pasupathi, Staudinger y Baltes, 2001, p. 352; Staudinger, 1999, p. 652).

Baltes y Staudinger (2000) aportaron algunas conclusiones interesantes:

- La sabiduría aborda aspectos disyuntivos, difíciles o problemáticas de la vida y de la condición humana.
- Implica conocimiento, juicio y consejos de orden superior o excepcional.
- Es un saber de alcance, profundidad y equilibrio extraordinario pero a la vez se refiere y se aplica a las situaciones concretas y prácticas de la vida.
- Cuando se lo aplica, sus fines son generalmente nobles y combina virtudes personales y habilidades cognitivas.

La sabiduría se refiere a una comprensión del sentido y propósito de la vida, el desarrollo de una forma de pensamiento flexible, dialéctico y holístico, la aplicación de la experiencia en el afrontamiento y/o resolución de los dilemas de la vida cotidiana, la aceptación de las diferencias interindividuales y de las contrariedades e incertidumbre de la vida humana. En este saber, se reconoce como componentes interrelacionados no sólo capacidades cognitivas, sino también motivaciones, habilidades de relación interpersonal y atributos de personalidad, aceptando que el desarrollo de procesos psicológicos superiores, como la sabiduría, es dependiente de la cultura y se nutre de las experiencias de

vida. Así, a lo largo de la construcción del curso vital de una persona, en interacción con el ambiente, es posible una reorganización dinámica del acopio de experiencias y conocimientos adquiridos mientras se produce una renovación de la personalidad, dando lugar, como resultado continuo de este proceso, a la sabiduría. Es un potencial a desarrollar a lo largo del curso vital.

En particular, los estudios del Grupo de Berlín demostraron que las experiencias específicas tales como la experiencia en un campo en la resolución de situaciones de vida críticas o la exposición a ciertos eventos de vida idiosincrásicos, parecen contribuir a la adquisición de la sabiduría. En los niveles más altos de sabiduría, se halló la influencia de varios factores propiciantes, por ejemplo, tener una motivación hacia la superación personal, un afrontamiento adaptativo a las situaciones de vida críticas y contar con la guía de mentores (Staudinger et al., 1997, Baltes y Kunzmann, 2003).

Otros autores como Greene y Brown (2009, p. 293) destacaron que *“la sabiduría se desarrolla cuando las personas viven a través del proceso clave de “ir aprendiendo de la vida”, donde ellos reflejan, integran y aplican las lecciones que han aprendido en una situación a otros contextos de sus vidas”*. Según estos autores, las tres condiciones para favorecer directamente el desarrollo de la sabiduría son: una orientación al aprendizaje, las experiencias y las interacciones con los demás. En este sentido, varios autores (Staudinger y Baltes, 1996; Megan y Berg, 2002; Staudinger y Joos, 2000) sugieren que los contextos sociales de apoyo, interacción y colaboración mejoran el desempeño en sabiduría de los adultos mayores. Staudinger y Baltes (1996) han mostrado el beneficio de la resolución colaborativa de situaciones disyuntivas de la vida diaria en el incremento de res-puestas sabias.

En conjunto, se observa que la sabiduría no es simplemente una función de la personalidad o de la inteligencia. Más bien involucra *“una orquesta (articulación) de la mente y la virtud hacia la excelencia”* (Baltes y Staudinger, 2000, pág. 132).

En síntesis, la adquisición de altos niveles de sabiduría más allá del nivel promedio, es dependiente de múltiples factores experienciales interactuantes. Se supone que la interrelación de este conjunto de influencias se hace más compleja a medida que avanza la edad, lo cual a su vez dificulta la comprensión del desarrollo de la sabiduría. Parece ser que la dinámica entre las pérdidas y

ganancias durante el curso vital relegan a la edad como variable explicativa, mientras que las características de personalidad, el desarrollo cognitivo estructural y funcional, las experiencias de vida y los factores contextuales están en el primer plano de la elucidación del desarrollo de la sabiduría (Pasupathi; Staundinger, 2001).

Las personas, a medida que envejecen, y de acuerdo a los cambios socioculturales y las transiciones vitales atravesadas, van modificando, renovando y actualizando el cuerpo de conocimiento porque ya no resulta adaptativo o es menos utilizado, respecto al periodo de vida presente. Beauvoir (1970) sostiene que es posible que lleve un cierto tiempo operar con formas más elaboradas de procesos de reflexión y revisión de la vida que permitan obtener claridad en la resolución de las problemáticas actuales de la vida.

## **Objetivo**

Describir y analizar la relación entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores de 60 a 90 años de edad.

### **Objetivos particulares**

1) Identificar y describir las metas de vida y las estrategias de auto-regulación SOC: Selección de metas de vida, Optimización y Compensación en adultos mayores.

2) Describir el nivel de sabiduría según los cinco criterios del modelo del Grupo de Berlín.

3) Analizar la relación entre el nivel de sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores.

### **Hipótesis**

Las personas que muestran sabiduría en la resolución de situaciones problemáticas cotidianas, tendrán mayor posibilidad de adaptarse satisfactoriamente a las crisis y pérdidas del proceso de envejecimiento. Así se hipotetiza que existirá una relación positiva entre la sabiduría y las estrategias de auto-regulación adaptativas en la vejez.

#### **Hipótesis particulares**

1. Existiría una correlación positiva entre el nivel de desempeño de sabiduría y el uso de los mecanismos de autorregulación SOC, de manera que:

a. Los adultos mayores que exhiban alto nivel de sabiduría, presentarán mayor uso de estrategias de auto-regulación de Optimización y Compensación.

b. Los adultos mayores que obtengan un bajo nivel de rendimiento en sabiduría, presentarán menor uso de recursos de auto-regulación.

## Metodología

Se empleó un diseño metodológico descriptivo, correlacional y trasversal.

### Caracterización de la muestra

Se conformó una muestra intencional no probabilística de 100 adultos mayores entre 60 y 90 años de edad de la ciudad de Mar del Plata, seleccionada intencionalmente y extraída de instituciones o bien contactados de manera independiente (Tabla 2).

*Tabla 2. Conformación de la muestra según grupo o institución de pertenencia.*

	Frecuencia	Porcentaje
Programa Universitario de Adultos Mayores (PUAM)	33	33,0
Centro de Jubilados	19	19,0
ONG	9	09,0
Participantes independientes	39	39,0
Total	100	100,0

Todos los participantes estaban exentos de trastornos cognitivos, psicopatológicos y/o inmovilidad física y con un mínimo de educación primaria completa a fin de asegurar la comprensión de las consignas.

Las características sociodemográficas de la muestra se presentan en la Tabla 3. La media de edad es de 68,49 años con un desvío estándar de 7,21. La muestra se conformó por 75% mujeres y 25% hombres.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las variables socioeducativas y ocupacionales de la muestra.

