

Verano de investigación, relato de experiencia de un estudiante de enfermería

Ricardo Lara Pérez³⁰, Raúl Fernando Guerrero Castañeda³¹.

Resumen: El estudiante de enfermería precisa un acercamiento a la investigación que le permita ampliar su visión del mundo del cuidado, esta experiencia se puede ver reforzada con el contacto con investigadores y en México se brinda esta oportunidad a través de la experiencia en Veranos de Investigación. El objetivo del presente artículo es relatar la experiencia vivida en un verano de investigación con un investigador durante ese periodo.

Metodología: Se trata de un relato de experiencia de un estudiante en un verano de investigación llevado a cabo en los meses de junio-julio de 2016 en una institución de educación superior.

Resultados: El estudiante acudió a actividades planeadas con un investigador en el área de investigación al adulto mayor, se llevó a cabo búsqueda de literatura, colecta de datos, análisis de los datos recabados y elaboración de informe final. Las actividades correspondieron a un proyecto de investigación en un centro gerontológico, además de participar con los adultos mayores, el estudiante logró adquirir habilidades y conocimientos en investigación. El licenciado en enfermería debe adquirir en su formación la competencia necesaria para la investigación, de manera que le permita desarrollar el observar los fenómenos y describirlos, apoyado por investigadores que le faciliten el proceso de aprendizaje.

Conclusión: Los veranos de investigación acercan a los estudiantes de enfermería a la investigación mediante la experiencia con un investigador experto que guía al estudiante y de igual manera ejerce la motivación para este proceso; vinculando el cuidado con el proceso científico.

Palabras clave: Investigación en Enfermería, Educación en Enfermería, Programas de Graduación en Enfermería (Fuente: DeSC BIREME)

30 Estudiante Licenciatura en Enfermería, Universidad de Guanajuato, Campus Celaya-Salvatierra. E-mail: drlpr@hotmail.com

31 Enfermero. Profesor Investigador del Departamento de Enfermería Clínica, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato. E-mail: ferxtom@hotmail.com

Summer research, experience report of a Nursing student

Abstract: *The nursing student needs an approach to research that allows him to broaden his vision of the world of care, this experience can be seen reinforced by the contact with researchers and in Mexico this opportunity is provided through the experience in Summers Research. The objective of the present article is to relate the experience lived in a Summer of Research with a researcher in nursing.*

Methodology: *It is an experience report of a nursing student in a summer research conducted in the months of June-July 2016 at an institution of higher education.*

Results: *The student went to planned activities with a researcher in the area of research to the elderly, was carried out literature search, data collection, analysis of data collected and preparation of final report. The activities corresponded to a research project in a gerontological center, besides participating with the elderly, the student managed to acquire skills and knowledge in nursing research. The nursing student must acquire in his training the necessary competence for the research, in a way that allows him to develop observing the phenomena and to describe them, supported by researchers that facilitate the learning process.*

Conclusion: *The research summers bring nursing students closer to research by experimenting it with an expert researcher who guides the student and also exerts motivation for this process; linking care with the scientific process.*

Key words: *Nursing Research, Education, Nursing (Source: DeCS BIREME)*

Introducción

La investigación científica, en conjunto con la educación superior, constituyen hoy en día elementos fundamentales para el desarrollo cultural, social, económico y ecológico de las naciones. Siendo la primera de estas, un proceso ineludible para el progreso de la profesión de enfermería, al adquirir nuevos conocimientos teóricos y sus posibles aplicaciones prácticas.

La investigación en enfermería tiene el propósito de optimizar los cuidados enfermeros y mejorar las políticas de salud de México y otros países; adquiriendo el compromiso de formar investigadores e incentivar a los estudiantes por medio de la enseñanza de una metodología de investigación en enfermería.

La investigación no solamente genera conocimiento científico, sino ayuda en el proceso de socialización, es decir, que los resultados de las investigaciones sean divulgados a la comunidad enfermera para lograr el desarrollo continuo y la autonomía de la profesión (1).

Para lograr esto, es necesario fortalecer el ámbito investigativo en el país, y es por ello que diversas dependencias vinculadas con la investigación anualmente convocan a estudiantes del nivel superior y profesores del nivel medio superior y superior a participar en Veranos de Investigación; los cuales tienen por objetivo despertar y fortalecer las vocaciones y los conocimientos científicos y tecnológicos de los participantes del estado de Guanajuato (2).

