

T. 14. DESARROLLO SOCIAL Y EMOCIONAL EN LA EDAD ADULTA Y LA VEJEZ

Glosario de términos:

- Teleológico
- Gerontología
- Generatividad
- Sabiduría
- Crisis de mitad de la vida
- Androginia
- Nido vacío
- Trabajo puente
- Tanatología

1. INTRODUCCIÓN

La Psicología del desarrollo estudia los cambios en las personas a lo largo del ciclo vital, y se ha centrado durante años en la infancia y adolescencia.

No fue por olvido, fue por una concepción del desarrollo ligada a los cambios físicos y biológicos de las dos primeras décadas de la vida de las personas. Consideraban que no había desarrollo más allá de la adolescencia.

Mientras tanto la Psicología sí iba acumulando conocimientos relativos a la edad adulta y la vejez.

2. EL ESTUDIO DE LA ADULTEZ Y LA VEJEZ EN PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO: DOS FORMAS DIFERENTES DE ENTENDER EL DESARROLLO HUMANO

Desde el inicio de la disciplina (“Ps. Evolutiva”) hasta la 2^a mitad del s. XX, el desarrollo humano se entendía como paralelo al biológico. La idea de desarrollo psicológico implicaba:

- Cambios positivos y relacionados con la edad, paralelos a los cambios biológicos (=crecimiento hasta la pubertad, estancamiento en la adultez e involución en la vejez)
- Entender el desarrollo como un proceso universal (vs individual)
- Entender el proceso de desarrollo como unidimensional (=en paralelo y con orden)
- Suponer que los cambios son teleológicos, es decir, dirigidos hacia una meta o fin pre determinado (= el logro de las máximas potencialidades del ser humano. Esto se logra al fin de la adolescencia o adultez temprana)

Ni el desarrollo adulto ni el envejecimiento encajan en estas ideas de base. P.ej. envejecer implicaría lo opuesto: cambios negativos.

En la década 70: se propugna una psicología del ciclo vital que amplíe el estudio normativo de las personas durante la adultez y la vejez.

Baltes (1987) cita 4 circunstancias que favorecen este cambio:

- a) aumento de la población anciana. Lo que aumenta su interés.
- b) crecimiento de instituciones y estudios relacionados con la gerontología
- c) envejecimiento de los sujetos de algunos estudios longitudinales; y de los investigadores
- d) interés en el estudio del ciclo vital de las personas de forma integrada desde otras disciplinas afines, como la sociología.

Y apoyan una concepción del desarrollo en los que los factores contextuales tengan un papel relevante:

La persona, su psique, su conducta y su desarrollo se entienden como el resultado de múltiples causas. Se habla de un desarrollo multicausal (y por tanto no teleológico) y multidireccional (y por tanto no universal ni unidimensional).

La persona ocupa el lugar protagonista con sus circunstancias contextuales.

Mientras durante la niñez y adolescencia el desarrollo está más marcado por la hª de nuestra especie (*cambios normativos asociados a la edad*), *los cambios normativos asociados a la hª* (= aquellas cuestiones que afectan a las personas dependiendo del momento que han vivido. P.ej. la democracia) ejercen una gran influencia durante la adultez y pierden relevancia en la vejez. Finalmente, *los cambios no normativos o individuales* (=aquellas cuestiones que afectan a la persona en cuanto ser único y especial. P.ej. la muerte del esposo) son más importantes a medida que avanza la hª personal del individuo.

3. LOS PRIMEROS MODELOS DE ESTUDIO DE LA ADULTEZ Y LA VEJEZ: EL DESARROLLO POR ETAPAS.

3.1. La Intimidad, la generatividad y la integración del yo: el modelo de Erikson

Los años de la adultez corresponden a las etapas que él denominó:

- a) Intimidad frente a Aislamiento: la tarea fundamental del adulto joven consiste en ser capaz de comprometerse con otra persona, establecer una relación de intimidad, pero sin perder la propia identidad

Cualidad: la capacidad de amar.

El aislado verá en los otros una amenaza para el propio yo. Esto impedirá la generatividad y la integridad.

- b) Generatividad frente a Estancamiento: Generatividad es el compromiso con la sociedad más allá de la relación de pareja. El adulto generativo será productivo en el trabajo, tendrá y educará a sus hijos de forma comprometida, será creativo y se sentirá satisfecho de su labor.

El adulto estancado prefiere la comodidad de la etapa anterior, centrarse en uno mismo y no intentar aportar a los demás. Se convierte en un adulto egoísta, que cae en el aburrimiento y no se compromete con la sociedad.