Variables	Frecuencia	Porcentaje
Edad	M= 68,49 (7,21)	
Nivel Educativo	Primario	29,0
	Secundario	29,0
	Terciario	17,0
	Universitario	25,0
Sexo	Masculino	25,0
	Femenino	75,0
Estado Civil	soltero/a	5,0
	casado/pareja	53,0
	viudo/a	29,0
	divorciada/o	13,0
Residencia	Centro	15,0
	Barrio	85,0
Jubilación	Jubilados	81,0
	No jubilados	19,0
Ocupación	ama de casa	23,0
	empleado/administrativo	23,0
	Profesional	18,0
	Docente	17,0
	técnico/ gestor / oficios	10,0
	Comerciante	7,0
	empresario /autónomo	2,0
Convivencia familiar	solo/a	34,0
	con familiar/ es	66,0
N Total	100	100,0

La tabla 4 presenta el tipo de las actividades y ocupaciones cotidianas de los adultos mayores de la muestra.

Tabla 4. Tipo de actividades y ocupaciones cotidianas de los adultos mayores

	Frecuencia	Porcentaje
Ocupacional-laboral	25	25,0
Educativa- cognitiva	22	22,0
Actividad física	13	13,0
Ayuda comunitaria- solidaridad	12	12,0
Ama de casa	10	10,0
Culturales-artística	7	7,0
Recreativa	6	6,0
Recreativa y salud	3	3,0
Cuidado de la salud	1	1,0
Refacción y decoración	1	1,0
Total	100	100,0

## Técnicas de recolección de datos

Se aplicaron las siguientes técnicas:

1. *Cuestionario de datos socioeducativos*: Cuestionario breve de preguntas cerradas elaborado para indagar las variables: edad, sexo, estado civil, nivel educativo, ocupaciones o actividades, estado previsional, barrio de residencia, tipo de hogar y conformación de grupo conviviente.

2. Escala del Conocimiento relativo a la Sabiduría, *Wisdom-Related Knowledge Scale (WRKS)* diseñada por el *Berlin Wisdom Paradigm Group (BWP)* (Staudinger, 1999; Staudinger, Smith y Baltes, 1992, 1994), traducida al español y probada en un estudio previo en adultos mayores marplatenses (Krzemien y Monchietti, 2010). El instrumento evalúa el desempeño en cuanto a conocimiento y juicio relativo a la sabiduría a partir de los mencionados cinco criterios delimitadores de este modelo: 1. conocimiento fáctico, 2. conocimiento procedimental, 3. contextualismo, 4. relativismo, 5. resignificación y conciencia de la incertidumbre. Consta de tareas que presentan situaciones hipotéticas concretas y dilemáticas de la vida cotidiana a reflexionar y resolver. En este estudio se aplicaron dos tareas recomendadas por los autores para la vejez (Tarea A: "Revisión de la vida" y Tarea B: "Planificación y conducción de la vida"). Los participantes expresaron una reflexión y dieron una resolución escrita considerando lo que debiera, conveniera o pudiera hacer una persona hipotética en una situación incierta o desafiante. Para la administración, recolección y análisis de los datos se siguió el procedimiento utilizado por los autores en estudios previos (Staudinger, 1999). Las respuestas oscilaron en diversos grados de conocimiento relativo a la sabiduría. Los protocolos de respuestas de la muestra fueron analizados y calificados en una escala ordinal de 5 puntos en cada uno de los criterios de sabiduría, donde una puntuación de valor 1 indica una respuesta pobre o de bajo nivel, y una puntuación 5 a una ideal o de nivel alto. Estos valores representan el grado en que la respuesta del participante se corresponde con la respuesta ideal, tomando en cuenta los protocolos de respuesta propuestos por este modelo (Baltes, Staudinger, Maercker y Smith, 1995; Staudinger, 1999; Staudinger, Lopez & Baltes, 1997; Staudinger, Smith y Baltes, 1992). De acuerdo a los autores, sólo las respuestas calificadas con el

máximo valor correspondieron a aquellas “propiamente sabias”, las de menor valor (bajo y medio) se consideraron como “conocimiento relativo a la sabiduría y experticia”. Este instrumento posee propiedades psicométricas satisfactorias (a de Cronbach:  $M = .71$ ,  $SD = .10$ , rango =  $.57$  a  $.89$ ), y cuenta con amplia validez empírica y predictiva.

3. Cuestionario de Selección de Metas, Optimización y Compensación SOC (*Selection, Optimization and Compensation, SOC Questionnaire*) elaborado por P.B. Baltes, M.M. Baltes, Freund y Lang, 1999; Freund y Baltes, 2002. del Grupo de Berlín del *Max Plank Institute for Human Development*, traducida al español. Se utilizó la versión de “dominio específico” en relación al envejecimiento. La versión abreviada del cuestionario consta de 12 pares de ítems opuestos, distribuidos en las categorías selección electiva, selección restrictiva, optimización y compensación, cada una compuesta por 3 pares de ítems en cada categoría. Los ítems presentan dos tipos de respuestas/comportamientos diferentes, uno describe el comportamiento que refleja las estrategias SOC y el otro describe estrategias alternativas (no-SOC); se le solicitó al participante que elija la respuesta que más se acerca a su modo de proceder y luego, que indique el grado de semejanza en una escala Likert de 4 puntos. Se obtuvo una puntuación general y de cada subescala. Presenta adecuadas propiedades psicométricas (Baltes *et al*, 1999).

4. Cuestionario de metas de vida, elaborado ad hoc, para identificar las metas de vida, basado en estudios previos (Wiese; Freund y Baltes, 2000). Se les solicitó a los participantes que identificaran y enumeraran tres principales metas que se propusieran, luego las ordenaron según el grado de importancia de acuerdo su propio interés.

## **Procedimiento**

Las técnicas de recolección de datos se administraron a los participantes individualmente, mediante condiciones estandarizadas y sistemáticas, y mediante una guía de orientación a fin de garantizar la comprensión de las consignas y evitar datos faltantes. Se aseguró el consentimiento informado y la

confidencialidad de los datos de los participantes, cuya inclusión en el estudio fue voluntaria y anónima.

## **Análisis de datos**

Se realizó un análisis cuanti-cualitativo de los datos. Primeramente realizó un análisis cualitativo de contenido sobre las respuestas obtenidas en la evaluación de la sabiduría y metas de vida. Luego se realizó un análisis cuantitativo aplicando técnicas de estadística utilizando el paquete SPSS 19. Se utilizó estadística descriptiva (Frecuencias, Medidas de TC y DE) para caracterizar las variables de estudio; y se aplicó una prueba de correlación *rho de Spearman* para muestra no probabilística, para analizar la relación entre la sabiduría y los recursos SOC. Se utilizó esta prueba para muestras no paramétricas dado que se comprobó que el tipo de distribución de la muestra no es normal.

## **Resultados**

A continuación se exponen los resultados obtenidos según los objetivos planteados:

Objetivo 1: Identificar y describir las metas de vida y las estrategias de auto-regulación SOC: Selección de metas de vida, Optimización y Compensación en adultos mayores.

Las metas de vida fueron indagadas mediante una encuesta, donde los participantes debieron identificarlas según el grado de importancia y la primacía en el tiempo de acuerdo su propia opinión o interés.