El proyecto para el Verano Estatal de Investigación en el cual se participó, se

vinculaba temáticamente con los adultos mayores, llevándose a cabo en el municipio de Celaya dentro del periodo comprendido del 27 de junio al 29 de julio del presente año. Los participantes fueron elegidos de un grupo de convivencia de un Centro Gerontológico en la Ciudad de Celaya, Guanajuato, México.

Por lo tanto, el objetivo del presente artículo es relatar la experiencia vivida en un verano de investigación con un investigador durante ese periodo.

Relato de experiencia

La emoción se hizo presente en el estudiante de la Universidad de Guanajuato cuando, cerca de la fecha de inicio del Verano de Investigación, recibió la invitación a participar en un proyecto dentro de la línea de investigación de Cuidado al Final de la Vida, y así, comenzaba una nueva odisea.

Todo sucedió tan rápido, un día se encontraba sentado revisando afanoso la convocatoria, al otro, en extenuantes trámites gubernamentales, y en un efímero instante, había sido aceptado. Llegado el día 27 de junio, un novato entraba en la oficina del asesor investigador.

Sería una labor que requeriría algo más de su parte: dedicación. Durante la primera semana lo difícil era probablemente la búsqueda de artículos, ya que el estudiante no estaba familiarizado con las bases de datos y realizaba las búsquedas mediante un procedimiento lento, pero al menos, conseguía información relevante respecto a la temática, aunque eso no aminoraba su sensación de frustración.

Y ahí es donde el asesor aparece para

acompañar al estudiante. Durante el transcurso del día el asesor le explicó cómo realizar la búsqueda de una manera más organizada, filtrar resultados, utilizar operadores booleanos y a familiarizarse con nuevas bases de datos. Y así, poco a poco, las referencias bibliográficas se incrementaban, y con ello, el nivel de satisfacción del estudiante, el cual lograba un progreso sustantivo.

Cabe mencionar que la búsqueda de información no solamente terminaba con leer la misma, sino que era necesario realizar un documento donde se colocarían los principales resultados encontrados, era conveniente tener estos datos para realizar la discusión del proyecto. El estudiante prestaba tanta atención como le era posible, asimilaba información cual esponja dentro de la inmensidad del mar, aprovecharía cada instante de aprendizaje.

Transcurrieron un par de días y tanto el asesor como el estudiante acudieron a presentarse a la institución donde se llevaría a cabo el trabajo de campo. Una estancia con al menos treinta adultos mayores regocijados en el comedor o en la sala de actividades, todos platicaban y parecían estar alegres, al menos, se les percibía más felices que gran parte de los adultos mayores que se tiene la costumbre de ver hoy en día: personas tristes y con múltiples malestares. Una vez que los investigadores se reunieron con la Directora y de presentarse ante los asistentes, ésta les otorgó permiso de recorrer y conocer la estancia.

El lugar no era muy grande, pero sí lo suficiente como para tener diversas actividades como aerobics, yoga, baile

folclórico, manualidades y talleres de lectura y oración. Un pequeño gran lugar, un mundo de distracción y recreación para personas que buscaban hacer algo más con su vida, la cual creían no se había extinguido, no querían permanecer quietos, todo el día viendo televisión en casa o pasar tiempo en soledad. Ese lugar era distinto, se sentía vida.

Después de varios días, al fin tenían las listas de los asistentes regulares, ciento sesenta y ocho eran los elegidos que se considerarían en la población a investigar. El estudiante estaba muy emocionado, ¿quiénes serían? ¿Qué les gustaba hacer en aquel centro? Estas eran sólo un par de preguntas que se arremolinaban en su pensamiento de vez en cuando. Sin embargo, esa cantidad de participantes era la total, necesitaban obtener una muestra. El asesor le explicó al estudiante cómo obtener la muestra aleatoria probabilística y posteriormente, los números aleatorios de los participantes, el estudiante comenzaba a cuestionarse si todos los adultos mayores aceptarían ser parte de la investigación.

Pero cuando menos lo acordaba, ya estaba de pie frente a la puerta de la institución, aun no era medio día, la mañana era agradable, sol y poco viento, perfecta para iniciar la colecta de datos. Al principio, el estudiante no tenía idea de cómo acercarse a los adultos mayores. ¿Y si se sentían hostigados por una presencia extraña? ¿Y si no querían participar? Todo un desafío, pero no importaba, le gustaba estar en ese lugar, sabría cómo hacerlo y si no, no importaba, existirían nuevas oportunidades.