Cualidades: productividad y cuidado.

- c) En la vejez, *Integridad del yo frente a la Desesperación*. La persona realiza una evaluación global en la que su trayectoria vital cobra sentido. Puede lograr estar orgulloso de sus aciertos y aceptar los fracasos.

Cualidad: logrará la sabiduría.

Si no, cae en la desesperación e intenta dar marcha atrás y tomar decisiones diferentes a las tomadas, se siente apesadumbrada y desilusionada.

3.2. Las etapas de Levinson y la crisis de mitad de la vida.

Realizó entrevistas en profundidad a 40 hombres y a partir de las respuestas estableció una estructura de la vida. Fases:

- Adulthood temprana (17-45 años). La vida alcanza su mayor potencialidad al tiempo que los mayores niveles de estrés y tensión. Es el momento de lograr las aspiraciones de la juventud: familia, trabajo, posición social. También es el periodo de mayor tensión (asumir responsabilidades familiares y laborales, problemas económicos, toma de decisiones vitales...)
- Adulthood intermedia (45-65 años). Comienza el declive físico. Es la generación dominante.

3.2.1. La Crisis de Mitad de la vida

Levinson popularizó la idea de la crisis de mitad de la vida.

Concibe el desarrollo como fases precedidas y secundadas por crisis o etapas de transición (X: 5 años).

La etapa de transición a la adultez intermedia (40-45 a.) se describe como un momento de reflexión, de concienciación sobre el paso del tiempo y de preparación a la vida intermedia.

Esta idea de crisis de mitad de la vida fue propuesta por **Jacques** = periodo en el que la persona se da cuenta de la inevitabilidad de la muerte, lo que le lleva a replantearse si ha conseguido sus objetivos, y en ocasiones, a romper con la vida que está llevando para poder alcanzarlos.

Los estudios demuestran que sólo se da en un % pequeño de adultos y no siempre entre los 40-45 años (también antes o después). Más que una crisis normativa, es el resultado de acontecimientos idiosincrásicos: divorcio, muerte de familiar, pérdida de trabajo, enfermedad.

Además, esta crisis es más probable en aquellos que puntúan alto en neuroticismo.

3.2.2. Integrando diferentes visiones de la mediana edad

Dos visiones de la adultez: como época de estabilidad (hasta la 2ª mitad s. XX) y como época de crisis y reevaluación (más recientemente). ¿Cómo conjugarlas?

Opciones de **Lachman** (2004):

- a) Estabilidad y crisis como los dos extremos de un continuo: para la mayoría, la adultez es una época no estable, pero los cambios no derivan en auténticas crisis.
- b) La estabilidad y el cambio pueden representar diferencias individuales.
- c) La relación entre estabilidad y crisis puede seguir el esquema secuencial de Erikson y Marcia al describir el logro de la identidad. Los jóvenes adultos ajustados son los que durante la adolescencia han logrado la identidad. Y además, las crisis son necesarias para conseguir un desarrollo positivo y un logro más avanzado.
- d) Una persona puede tener crisis parciales en algún terreno, mientras que la estabilidad predomina en otros.

Climo y Stewart (2003):

- a) En la adultez media se realiza un balance de la vida pasada en términos de la vida que aún queda por vivir: la muerte es un elemento motivador para potenciar la generatividad (no solo el crecimiento interior).
- b) Los 50 años en la mujer está en la flor de la vida

Para ellos, la adultez media es el momento de mayor sentido de competencia, mayor eficacia y confianza en uno mismo: apoyan la idea de Erikson de la adultez como momento generativo: sobre las personas de esta edad recae el peso principal de la sociedad.

4.- RELACIONES FAMILIARES EN LA VIDA ADULTA Y LA VEJEZ.

En nuestra sociedad la forma de vida más común es la familia biparental con hijos.

4.1. El enamoramiento

A partir de la pubertad, deseo sexual hacia otros, y durante la adolescencia, chicos y chicas suelen experimentar en relaciones de pareja, hasta que el compromiso y la intimidad ejercen un papel más fuerte que el estatus social de “tener pareja”.

Sternberg (1988) define el amor con 3 componentes: compromiso, intimidad y pasión.