Luego, se realizó un análisis de contenido para obtener una categoría de metas.

En la tabla 5 se presenta la categorización obtenida de las metas de vida y la frecuencia de selección.

Tabla 5. Metas de los adultos mayores.

	Frecuencia	Porcentaje
Viajes y Turismo	25	25,0
Cuidado Personal – Salud	20	20,0
Actividades Productivas - Continuidad Laboral	13	13,0
Amistad, Familia y Amor	12	12,0
Actividad Artística – Cultural – Educativa	9	9,0
Recreación- Descanso - Refacciones y Decoración	8	8,0
Trascendencia. Herencia. Crecimiento Personal. Solidaridad.	7	7,0
Mejora Económica y/o Bienes	6	6,0
Total	100	100,0

Luego, se identificaron y describieron los recursos de auto-regulación SOC, frente a los eventos críticos y/o pérdidas del envejecimiento en adultos mayores (Tabla 6). En general, se observa que la muestra utiliza de manera frecuente todos los recursos, con predominio de los compensatorios.

Tabla 6. Recursos SOC: Selección de metas de vida, Optimización y Compensación.

	Selección electiva	Selección restrictiva	Optimización	Compensación
N	100	100	100	100
Media	1,388	1,501	1,304	1,408
Desv. típ.	,3540	,3509	,3530	,3524

**Objetivo 2:** Describir el nivel de sabiduría según los cinco criterios del modelo del Grupo de Berlín.

Basados en la conceptualización teórica de sabiduría de acuerdo al *Berlin Wisdom Paradigm Group* y su modelo de evaluación cuanti-cualitativo de evaluación del “conocimiento relativo a la sabiduría y la capacidad de juicio” mediante el instrumento denominado *Wisdom-Related Knowledge Scale (WRKS)* utilizado en este estudio, se halló que los altos niveles de sabiduría son excepcionales de unas pocas personas, tal como lo sugería la literatura (Kunzmann & Baltes, 2003).

Se obtuvieron datos en función de los cinco criterios delimitadores del funcionamiento cognitivo como sabiduría, definiendo operacionalmente este constructo: conocimiento fáctico, conocimiento procedimental, contextualismo,



relativismo, resignificación y manejo de la incertidumbre (Staudinger, 1999, pp. 644-645).

Se han considerado las respuestas frente al planteo de situaciones problemáticas de la vida y los dilemas inciertos planteadas en las dos tareas del instrumento: Tarea A (Revisión de la vida) y Tarea B (Planificación y de manejo de la vida).

Ejemplos:

TAREA A. Situación Problema: Revisión y significado de la vida.

Protocolo N° 2: Mujer, 80 años: *“Primero, sería conveniente preguntarse si fui poco realista en cuanto al alcance de las metas. A veces se proponen objetivos muy superiores o fuera de tiempo, otras veces no se sabe ir paso a paso hacia la meta. Segundo, me detendría a pensar en los aspectos positivos (siempre los hay), hasta dónde he llegado. Tercero, me enfocaría en las posibilidades y oportunidades que tengo por delante. A veces es bueno replantearse las metas, o dejar unas por otras más importantes para este tiempo de vida en que se encuentra la persona... Pero siempre es preferible tener proyectos aunque sean simples.”*

TAREA B. Situación Problema: Planificación de la vida

Protocolo N° 3: Mujer, 78 años: *“Unos años atrás habría pensado que debía priorizar la situación difícil de su hija y ayudarla. En la actualidad, pienso que debiera seguir con sus proyectos y emprendimiento, ponerse de acuerdo para cuidar a sus nietos cuando ella pueda en sus tiempos libres. Así ella (María) puede realizar su sueño para lo cual se ha esforzado y ha invertido tiempo estudiando para lograrlo, y a la vez estaría colaborando con su hija, sin abandonar lo que quiere. Puede que sea un pensamiento algo egoísta... pero hay que ver que esta señora (María) ya es mayor y tal vez sea una de las últimas cosas nuevas que emprenda. Además ella como madre siempre va a estar ahí para apoyar emocionalmente a su hija, y le estaría dando un ejemplo! La hija tiene más posibilidades de hacerse de recursos nuevos y salir adelante.”*

El desempeño promedio de la muestra en general osciló entre los valores que caracterizan un nivel medio a relativamente alto en sabiduría ( $M= 2.69$ ,  $DE= 0.65$ ; en una escala de 1-5), de acuerdo a la puntuación alcanzada en el instrumento. Esta puntuación obtenida es similar a los resultados reportados por los autores en muestras de adultos mayores (Pasupathi & Staudinger, 2001, p. 407-408).

Los resultados obtenidos por esta muestra en cada uno de estos criterios mencionados que definen la sabiduría, se presentan en la Tabla 7, y se describen

de la siguiente manera: las puntuaciones promedio en cada uno de los criterios indicaron nuevamente un nivel medio de sabiduría, siendo mayor el desempeño en relativismo, conocimiento fáctico y conocimiento procedimental. Es decir, los adultos mayores mostraron mayores niveles de sabiduría en cuanto al reconocimiento de valores universales, al conocimiento pragmático, y al conocimiento estratégico y regulado acerca de las formas de afrontar y resolver las dificultades de la vida.

Tabla 7. Desempeño en sabiduría desde el Berlin Wisdom Paradigm en adultos mayores.

	1	2	3	4	5	Total
N	100	100	100	100	100	100
Media	2,780	2,745	2,565	2,815	2,550	2,691
Desv. típ.	,6641	,6175	,8185	,8368	,8718	,6594

Nota: Criterios de sabiduría: 1. Conocimiento fáctico 2. Conocimiento procedimental 3. Contextualismo, 4. Relativismo, 5. Resignificación y manejo de la incertidumbre.

Objetivo 3: Analizar la relación entre el nivel de sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores.

Primero, con el propósito de examinar y establecer las relaciones entre las variables sabiduría y estrategias de autorregulación, se aplicó el coeficiente de correlación de rho de Spearman, hallando los siguientes resultados estadísticamente significativos:

		Total tareas A y B	Selección electiva	Selección restrictiva	Optimización	Compensación
Sabiduría	Coef. de correlación Rho de Spearman	1,000	,038	-,015	,083	,114
	Sig. (bilateral)		,708	,885	,409	,260
	N	100	100	100	100	100

En este análisis, observamos que las variables sabiduría y estrategias de auto-regulación no se hallaron estadísticamente correlacionadas. Evidentemente estas estrategias no se relacionan con el conjunto de conocimientos y experiencia

adquiridos, y su aplicación pragmática (sabiduría) en este grupo de adultos mayores.