El estudiante acudió con el personal directivo quien amablemente lo presentó

frente al grupo una vez más. Tímidamente sacó su lista de asistentes y comenzó a mencionar a los participantes, la primera participante de la lista no estaba, se había ausentado por varios días. Pasó a la siguiente, una mujer sentada justo frente a él se levantó de su silla y amablemente le dijo “¿A dónde nos vamos joven?”. Era fantástico como los adultos mayores respondían y accedían a participar, normalmente las personas no quieren ser parte de una investigación, pero ellos, se mostraban emocionados.

Después de haberle explicado a la señora en qué consistía el estudio, ésta consintió contestar sin merodeos. El estudiante fue leyendo cada ítem detalladamente, cosa que le llevaba algo de tiempo, pero más valía que las personas entendieran las preguntas, así que no le prestó demasiada atención al reloj. De repente, una señora se acercó con curiosidad a la pareja y con inquietud preguntó: “¿Y eso qué es? ¿Es del gobierno?”; el estudiante no pudo más que sonreír- “No señora, vengo de la Universidad, les estoy haciendo preguntas para un estudio”- “Ah, ¿pero ahora si nos van a cumplir la dispensa?”- tenía que reír- “No señora, yo no soy del gobierno”.

Era una característica peculiar, en un inicio, los participantes tenían la certeza de que eran trabajadores del gobierno y que se les otorgarían incentivos si participaban en la entrevista.

Una vez que la señora entrevistada cordialmente le pidió a su compañera que se retirara, pudieron continuar. Y en no más de diez minutos, el estudiante había obtenido su primer cuestionario contestado, se sentía triunfante. Pasados los días de lectura, el trabajo de campo

era reconfortante, estar rodeado de personas con cientos de historias lo motivaba a seguir, ¿qué encontraría?

El estudiante tuvo oportunidad de convivir con ellos en diferentes actividades como: honores a la bandera, talleres de lectura, baile, oficios religiosos, en el comedor durante el desayuno y en diversos convivios por cumpleaños.

Dentro de la convivencia resaltaba la necesidad de los participantes a expresar sus vivencias, tenían una predisposición a contar anécdotas, toda su vida si era posible, y al estudiante le intrigaban cada una de las historias que le narraban, cual más triste o alegre experiencia.

De igual manera, en esa convivencia, afloraba la pasión del adulto mayor por querer realizar alguna actividad recreativa y esa emoción se contagiaba en el estudiante, quien dentro de sus posibilidades, procuraba pasar tiempo con ellos participando en las actividades, mismas que no eran parte de la investigación.

Existía una diversidad asombrosa dentro del mismo grupo, y esas situaciones culturales apasionaban al joven investigador quien aprendía cada día cosas nuevas de personas sabias: cómo era la vida en el municipio antes de que él naciera, a dar opiniones sobre algún tema de interés o cosas triviales como jugar baraja, etcétera.

Pasaban los días, y en general, las personas se mostraban accesibles, aunque había quienes desconfiaban totalmente del estudio, pensaban que era una especie de “trampa” para obtener algún provecho. En esos momentos el estudiante pensaba en

las adversidades que habían sufrido esas personas que los llevaron a desconfiar de los demás. Y hablando de situaciones, existieron tres casos que se grabaron en la memoria del estudiante.

Empezando con un hombre de no más de setenta años, quien pese a su edad avanzada, aún conservaba gran parte de su cabello y una condición física fortalecida por años de trabajo en su propia carpintería. Ahora, un hombre aquejado por la pérdida de la vista y la memoria que un evento traumático lo orilló a tan desafortunada situación: la muerte de un hijo, el menor de tres en un accidente automovilístico. Era incapaz hacer bien su trabajo, la ceguera iba en aumento obligándolo a retirarse. Un hombre experimentando una crisis existencial severa y con la esperanza de recuperar su pasado.

El estudiante no podía hacer nada más que escuchar su historia, tal vez, y sólo tal vez, el desahogarse con un extraño le calmaría el espíritu. Pero no parecía así, el señor se fue relajado de la plática, pero con una mirada ensombrecida por la tristeza. El estudiante casi podía entender por lo que estaba experimentando aquel hombre que lo había perdido todo: salud, familia, trabajo; y una inminente sensación de frustración lo invadió en ese momento, ¿cómo era posible que un hombre que aun podía dar más de sí fuera considerado alguien inútil para la sociedad?