- **Pasión:** componente motivacional y de activación del amor.
Expresión de deseos y necesidades. Se relaciona con la sexualidad en la pareja, en un deseo intenso de unión. Es muy clara en la época del enamoramiento (=etapa de éxtasis y euforia, de arrebatos físicos, cognitivo y emocional que no permite conocer a la otra persona)
- **Intimidad:** componente emocional del amor.
Comunicación íntima con el otro, preocupación por él, y entrega de sí mismo. Muchas relaciones de amistad pueden caracterizarse por la intimidad.
- **Compromiso:** componente cognitivo del amor.
Decisión de amar al otro y mantener ese amor en el tiempo. Lleva tiempo, va creciendo con el cariño mutuo, capacidad de perdonar y de compartir sentimientos y posesiones.

De la combinación de estos 3 elementos surgen diferentes formas de amor:

CLASE DE AMOR:	PASION	INTIMIDAD	COMPROMISO
GUSTARSE		X	
ENAMORAMIENTO	X		
AMOR VACÍO			X
AMOR ROMÁNTICO	X	X	
AMOR FÁTUO	X		
AMOR COMPAÑERO		X	X
AMOR CONSUMADO	X	X	X

La relación de pareja puede comenzar *gustándose* para pasar al *amor romántico* y conseguir finalmente el *amor consumado*, pero también puede comenzar con *enamoramiento* pasando luego a un *amor fatuo*.

En España, **Yela (1997)** sostiene que la evolución más frecuente es pasar del *enamoramiento* al *amor pasional* y finalmente al *amor compañero*.

El ideal de *amor consumado* es difícil de conseguir y mantener, por lo que en las relaciones de amor (pareja, padres-hijos, amigos) suele primar un polo sobre los otros.

Filtros por los que se pasa antes de encontrar a la persona con la que se compartirá la vida.

- 1) Proximidad física: es necesario encontrarse y pasar tiempo juntos
- 2) Atractivo físico: desde la filogenia:
 - las mujeres buscan hombres fuertes que aseguren la supervivencia, por lo que se sienten atraídas por hombres inteligentes, ambiciosos, con prestigio y fuerza física.
 - Los hombres buscan mujeres fieles, jóvenes y atractivas, asegurándose una prole sana.

Pero no hay acuerdo al respecto. La sociedad occidental no es la sociedad tribal.

- 3) Similitud: similar estatus, nivel educativo, ideología política, raza, cultura y religión. Esto propicia la ausencia de conflictos importantes en la pareja.
- 4) Reciprocidad: se escoge a otro que ha tenido “el buen gusto” de fijarse en uno mismo.

4.2. El matrimonio y los hijos

4.2.1. El matrimonio

La edad del matrimonio se ha retrasado considerablemente en las últimas décadas.

2007: 31 años para las mujeres y 34 para los h. (1980: 24 y 26 años).

Esto es ejemplo de los cambios normativos relacionados con la historia.

Factores: el “boom” demográfico de los últimos años del franquismo y los primeros de la democracia, inmigración, desempleo años 80 y 90, subida precios vivienda. Además, incorporación de la mujer al mundo del trabajo y su deseo de progresar antes de contraer matrimonio y tener hijos.

Los primeros años de convivencia son la etapa más feliz de la pareja y al tiempo la de mayor tasa de divorcios.

Es el momento de acomodarse al otro, establecer modelos de comunicación y adopción de decisiones, buscar estabilidad laboral, etc.

Superada la fase de ajuste y lograda estabilidad en los estilos de relación y económica, suelen venir los hijos.

4.2.2. La transición a la maternidad y a la paternidad

Uno de los hitos evolutivos más importantes de la adultez.

El nacimiento de un hijo no es para la inmensa mayoría un momento para reforzar el vínculo de pareja. En general, los que se llevaban bien se seguirán llevando bien, pero el estrés del momento hace que muchas parejas se distancien y empeoren sus relaciones.

Tras el nacimiento de cada hijo, los miembros de la pareja radicalizan sus roles tradicionales (Abrahams, Feldman y Nash, 1978, Katz-Wise, Priess y Hyde, 2010): las madres ocupan cada vez más tiempo en el cuidado de la prole y el hogar, y los padres se centran en la búsqueda de recursos y desempeño profesional. Explicaciones:

- a) teorías evolucionistas: la gestación, el parto y la lactancia son tareas exclusivamente de la madre: la filogénesis prepara a las mujeres para el cuidado de los hijos, y a los hombres les da fuerzas para conseguir los alimentos.

- b) Teoría de la estructura social: también la presión social y las elecciones individuales ejercen influencia a la hora de establecer los roles en la familia.