## Discusión

Sintéticamente, a partir de los datos recabados en esta muestra de adultos mayores (N=100), se observa que las hipótesis planteadas no se ha confirmado. Se rechaza así la tradicional “hipótesis de regresión” del cambio evolutivo, que supone que el desempeño cognitivo sufre inexorablemente deterioro con el proceso de la vejez. En cambio, los datos revelaron diferencias en función esta etapa evolutiva en sabiduría, siendo mayor ésta en el grupo de edad más avanzada. Esto se explica porque la sabiduría involucra más bien un conjunto de habilidades y cualidades personales tendientes a la aplicación del conocimiento adquirido y la experiencia de vida en búsqueda del beneficio común y la satisfacción personal, lo cual tiende a incrementarse con el paso del tiempo y los años de vida (Baltes y Staudinger, 2000).

Los datos mostraron que los adultos mayores tendieron a utilizar todos los recursos de auto-regulación, con un predominio de la selección restrictiva de metas y los recursos compensatorios. Esto puede deberse a que en la vejez, a medida que se limitan los contextos de acción (laboral, social, comunitario, institucional, etc.), las personas tienden a hacer un uso significativamente mayor de la estrategia de selección restrictiva, centrándose o priorizando sólo aquellas metas específicas ligados a sus intereses y contextos actuales, donde pueden justamente potenciar sus recursos, manteniendo un nivel de adaptación similar al de la etapa vital previa. Es decir, dado que el envejecimiento a menudo plantea una reducción de contextos de desempeño de una persona, los adultos mayores que, durante el curso vital, han construido su identidad basada en el logro de ciertas metas y desarrollado su actividad a partir de la interacción con numerosos contextos, ahora en la vejez se encuentran con menos ámbitos de acción hacia los cuales orientar sus metas y menos posibilidades de seleccionar diversos objetivos de vida, y por ello resulta más eficaz la estrategia de selección restrictiva.

Por otro lado, coincidentemente con el modelo de auto-regulación SOC y los estudios previos (Freund y Baltes, 2002; Lang et al., 2002), los adultos mayores tendieron a usar en mayor medida los recursos compensatorios frente a las limitaciones o pérdidas.

En este estudio, los recursos de auto-regulación SOC, en general, no se hallaron relacionados con la sabiduría, en el sentido de que las personas que poseen mayor sabiduría afectiva tienden a utilizar en menor medida los recursos compensatorios; es decir, gracias a que cuentan con la reserva de esta capacidad empática y afectiva, pueden conservar un nivel de satisfacción en las relaciones interpersonales y consigo mismo, sin que necesiten buscar otros medios compensatorios. Por definición, esta estrategia se suele poner en marcha cuando se perciben pérdidas o crisis vitales y no se cuentan con recursos internos para afrontarlas, desarrollando compensatoriamente otros medios de satisfacción.

## Conclusión

Este estudio abordó el análisis de constructos teóricos de interés: la sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores, inscribiéndose en el debate teórico actual en el campo del conocimiento científico acerca de las habilidades cognitivas pragmáticas y la capacidad adaptativa en la vejez, las cuales son cuestiones de creciente atención dado el aumento poblacional de este grupo etario.

El interés de este estudio ha sido indagar la relación entre el nivel de sabiduría y las estrategias de auto-regulación en adultos mayores. Si bien no se ha observado la existencia de esta relación, se han recogido algunos interesantes resultados con posibles aportes a futuras investigaciones en este campo:

En particular, los datos obtenidos son de interés para el campo de la evaluación psicológica del procesamiento cognitivo en la vejez, observando que la mayoría de los adultos mayores no presentan declinación cognitiva y exhiben un nivel medio –y en varios casos alto- de sabiduría. Estos datos permiten vislumbrar la posibilidad de contribuir a la innovación y reorientación de las intervenciones actualmente centradas en la compensación del déficit, las pérdidas y el deterioro cognitivo, hacia el desarrollo de las potencialidades cognitivas, a fin de maximizar el funcionamiento cognitivo y los recursos de auto-regulación de los ancianos, previniendo el posible desajuste psicológico frente a las situaciones críticas del envejecimiento normal en un contexto social de vulnerabilidad en el que viven a menudo los adultos mayores.

La aplicación de los resultados de este estudio será de interés para los organismos comprometidos en la promoción de dar respuestas efectivas frente al creciente envejecimiento poblacional, y para quienes actúan en el campo interdisciplinario de la Gerontología, a través de proyectos de formación profesional de postgrado, de transferencia y/o extensión.

Se plantea la conveniencia de continuar los estudios en esta línea, en otros grupos de adultos mayores, para ver si se corrobora la relación entre las variables estudiadas, que teóricamente cuentan con consenso en la comunidad científica, pero aún es exigua la investigación empírica.

## **Anexos**

FECHA	
-------	--

ID	N°
----	----



UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE MAR DEL PLATA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

GRUPO DE INVESTIGACIÓN TEMAS DE PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

### Cuestionario socio-educativo

Complete el siguiente formulario marcando con una X el casillero que corresponda según usted. Le rogamos que sea lo más sincero/a que pueda y no deje ninguna pregunta sin contestar. Los datos son confidenciales y serán utilizados sólo con fines de investigación. Gracias por su colaboración.

Edad: ..... Sexo:  F  M

Estado civil:            soltero/a             casado/a             viudo/a             divorciado/a

Lugar de residencia:            centro             barrio

Jubilado/a o pensionado/a            Si             No

Ocupación, profesión o actividad laboral previa a la jubilación:

.....  
.....

Actividades actuales: .....

.....  
.....  
.....

Nivel de instrucción:            primario             secundario             terciario             universitario

Convivencia:  
Vivo solo/a

Personas con quien convive: .....

.....

FECHA	
-------	--

ID		Nº	
----	--	----	--

### Cuestionario sobre Metas Vitales

Por favor, piense en cuáles son sus propias metas o intereses a alcanzar y enumere entre 1 y 3 metas a continuación. Por favor, recuerde responder sinceramente:

METAS	Nº de orden de importancia
1	
2	
3	

Ahora, priorice sus metas colocándole al lado en el casillero un número del 1 al 3. Primero, ordénelas según el grado de importancia o valor para usted: desde la más importante (1) a la menos importante (3).

FECHA	
-------	--

ID	Nº
----	----



UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE MAR DEL PLATA

GRUPO DE INVESTIGACIÓN TEMAS DE PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

***Escala del Conocimiento relativo a la Sabiduría***  
***Wisdom-Related Knowledge Scale***

Berlin Wisdom Paradigm Group (BWP),  
(Staudinger, Smith & Baltes, 1994; Staudinger, 1999)

Validada en adultos mayores marplatenses (Krzemien y Monchietti, 2010)

---

Las siguientes son distintas situaciones problemáticas de la vida que puede sucederle a una persona. Nos interesa conocer su opinión sobre lo que la persona debiera pensar o hacer, es decir, lo que le parece a usted que es conveniente o que es la mejor resolución.

Por favor, lea atentamente la situación, piense y escriba su respuesta, sin omitir nada, con la mayor sinceridad posible, y según su punto de vista. Puede tomarse tiempo para reflexionar y si es necesario puede continuar en otra hoja. Gracias por su colaboración.