El segundo caso, una señora que fue la vívida representación de un ser anhelando prosperar en la vida, trascender. Un divorcio de una pareja con treinta años de casados y con dos hijos, un pasado que fue olvidado por la infamia del hombre,

un engaño al sacramento del matrimonio. Fue una larga charla, cómo olvidarla, ella le pidió al estudiante un consejo y lo más extraño fue que jamás le aconsejó. Antes y después de realizar la entrevista para el estudio la mujer pedía una orientación, pero siempre terminaba hablando de su actual situación, de lo mucho que amaba aun a su pareja, y quién no lo haría, una vida de treinta años no se puede olvidar cuando se firma un divorcio.

Sin embargo ahí estaba ella, sentada a la mesa, entre risas y lágrimas había hecho un esfuerzo por levantarse de la cama hacía una semana y acudir al Centro a olvidarse del mundo y sus problemas. Y le sentaba bien, estaba encontrando una conexión con las demás personas, empezaba a dejar fluir la separación de su esposo y a mantenerse enfocada en el futuro: “Es difícil, pero aquí me han enseñado muchas cosas y sobre todo, aconsejado”; le decía al joven que tenía enfrente. Una mujer que probablemente no tenía ganas de seguir adelante y que ahora podía vislumbrar un resquicio de luz al final del túnel, una luz tenue era suficiente motivo para progresar en la vida, se había hundido en lo profundo de la desesperación y la combatía victoriosa. Para el estudiante, era como ver actos heroicos en cada adulto mayor, a pesar de las adversidades, encontraban motivación y lograban transmitirla a su entorno. Una larga charla que terminó en una residencia de día vacía por la tarde y una sonrisa en el rostro de aquella mujer, y que al menos para el alumno, aquello valía la pena.

Y finalmente, una mujer que vivía su vida sin importar lo que le sucediera mañana, al menos por las tardes, ella tenía una cita con sus amigos en el Centro. El

grupo más alegre de los grupos del turno vespertino: bailaban, reían, platicaban, jugaban cartas, trataban temas de interés y buscaban superarse. Pero algo había en esa señora que contagiaba a sus semejantes un inmenso anhelo por seguir viviendo. No le importaba si le dolía o no la rodilla al caminar, ella bailaba. El estudiante recuerda una tarde lluviosa en la que no había nadie en el Centro más que tres personas, siendo ella la única integrante de su grupo. No le incomodaba el mal clima y la soledad puesto que comenzó a tararear una canción por veinte minutos, le gustaba estar ahí.

El estudiante se acercó a platicar con ella y ésta lo invitó a jugar cartas, él jamás había jugado cartas pero qué más daba. Platicaron de la vida, bromearon y jugaron por horas.

Ella era una persona a quien no le importaba su apariencia física, sin embargo, procuraba pulcritud y clase en su atuendo así como un poco de maquillaje en el rostro, no descuidaba su aspecto personal. Fue una tarde muy reconfortante para el estudiante, se había percatado del gran tesoro que esconden los adultos mayores y que en muchas ocasiones, era la misma sociedad quien los abandonaba en el exilio. Eso le entristecía en parte al estudiante, pero creía que dentro de cada persona en ese Centro existía un mundo por descubrir, y que había sido parte de un gran proyecto.

Estos eventos constituyeron la recolección de datos; después de ellos, el estudiante y el asesor realizaron el análisis estadístico. En algunas sesiones, el asesor explicó al estudiante el manejo del software

estadístico y la estadística a utilizar en el estudio. Acto paralelo, fue el de realizar la discusión, en la cual, el estudiante hizo uso de los estudios encontrados en la primera etapa del verano para poder elaborarla.

Entre días de análisis estadístico y discusión transcurrió el desarrollo del informe de investigación, en el cual, el estudiante fue capaz de recopilar lo aprendido en el verano. Además, gratificante fue la experiencia humana, que no tuvo interacción alguna con la investigación, pero que ayudó al estudiante a comprender la manera de cómo es el acercamiento a los escenarios de estudio y a los sucesos que conforman la vida de los participantes.