Con el nacimiento de los hijos aparece lo que las feministas llaman “la doble jornada laboral”. Otras mujeres optan por reducir su jornada laboral o abandonar su puesto para dedicarse a la crianza.

Incluso en familias con reparto de labores igualitario, tras el nacimiento se produce la tradicionalización de los roles, aunque menos acusadamente.

- c) Las *diferencias sociales* objetivas asociadas al género (Smith y Reid, 1986): peores salarios para las mujeres, peores trabajos. Según ellos, es más fácil que ellas dejen el trabajo porque la pérdida económica para la familia es menor. Al tiempo, ellos compensan la bajada de ingresos trabajando más horas o buscando un ascenso.

Las personas que mejor se ajustan a esta transición son las que tienen más recursos económicos y sociales.

Las familias con miembros andróginos conjugarán de forma más equitativa las labores profesionales y del hogar.

4.3. El nido vacío.

Es la emancipación de los hijos. Buena parte del trabajo y preocupaciones de la madre se han ceñido a la crianza, y cuando se emancipan los hijos, puede aparecer la sensación de no saber qué hacer con su nueva vida. Los hombres pueden sentir culpa al considerar que no estuvieron disponibles durante su educación.

Sin embargo, en general, el proceso es visto como un auténtico alivio y no como una pérdida (=menos preocupaciones, más tiempo libre, retomar la relación de pareja). Depende de los roles desempeñados hasta entonces y del momento de la independencia.

Los padres no llegan nunca a ser “padres honoríficos” (Schaie y Willis, 2003), sino que continúan con su papel real de padres. Suelen ayudar a sus hijos recién emancipados económicamente, y en el cuidado de los nietos.

La salida de los hijos del hogar coincide con una renegociación y flexibilización de los roles en la pareja, que se acentuará con la llegada de los nietos. El varón puede querer ocupar con los nietos el papel que no ocupó con sus hijos, y la mujer aprovechar para realizar tareas pendientes.

4.4. La generación sándwich.

Fenómeno nuevo: padres que aún cuidan a sus hijos y deben comenzar a cuidar a sus padres.

La mayoría de los ancianos son autónomos. Cuando requieren atenciones, el principal cuidador es otro anciano (la pareja), y en su ausencia, un hijo (más bien una hija). El % de mayores en instituciones es bajo. Los hijos adultos ayudan a sus padres mayores aportando:

- a) Apoyo emocional: escucha y participación en sus relaciones sociales.
- b) Apoyo instrumental: ayuda para hacer la compra, llevar la economía del hogar, llevarles en coche, organizan medicamentos si están impedidos, etc.
- c) Actúan de intermediarios entre la sociedad y los ancianos: trámites.

Estas tareas suelen recaer en las mujeres: el tiempo lo obtienen a costa de su tiempo personal (ocio y vida social). Se realizan por:

- a) solidaridad familiar “quiero a mi padre y lo necesita”
- b) por reciprocidad: “mi padre lo ha dado todo por mí”
- c) por obligación o imperativo social: es la presión social.

En los casos extremos, ser cuidador informal influye en la salud física y psíquica del cuidador, que a veces incluso abandona su trabajo. Sentimientos de frustración, soledad, culpa, dolor e ira. Pero también puede reportar satisfacciones y respeto hacia uno mismo por tener la sensación de estar haciendo lo que debe. Cuidar a los mayores puede ser una tarea reconfortante y catalizadora de cambios positivos en la personalidad de los adultos de mediana edad (deseo de generatividad).

5. LA VIDA LABORAL

El trabajo aporta una forma de vida y dinero para mantenerse. Pero la carrera profesional es mucho más que eso. El mundo laboral es tb. un entorno que ayuda a formar nuestra propia identidad.

5.1. En busca de un trabajo

Uno de los principales objetivos del adulto joven es encontrar un trabajo que permita la generatividad (Erikson, 1982) y suficiente dinero para poder vivir de forma independiente de su padres.

Por ello, los jóvenes buscadores de empleo escogen puestos de trabajo bien remunerados, relegando la satisfacción con el mismo, mientras que los adultos mayores prefieren ocupar puestos menos remunerados pero con mayor satisfacción laboral

Actualmente, el adulto joven sabe que no tendrá un puesto asegurado para toda la vida laboral.

La familia tiene influencia en el trabajo que el joven encontrará:

- a) directamente: le ofrece red social de apoyo, o le insta a ocupar un determinado puesto.

b) indirectamente: facilitando el acceso a la formación (o lo contrario), promoviendo el compromiso y la laboriosidad, o a través de los valores propios del estatus social.