FECHA	
-------	--

ID	Nº
----	----

**Situación Problema Nº A:** Tarea de Revisión de la vida

Reflexionando acerca de la vida, las personas a veces se dan cuenta que no han alcanzado las metas que ellas se propusieron lograr. ¿Qué le parece a usted que las personas debieran pensar o hacer al respecto, o qué es conveniente pensar o decir?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Situación Problema Nº B:** Tarea de Planificación y Conducción de la vida

María es una viuda de 60 años que recientemente completó sus estudios de Administración de Negocios y emprendió su propio negocio. Ella había estado esperando este nuevo desafío. María acaba de enterarse que su hija se divorció y quedó sola con dos chicos pequeños a su cuidado. Ella está pensando en las siguientes opciones: podría renunciar a su negocio y mudarse con su hija para ayudarla a mantener y criar a los chicos, o podría solicitar un crédito financiero para poder ayudar a su hija con los gastos. ¿Qué le parece a usted que María debiera pensar o hacer o qué le parece que es conveniente en este caso?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

FECHA ID  N° 

UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE MAR DEL PLATA

GRUPO DE INVESTIGACIÓN TEMAS DE PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

### *Cuestionario de Estrategias de Auto-regulación SOC*

P.B. Baltes, M.M. Baltes, Freund y Lang (1999)

#### **Consigna:**

A continuación, se presentan dos maneras diferentes en que la gente puede comportarse. Imagine que hay dos personas hablando de lo que harían en una situación particular.

Nos interesa saber qué persona es más similar a usted; en otras palabras, cuál de las dos personas se comporta más como usted probablemente lo haría.

Ítem	Marque con una X en el recuadro de la derecha de la opción que elija.		
S1	Concentro toda mi energía en pocas cosas.	<input type="checkbox"/>	Divido mi energía en muchas cosas a la vez.
S2	A menudo me focalizo en el objetivo más importante de cada momento.	<input type="checkbox"/>	A menudo estoy ocupado en muchos objetivos a la vez.
S3	Cuando pienso en lo que quiero en la vida, me dedico a uno o dos objetivos importantes, postergando los demás.	<input type="checkbox"/>	Incluso cuando yo ya sé qué quiero en la vida, espero a ver qué pasa en lugar de dedicarme a uno o dos objetivos particulares.
S1	Cuando las cosas no me salen tan bien como antes, solo elijo concentrarme en uno o dos objetivos importantes.	<input type="checkbox"/>	Cuando las cosas no me salen tan bien como antes, igualmente trato de mantener todos mis objetivos.
S2	Cuando no puedo hacer algo importante de la misma manera en que lo hacía antes, busco un nuevo objetivo, algo nuevo para hacer.	<input type="checkbox"/>	Cuando no puedo hacer algo importante de la misma manera en que lo hacía antes, distribuyo mi tiempo y energía en otras cosas.
S3	Cuando no puedo hacer algo tan bien como lo solía hacer, pienso sólo en lo que es realmente importante para mí.	<input type="checkbox"/>	Cuando no puedo hacer las cosas tan bien como las solía hacer, espero y las hago como puedo y veo cómo resulta.
O1	Continúo esforzándome o dedicándome en lo que tengo planeado hasta que se cumple.	<input type="checkbox"/>	Cuando no consigo hacer bien lo que quiero hacer, no insisto en buscar otras maneras de hacerlo. Es decir, intento pero si no resulta,

			no persisto por mucho tiempo.	
O2	Hago todo lo posible para lograr un objetivo.		Prefiero esperar un tiempo y ver si las cosas se resuelven en el transcurso de los hechos.	
O3	Si algo me importa o me interesa, me dedico completamente a ello.		Incluso cuando algo me importa o me interesa, no ocupo todo mi tiempo en eso.	
C1	Cuando las cosas no me salen tan bien como solían, sigo tratando por otros medios hasta que puedo conseguir el mismo resultado que antes.		Cuando las cosas no me salen tan bien como solían, lo acepto y sigo adelante con otras cosas.	
C2	Cuando algo en mi vida no está resultando tan bien como solía resultar, le pido a otras personas consejo y ayuda, busco información o le pido a alguien que lo haga por mí.		Cuando algo en mi vida no está resultando tan bien como solía resultar, yo decido qué hacer al respecto, sin buscar la opinión de otras personas.	
C3	Cuando comienza a resultarme más difícil conseguir los mismos resultados que antes o tengo miedo de perder algo que he conseguido, me sigo esforzando hasta que logro hacer las cosas bastante bien, como solía conseguirlo.		Cuando comienza a resultarme más difícil conseguir los mismos resultados que antes, es tiempo de dejar de lado esa expectativa.	

## Bibliografía

Álvarez González, M. A. y Trápaga Ortega, M. (2013) Principios de neurociencia para psicólogos. Buenos Aires: Paidós.

APA (2010). *Publication Manual of the American Psychological Association, 6th ed.* Washington, DC: American Psychological Association]

Ardelt, M. (2005) How wise people cope with crises and obstacles in late life. *ReVision, 28*(1), 7-19.

Ardelt, M. y Jacobs, J. (2009) Wisdom, integrity, and life satisfaction in very old age. En M.C. Smith (Ed.). *Handbook of Research on Adult Learning and Development* (pp. 732-760). NY: Routledge.

Arenaza-Urquijo, M y Bartréz Faz, D (2014). Reserva Cognitiva. En D. Redolar (ed.). *Neurociencia cognitiva* (pp 185-197). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Baltes, M.M. y Carstensen, L.L. (1999). Social-psychological theories and their applications to aging. En V.L. Bengtson, J.E. Ruth y K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of Theories of Aging* (pp. 209-226). NY: Springer.

Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of Life-Span Developmental Psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology, 23*, 611-626.

Baltes, P. B. (2000). Autobiographical reflections: From developmental methodology and Lifespan Psychology to Gerontology. En J. E. Birren y J. J. F. Schroots (Eds.). *A history of Geropsychology in autobiography* (pp. 7-26). Washington, DC: American Psychological Association.

Baltes, P.B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist, 52*, 366-380

Baltes, P.B. y Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model SOC. En P.B. Baltes y M.M. Baltes (Eds.), *Successful Aging* (pp. 1-34). Cambridge: Cambridge University Press.

Baltes, P.B. y Smith, J. (2008) The fascination of wisdom: Its nature, ontogeny, and function. *Perspectives on Psychological Science*, 3(1), 56-6.

Baltes, P.B. y Staudinger, U.M. (2000). Wisdom: A meta-heuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychology*, 55(1), 122-136.

Baltes, P.B., Baltes, M.M., Freund, A. y Lang, F. (1999). The measurement of selection, optimization and compensation (SOC) by self report: Technical report 1999. Materialien aus Bildungsforschung N° 66.

Baltes, P.B., Lindenberger, U. y Staudinger, U.M. (2006) Life-span theory in developmental psychology. En W. Damon y R.M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology: Theoretical models of human development* (6° ed., Vol. 1, pp. 569-664). NY: Wiley.

Baltes, P.B., Lindenberger, U. y Staudinger, U.M. (2006) Life-span theory in developmental psychology. En W. Damon y R.M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology: Theoretical models of human development* (6° ed., Vol. 1, pp. 569-664). NY: Wiley.

Baltes, P.B., Lindenberger, U. y Staudinger, U.M. (1999). Lifespan Psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50:471-507.

Baltes, P.B., Staudinger, U.M., Maercker, A. y Smith, J. (1995). People nominated as wise. A comparative study of

Bassett, C. (2005). Emergent wisdom: Living a life in widening circles. *ReVision*, 27(4), 3-11.

Beauvoir, S.. *La Vejez*. Tradução de Aurora Bernárdez. 1° Edición. Buenos Aires:

Berg, C. A., Meegan, S. P. y Deviney, F. P. (1998). A social-contextual model of coping with everyday problems across the lifespan. *International Journal of Behavioral Development*; 22(2), 239–261.

Berger, S. (2009). *Psicología del desarrollo. Adulter y vejez*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Birren, J. E. y Schroots, J. F. (1996). History, concepts, and theory in the Psychology of aging. En J. E. Birren y K. W. Schaie (Eds.). *Handbook of the psychology of aging* (4º ed.), (pp. 3-23). New York: Academic Press.

Blanchard-Fields, F. y Hess, T.M. (1996). Adaptive cognition and aging. *Amer Behav Scientist*, 39(3), 231-248

Brandtstädter, J. y Rothermund, K. (2002). The life-course dynamics of goal pursuit and goal adjustment: A two-process framework. *Developmental Review*, 22, 117-150.

Bueno, B. (1995). Potencial cognitivo y envejecimiento. *Aula, Universidad de Salamanca*, 7, 203-214.

Bueno, B. (1995). Potencial cognitivo y envejecimiento. *Aula, Universidad de Salamanca*, 7, 203-214.

Carver, C.S. y Scheier, M. (2003) Self-regulatory perspectives on personality. En T. Millon y M.J. Lerner (Eds.), *Handbook of Psychology: Personality and Social Psychology* (Vol. 5, pp. 185-208). NY: Wiley.

Casullo, M.M. y Fernández Liporace, M. (2008). Diseño de un instrumento psicométrico para evaluar concepciones sobre la sabiduría. *Anuario de Investigaciones*, 15.

CEPAL, 2002 Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], (2002a). *Informe de la Reunión de Expertos sobre Globalización, Cambio Tecnológico y Equidad de Género* (LC/L.1707). São Paulo: Publicación de las Naciones Unidas. <http://www.eclac.cl/publicaciones/xml/9/9499/lcl1707e.pdf>.

Colonia-Willner, R. (1999) Investing in Practical Intelligence: Ageing and cognitive efficiency among executives. *International Journal of Behavioral Development*, 23(3), 591-614.

De Ribaupierre, A. (2005). Développement et vieillissement cognitif. En J. Lautrey y J.F. Richard (Eds.), *L'Intelligence* (pp. 211-226). París: Lavoisier.

Dulcey Ruiz, E. y Valdivieso, C. U. (2002). Psicología del ciclo vital: Hacia una visión comprensiva de la vida humana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34(1-2), 17-27.

Elder, G. H. (1999). *The life course and aging: Some reflections. Distinguished Scholar Lecture, Section on Aging and the Life Course* (pp. 1-25). Washington, DC: American Sociological Association.

Erikson, E. (1963). *Identidad, juventud y crisis*. Madrid: Taurus Humanidades.

Erikson, E. (1985) *El ciclo de vida completado*. Buenos Aires: Paidós.

Fernández Ballesteros, R. (2000) La gerontología positiva. *Rev Multidiscip Gerontol*, 10(3), 143-145.

Fierro, A. (1994) Propositiones y propuestas sobre el buen envejecer. En Buendía, J. (Comp.), *Envejecimiento y Psicología de la Salud* (pp. 3-33). Madrid: Siglo XXI.

Franklin, N.C. y Tate, C.A. (2009). Lifestyle and Successful Aging: An Overview. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 3(1), 6-11.

Freund, A. M. y Baltes, P. B. (2007). Toward a theory of successful aging: Selection, optimization, and compensation. En R. Fernández-Ballesteros (Ed.), *Geropsychology: European perspectives for an aging world* (pp. 239-254). Cambridge, MA: Hogrefe y Huber.

Freund, A.M. y Baltes, P.B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization, and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 642-662.

Freund, A.M., Li, Z.H. y Baltes, P.B. (1999). The role of selection, optimization and compensation in successful aging. En J. Brandtstädter y R.M. Lerner (Eds.), *Action and development: Origins and functions of intentional self-development* (pp. 401-434). Thousand Oaks: Sage.



Gastrón, L., Lombardo, E., Marazza, E. y Oddone, J. (2013). Las representaciones sociales de la vejez a lo largo de la vida (pp. 173-184). En L. Gastrón (coord.) Dimensiones de la representación social de la vejez. Mar del Plata: EUDEM.

Gignac, M.A, Cott, C. y Badley, E.M. (2002). Adaptation to disability: Applying selective optimization with compensation to the behaviors of older adults with osteoarthritis. *Psychology and Aging*, 17, 520-524.

Greene, J. A; Brown, S. C. The wisdom development scale: Further validity investigations. *International Journal of Aging and Human Development*, New York, v. 68, n. 4, p. 289-320, Jul. 2009.

Greve, W. y Staudinger, U.M. (2006) Resilience in later adulthood and old age: Resources and potentials for successful aging. En D. Cicchetti y D. Cohen (Eds.). *Developmental Psychopathology* (2º ed., pp. 796-840). NY: Wiley.

Grob, A., Krings, F. y Bangerter, A. (2001). Life markers in biographical narratives of people from

Hazzard. W. R. (2001). Aging, health, longevity, and the promise of medical research: The perspective of a gerontologist and geriatrician. En E. J. Masoro y S. N. Austad (eds.) *Handbook of the biology of aging* (5º ed., pp. 445-456). San Diego, CA: Academic Press. Implicancias clínicas. *Anales de Psiquiatría*, 22(4), p. 174-175.

Jacobs, F. Ma, L. y (2010). Poor But Not Powerless: Women Workers in Production

Jeste, D.V., Ardelt, M., Blazer, D., Kraemer, H.C., Vaillant, G. y Meeks, T.W. (2010). Expert consensus on characteristics of wisdom: A Delphi Method Study. *The Gerontologist*, 50(5), 668-680. Consultado el 12/7/10, 21 pantallas. <http://www.medscape.com/viewarticle/729122>

Johansson, B. (2008). Memory and cognition in aging. En B. Woods y L. Clare (Eds.), *Handbook of the Clinical Psychology of Ageing*, 2º Ed. (pp. 32-55). NY: Wiley.

Kail, R. y Cavanaugh, J. (2006) *Desarrollo Humano: Una perspectiva del ciclo vital* (3ª edición). Pág. 559. Ed. Thomson. México: México.