Respecto a esto último, los padres de clase media o alta, con trabajos que requieren de autonomía, iniciativa y creatividad, valoran y apoyan la iniciativa e independencia de sus hijos, mientras los padres obreros tienden a valorar la obediencia y la conformidad en sus hijos.

El grado de transmisión de valores relativos a la profesión de padres a hijos es mayor en el caso de profesiones liberales que en el caso de familias obreras, lo que facilitaría el cambio social.

5.2. El estatus laboral

Decidir: Sueldo (factor extrínseco) vs calidad de la vida laboral (factor intrínseco) que se determina por la capacidad de controlar los horarios laborales, las relaciones personales en el lugar de trabajo (especialmente las mujeres con el jefe), la calidad de la organización en la que se trabaja, la naturaleza del trabajo o la posibilidad de conciliar.

Existen diferencias de género y de igualdad de oportunidades, lo que ha transformado en nuestro entorno la vida no sólo laboral, sino también familiar.

Trabajo de Barnett (1997):

Las teorías del ciclo vital vistas (Erikson, Havirghurst, Levinson) se centran en la vida del hombre, en la que el trabajo remunerado ocupa un rol central.

Levinson: los escalones de la vida adulta (entrada, asentamiento y culminación) se definen en función de si se ha conseguido un puesto que la persona cree que le corresponde, si se ha asentado en el puesto social y laboral, y si se ha llegado a un puesto con las responsabilidades y beneficios que reporta ser un miembro senior de la sociedad.

No lograr la realización profesional va asociado al sentimiento de fracaso personal. Por el contrario, las primeras teorías, en el caso de tener en cuenta a las mujeres, asumen que ellas logran la realización personal a través de la maternidad y el rol de esposas.

Sin embargo, los cambios sociales han llevado a que los roles se flexibilicen y las mujeres han llegado al mercado laboral.

Las mujeres actuales siguen teniendo mayor esperanza de vida que los hombres, a pesar del trabajo.

Y además, las que tienen trabajos remunerados se muestran más saludables (más salud mental) que las que sólo trabajan en casa: tienen mayor sensación de bienestar subjetivo y padecen menos depresiones.

Las ventajas de trabajar fuera del hogar para la salud psicológica de las mujeres se dan en todos los casos, pero más aún cuando ocupan puestos de responsabilidad.

Los datos empíricos muestran que no hay relación entre rol profesional de la mujer e infelicidad marital o desajuste de los hijos.

Frente a la hipótesis de la escasez de recursos que argumentaba que las energías de las personas son limitadas y que quienes tienen un trabajo no tienen energías para ser al mismo

tiempo un buen esposo/a y padre/madre, la hipótesis de la expansión parece explicar mejor los resultados empíricos: adoptar diferentes roles en la vida permite ganar autoestima, sentido de competencia, prestigio, reconocimiento social y remuneración económica, tanto en el hombre como en la mujer.

5.3. La jubilación

No es un corte brusco, sino una transición que se da poco a poco. Atchley propone cinco fases (tabla pág. 425):

1. Prejubilación
2. Jubilación:
 - a) Luna de miel
 - b) Descanso y relajación
 - c) Continuidad
3. Fase de desencanto
4. Fase de reorientación
5. Fase de estabilidad

No son fases secuenciales, ni todos pasan por ellas. En España, p.ej.:

- pocos pasan por la fase de prejubilación.
- El 40% de los jubilados se adentraron directamente en la fase del desencanto.
- Las fases más frecuentes (70%) fueron las de reorientación y estabilidad (Aimerich, Planes y Gra, 2010).

También hay otros estudios que mantienen que la mayor parte de los jubilados pasa por la luna de miel.

El paso por el cambio normativo asociado a la edad que supone la jubilación estará relacionado con cambios normativos asociados a la historia: así ocurre, p. ej., en las prejubilaciones a los 55 años, o el retraso por ley de la edad de jubilación

Por otro lado, la posibilidad de *trabajos puente* proporciona satisfacción laboral y personal, y aumento de la calidad de vida.

5.3.1. Adaptación a la jubilación

Revisión de **Madrid y Garcés** (2000). Factores implicados:

a) Vida marital: estar casado se asocia a mayor satisfacción vital, más actividades de ocio, mejor salud física y psicológica. También se reduce el estrés laboral, por lo que aumenta la calidad de vida marital. Es la segunda luna de miel: mucho tiempo juntos, se re-conocen, se valoran. Además, mayor redistribución de roles, por lo que la mujer tiene más tiempo libre y aumenta su satisfacción marital.

b) Salud: propia, del cónyuge y de familiares cercanos. Si existe dependencia de la pareja o algún hijo, o mala salud, el retiro se vivirá negativamente.