Kim, C., Johnson, N. F., Cilles, S. E.; Gold, B. T. (2011). Common and distinct mechanisms of cognitive flexibility in prefrontal cortex. *The Journal of Neuroscience*, 31(13), 4771-4779.

Kohlí, M. (2007) The institutionalization of the Life Course: Looking back to look ahead. *Research in Human Development*, 4(3-4), 253-271.

Kramer, D.A. (1990). Development of an awareness of contradiction across de life-span and the question of pos-formal operations. En Commons, M.L.; Richards, F.A.; Armon, C. (Eds.), (1984), *Beyond formal operations: Late adolescent and adult cognitive development*, New York: Praeger.

Krzemien D. (2013) *El campo multidisciplinario de la Gerontología: Debate actual sobre demografía, desarrollo social e investigación del envejecimiento*. Saarbrücken, Alemania: Editorial Académica Española.

Krzemien, D y, Monchietti, A. (2010) Conceptualización y evaluación de la personalidad sabia en el envejecimiento. *Memorias del II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*, 22-24/11/2010 (T. IV, pp. 279-281). Bs As: Dpto. de Publicaciones de la Facultad de Psicología, UBA.

Krzemien, D. (2009). Gerontología: La ciencia del envejecimiento humano. Un ensayo sobre investigación, teoría y práctica. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 19(1), 20-31.

Krzemien, D. y Monchietti, A. (2011) Conferencia: Desempeño cognitivo relativo a sabiduría en envejecientes: La propuesta del Berlin Wisdom Paradigm. 12º Congreso Virtual de Psiquiatría. InterSalud y Psiquiatría.com Mallorca (I.Baleares) 17/2/2011.

Krzemien, D. y Richard's, M. (2011). Sabiduría en adultos mayores. Un estudio comparativo de dos modelos. En M.C. Richaud y Viviana Lemos (Comps.). *Psicología y otras Ciencias del Comportamiento. Compendio de Investigaciones Actuales*. (Vol. I, pp. 173-196). Entre Ríos: Editorial

Universidad Adventista del Plata y Buenos Aires: Ediciones CIIPME-CONICET.

Krzemien, D. y Urquijo, S. (2009). Estilos y estrategias de afrontamiento a eventos de vida críticos y estilos de personalidad. En M.C. Richaud y J.E. Moreno (Eds.). *Investigación en Ciencias del Comportamiento. Avances Iberoamericanos* (T. 1, Cap. 4, pp. 101-136). Buenos Aires: Ediciones CIIPME-CONICET.

Krzemien, D., Maccarone, S., Pianciola, S. (2013). Experticia y autorregulación en adultos mayores jubilados. XIV Reunión Nacional y III Encuentro Internacional de la AACC. Córdoba, 21-23/08/13.

Kunzmann, U., & Baltes, P.B. (2003). Beyond the traditional scope of intelligence: Wisdom in action. In R.J. Sternberg, J. Lautrey, et al. (Eds.), *Models of intelligence: International perspectives* (pp. 329–343). Washington, DC: American Psychological Association.

Kunzmann, U., Little, T.D. y Smith J. (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging*, 15, 511-526. la plasticidad del cerebro humano. En A. M. Pascual-Leone y J. M. Medina (coords.) Monografía XXIX: Acción de las hormonas a nivel cerebral. Madrid: Real Academia Nacional de Farmacia.

Labouvie-Vief, G. y Diehl, M. (2000) Cognitive complexity and cognitive-affective integration: Related or separate domains of adult development? *Psychological Aging*, 15(3), 490-504.

Lalivie d'Epinay, Ch., Bickel, J. F., Cavalli, S. y Spini, D. (2005). Le parcours de vie: émergence d'un paradigme interdisciplinaire. En J.F. Guillaume (Ed.), *Parcours biographiques*. Bruxelles: De Boeck.

Lang, F., Rieckmann, N. y Baltes, M. (2002). Adapting to aging losses: Do resources facilitate strategies of Selection, Compensation and Optimization in every functioning? *Journal Gerontology*, 57B, 501-509.

Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychometric Medicine*, 55, 234-247.

Lerner R.M. y Lerner J.V. (2005). Positive youth development, participation in community youth development programs and community contributions of fifth-grade adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 25(1), 17-71.

Maddox, G. (2008). Selective Optimization with compensation. *Encyclopedia of Health and Aging*. CA/London: SAGE eReference Publications.

Marsiske, M.; Lang, F.; Baltes, M. y Baltes, P. (1995). Selective optimization with compensation: Life-span perspectives on successful human development. En R. A. Dixon y L. Bäckman (Eds.), *Compensation for psychological defects and declines: Managing losses and promoting gains (35-79)*. Mahwah, NY: Lawrence Erlbaum

Meacham, J. (1999). Riegel, Dialectics, and Multiculturalism. *Human Development*, 42, 134-144.

Meléndez Moral, J.C. y Gil Llario, M.D. (2004) Sabiduría y envejecimiento. *Geriátrika*, 20(5), 218-225.

Mirmiran, M., van Someren, E.J.W. y Swaab, D.F. (1996). Is brain plasticity preserved during aging and in Alzheimer disease? *Behavioural Brain Research*, 78, 43-48.

Monchietti, A. y Krzemien, D. (2003). Conferencia: Trauma psicosocial y afrontamiento en la vejez. IV Congreso Virtual de Psiquiatría. InterSalud S.L. y Psiquiatría.com. Mallorca (I.Baleares) 1-28/02/03. <http://hdl.handle.net/10401/2666>.

Monchietti, A., Krzemien, D. y Lombardo, E. (2003). Representación social de la vejez. Ámbitos de influencia. *Revista Argentina de Gerontología y Geriatria*, 23(1), 37-42.

Monchietti, A., Lombardo, E., Krzemien, D. (2006). La historia cognitiva en la vejez. La historia cognitiva en la vejez. Implicancias clínicas. *Anales de Psiquiatría*, 22(4), p. 174-175.

Monchietti, A; Lombardo, E. y Krzemien, D. (2005). ¿La declinación intelectual es parte del envejecimiento normal? En J. Vivas (comp.) *Las ciencias del comportamiento en los albores del siglo XXI* (pp. 499-503). Mar del Plata: UNMdP.

Neugarten, B. (1968). *Middle age and aging. A reader in Social Psychology*. Chicago: University of Chicago Press.

Neugarten, B. (1996). *Los significados de la edad*. Barcelona: Editorial Herder.

Nurmi, J.E. (1992). Age differences in adult life goals, concerns, and their temporal extension: A life course approach to future-oriented motivation. *International Journal of Behavioral Development*, 15, 487-508.

Oddone, M. (1995). *Sociología de la Vejez*. Revista Mundial de Sociología. vol. 1 p. 59 – 76.

Oddone, M. y Salvarezza L. (2001). *Caracterización psicosocial de la vejez. Informe sobre la Tercera Edad en la Argentina*. Buenos Aires: Secretaría de Tercera Edad y Acción Social.

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2002). Envejecimiento activo: Un marco político. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 37(S2), 74-105. <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/oms-envejecimiento-01.pdf>. p. 191-219.

Park, D. (2002). Mecanismos básicos que explican el declive del funcionamiento cognitivo en el envejecimiento. En Park, D. y Schwarz, N. (Eds.) *Envejecimiento Cognitivo* (pp.3-22). Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.

Pascual-Leoné, A. y Tormos Muñoz, J. M. (2010). Caracterización y modulación de la plasticidad del cerebro humano. En A. M. Pascual-Leone y J. M. Medina coords.) *Monografía XXIX: Acción de las hormonas a nivel cerebral*. Madrid: Real Academia Nacional de Farmacia.

Pasupathi, M. y Staundinger, Ursula Marie. Do advanced moral reasoners also show wisdom? Linking moral reasoning and wisdom-related knowledge and judgement. *International Journal of Behavioral Development*, Utrecht, Holanda, v. 25, n. 5, p. 401-415, Sept. 2001.

Ricoeur, P. (1985). *Hermenéutica y acción*. Buenos Aires: Docencia.

Rodríguez Feijóo, N. (2003). Estrés familiar y ancianidad en Buenos Aires. *Scripta Ethnológica*, 25, 29-55.

Rodríguez-Álvarez, M., Sánchez-Rodríguez, J. L. (2004). Reserva cognitiva y demencia. *Anales de Psicología*, 20(2), 175-86.

Rush, KL, Watts WE, Stanbury J. (2010). Mobility Adaptations of Older Adults: A Secondary Analysis. *Clinical Nursing Research*, XX(X) 1-20 (en prensa), publicado online 24/08/10.

Redolar, R. (2014) *Neurociencia cognitiva*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Ryff, C.D. (1982). Successful aging: A developmental approach. *Gerontologist*, 22(2), 209-214.

Salmela-Aro, K. (2009). Personal goals and well-being during critical life transitions: The four C's-Channelling, choice, co-agency and compensation. *Advances in Life Course Research*, 14(1-2), 63-73.

Schaie, K.W. (2000) The impact of longitudinal studies on understanding development from young adulthood to old age. *International Journal of Behavioral Development*, 24(3), 257-266.

Schaie, K.W. (2004). Cognitive aging. En R.W. Pew y S.B. Van Hemel (Eds). (2004). *Technology for Adaptive Aging* (pp. 43-64). Washington, DC: The National Academies Press.

Schlossberg, N. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. Editor's announcement: Majors contributions. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-16.

Schlossberg, N. (1994) *Overwhelmed: Coping with life's ups and downs*. New York: Lexington Books.

Schultz, R. y Heckhausen J. (1996). Life Span model of successful aging. *American psychologist*, 51, 702-714.

Seligman, M.E.P. y Csikszentmihalyi, M.(2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

Smyer, M. A. (1984). Life transitions and aging: Implications for counselling older adults. *The Counsel Psychology*, 12(2), 17-28.

Stanley Hall, G. (2006, orig. 1922). Senescence: The Last Half of Life. *American Journal of Public Health*, 96(7), 1160-1162.

Staudinger, U. M.; Dörner, J.; Mickler, C. (2005) Wisdom and Personality. In: Sternberg, R. J.; Jordan, Jennifer. (Eds). *A Handbook of Wisdom: Psychological Perspectives*. Cambridge: Cambridge University Press.

Staudinger, U. M.; Smith, J.; Baltes, P. B. Wisdom-related knowledge in a life review task: Age differences and the role of professional specialization. *Psychology and Aging*, Washington, v. 7, n. 2, p. 271-281, Jun. 1992.

Staudinger, U. y Joos, M. Interactive Minds. A Paradigm for the study of the social-interactive nature of human cognition and its lifespan development. *Swiss Journal of Educational Sciences*, v. 22, n. 3, p. 559-574. 2000.

Staudinger, U.M. (1999) Older and wiser? Integrating results on the relationship between age and wisdom-related performance. *International Journal of Behavioral Development*, 23(3), 641-664.

Staudinger, U.M. (1999) Older and wiser? Integrating results on the relationship between age and wisdom-related performance. *International Journal of Behavioral Development*, 23(3), 641-664.

Staudinger, U.M., Smith, J. y Baltes, P.B. (1994). *Manual for the assessment of wisdom related knowledge and judgment*. Berlin: Max Planck Institute for Human Development.

Staudinger, U. M; Lopez, D.; Baltes, P. (1997) *The psychometric location of wisdom related performance*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, v. 23, p. 1200-1214.

Stefani, D. (2004). Gender and coping in old age. *Interdisciplinaria*, N° Especial, 109-125.

Stern, Y. (2002). What is cognitive reserve? Theory and research application of the reserve concept. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 8(3), 448-460.

Sternberg, R.J. (1999) Intelligence as developing expertise. *Contemporary Educational Psychology*, 24, 359-375.

Sternberg, R.J. (Ed.) (1990). *Wisdom: Its nature, origins, and development*. (pp. 142-159). Cambridge, MA: Cambridge University Press.

Sternberg, R.J. Why schools should teach for wisdom: The balance theory of wisdom in educational settings. *Educational Psychologist*, Washington, v. 36, n. 4, p. 227-245, Dec. 2001.

Sternberg, R.J. y Jordan, J. (Eds.) (2005). *Handbook of wisdom: Psychological perspectives*. NY: Cambridge University Press. Sudamericana, 1970. three cohorts: A life span perspective in its historical context. *Human Development*, 44, 171-190.

Sternberg, Robert Jeffrey; Jordan, Jennifer. (Eds). *A Handbook of Wisdom: Psychological Perspectives*. Cambridge: Cambridge University Press, 2005, p. 191-219.

Triadó, C. y Villar, F. (2008). *Envejecer en positivo*. Bellcaire: Aresta. United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2011). *World Population Prospects: The 2010 Revision*. New York.

United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division, 2011.

Vaillant, G.E. y Mukamal, K. (2001) Successful aging. *American Journal of Psychiatry*, 158(6), 839-847.

Villar, F. (2005) El enfoque del Ciclo Vital: Hacia un abordaje evolutivo del envejecimiento. En S. Pinazo Hernandis y M. Sánchez Martínez (Eds.) *Gerontología: Actualización, innovación y propuestas*. Madrid: Pearson.

- Wiese, B.S., Freund, A.M. y Baltes, P.B. (2000). Selection, Optimization and Compensation: An action-related approach to work and partnership. *Journal of Vocational Behavior* 57, 273-300. Wisdom-related knowledge. *Psychology and Aging*, 10, 155-166.
- Wrosch, C. y Freund, A.M. (2001). Self-regulation of normative and non-normative challenges. *Human Development*, 44, 264-283.
- Wrosch, C., Scheier M., Miller G.E., Schulz R. y Carver, C.S. (2003). Adaptive self-regulation of unattainable goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(12), 1494-1508.
- Ziegelmann, J.P. y Lippke, S. (2007). Use of selection, optimization and compensation Strategies in health self-regulation: Interplay with resources and successful development. *Journal of Aging and Health*, 19(3), 500-518.