A veces, hay jubilación anticipada por enfermedad de familiares.

¡¡No hay relación entre jubilación y empeoramiento de salud: esta dependerá del estilo de vida anterior.

c) Estatus profesional:

- Quienes han ejercido ocupaciones de mayor estatus y nivel educativo parecen ajustarse mejor a la jubilación

- Los de menor estatus tiene más problemas para mantener el estatus económico, posición social, o encontrar respeto.
Los primeros prevén continuidad, y los segundos no se imaginan qué harán durante la jubilación.
 - Los que tenían puestos que necesitaban de relaciones interpersonales se jubilan más tarde y sienten mayor bienestar tras la jubilación.
- d) Sentir que no se han alcanzado las metas profesionales, estresores continuos o la imposibilidad de tomar decisiones en el trabajo se asocian a una transición complicada a la jubilación.
- e) Apoyo social por parte de familiares, amigos, grado de congruencia entre expectativas del jubilado y de las personas que le rodean.
- f) Recursos económicos.

Resumiendo: Los que mejor se ajustan al retiro son aquellos con mejores recursos económicos, mejores trabajos y estatus social, cuyo trabajo les ha permitido un estilo de vida más saludable y que pueden mantener un estilo de vida similar al laboral.

6. ENFRENTAMIENTO DE LA MUERTE

Bayés ha acompañado a muchos durante la enfermedad terminal y la muerte. A partir de ello define a la persona como el conjunto de aquellas situaciones que ha experimentado a lo largo de la vida, de las decisiones que ha tomado, de las relaciones personales que ha tenido, todo ello dentro de un entorno específico y en busca de una felicidad constante. Considerar la muerte como una tarea evolutiva permite considerar a la persona que muere de forma holística, contrarrestando la fuerte medicalización occidental de la muerte.

6.1. Factores que afectan la forma de enfrentar la muerte

Los protagonistas: quien lo vive en primera persona y todos aquellos que forman su mundo, su vida.

Factores que influyen:

- a) **Momento evolutivo:** La familia de un fallecido joven sufre más y la recuperación es más difícil.
En la adolescencia y joven adultez son frecuentes las conductas de riesgo y la accidentalidad con resultados mortales elevada. Con la transición a la vida adulta, el matrimonio y los hijos, nos ocupamos por nuestra salud física.
Según avanza la vida aumentan las posibilidades de morir uno mismo o los cercanos. Los ancianos piensan más en la muerte, pero la temen menos, muestran menos ansiedad que los jóvenes.
- b) **Plenitud alcanzada:** los sabios afrontan la muerte con más serenidad que quienes no han llegado a la plenitud.

- c) Significado cultural: el budista considera la muerte como parte de la vida, tendrá a los familiares cerca y no tomará medicamentos. El católico espera una vida mejor tras la muerte. El ateo occidental considera que tras ella solo queda el vacío.

6.2. El proceso de la muerte: el trabajo de Kübler-Ross

En 1969 describió 5 etapas al enfrentarnos a la muerte.

1. **Negación:** aparece con frecuencia. Puede ser total ("no me estoy muriendo") o parcial ("no todo el mundo con metástasis se muere") Efecto indeseable: no se habla de la muerte ni de la enfermedad. Hoy se reconoce el derecho del paciente a conocer su muerte inminente, a hablar de ello abiertamente y a estar acompañado de sus seres queridos.
2. **Ira:** "¿Por qué yo?".
3. **Negociación:** La persona pide a Dios, al diablo o al destino vivir o que se retrase la muerte. Se vuelve "dócil".
4. **Depresión:** suele surgir con el recrudecimiento de los síntomas. Dolor acompañado de desesperanza.
5. **Aceptación:** la persona no está feliz, pero tampoco triste.. Momento de aceptación comprensión y serenidad.

Crítica a Kübler-Ross: la muestra era de enfermos de cáncer suizos de mediana edad (no es representativa de todas las culturas ni edades).

Otras investigaciones demuestran que las etapas son posibles pero no necesarias.

La muerte también se ha conceptualizado como etapa evolutiva con retos a afrontar que se organizan en forma de pirámide de **Maslow**.