Pasaron los días y el momento para realizar una presentación en la capital del estado había llegado. El día donde se expondrían los resultados obtenidos en las investigaciones con la finalidad de divulgar el material científico y el conocimiento encontrado. En el evento había diversas salas divididas por temáticas, abarcando ciencias tales como: ingenierías, económico-administrativas, de salud, tecnología y software, principalmente. El estudiante creía que esa clase de eventos eran relevantes para incrementar el conocimiento científico en la sociedad, y sobre todo, que la labor de los investigadores mexicanos no quedara en las sombras, sino que rindiera frutos.

La participación del estudiante consistió en una breve ponencia donde explicaba los objetivos planteados en el proyecto, así como el perfil de los principales y los resultados obtenidos, aunada a preguntas por parte de los asistentes.

Así terminó un gran verano de

investigación para el estudiante, algo había cambiado en él y reafirmaba porqué le agradaba la investigación, todo el proceso para encontrar resultados lo llenaba de interés y sin duda, regresaría por más conocimiento. Algo le decía que era sólo el comienzo...

Reflexión teórica

En la actualidad, la investigación en enfermería es importante para la profesión ya que otorga beneficios al usuario, al profesionista y a la sociedad; al incluir la práctica asistencial como una actividad fundamentada en la evidencia, incrementando así el conocimiento que se tiene dentro de la profesión, mejorando los cuidados que se brindan al usuario a la par que se optimizan los recursos y por consiguiente, elevando la imagen social que se tiene acerca de la profesión enfermera (3). De esta manera, se demuestra la evolución constante que se tiene en enfermería, al garantizar una autonomía profesional y en desarrollo permanente.

Se ha visto un incremento de la población en la etapa de la vejez en diferentes países del mundo, y México no es la excepción. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (4), en el país existen 12.4 millones de personas de 60 y más años, representando un 10.4% de la población total. Esta situación ha hecho que las causas de morbilidad y mortalidad sean por enfermedades crónico-degenerativas, obligando a la profesión de enfermería a investigar más sobre este grupo etario con la finalidad de brindar cuidados holísticos y con calidad para los adultos mayores.

Como una medida preventiva en esta dinámica poblacional cambiante, la

Secretaría de Salud crea el Programa de Acción Específica: Atención al Envejecimiento 2013-2018; que tiene como objetivo el establecer una cultura de vida saludable en el adulto mayor. Dentro de este objetivo se encuentra la Estrategia 1.4, la cual pretende establecer modelos de atención gerontológica y geriátrica en el primer nivel de atención con un enfoque multidisciplinario (5).

Se incluyen en éstos, los Modelos de Atención Gerontológica del Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM) (6), que tienen por objetivo el desarrollo integral de estas personas. El INAPAM cuenta con las Residencias de Día, centros que tienen como propósito el brindar una atención integral al adulto mayor, permitiéndole socializar a la vez de permanecer dentro de su núcleo familiar, fomentando la participación activa y el autocuidado.

Las Residencias de Día cuentan con servicios de alimentación, reactivación física, promoción de la salud, estimulación cognitiva, actividades de socialización y aprendizaje, manualidades y eventos cívicos, festejos y conmemoraciones sociales. En la experiencia del estudiante se encontró que el centro gerontológico cuenta con todos estos servicios. En el transcurso de la mañana la institución imparte sesiones de yoga, aerobics y para aquellas personas que no pueden permanecer mucho tiempo de pie, activación física en silla.

Posteriormente, un desayuno apropiado para el adulto mayor, seguido del evento de Honores a la Bandera, un taller de lectura y, una vez a la semana, se imparten misas religiosas. Existen también diferentes

grupos donde se imparten manualidades, clases de baile, de activación mental y juegos de mesa. La institución además cuenta con un servicio médico del Centro de Atención Integral y Servicios Esenciales en Salud (CAISES), el cual acude una vez por semana para valorar el estado de salud de los adultos mayores y detectar oportunamente padecimientos asociados a la edad avanzada. El Centro también fomenta la participación e inclusión social del adulto mayor al incluirlo en eventos municipales ya sea de baile folclórico o de poesía y cuentos.

Todas estas actividades están encaminadas hacia el envejecimiento saludable, un proceso de mantenimiento y desarrollo de la capacidad funcional de las personas a fin de lograr el bienestar en la vejez. Este enfoque presenta tres ciclos de intervención: adultos mayores con capacidad funcional elevada y estable, con deterioro y con pérdida de la misma. Se incluyen objetivos de prevención de enfermedades y promoción de la salud, en los cuales enfermería puede verse involucrada mediante el fomento del autocuidado en las personas de la tercera edad, facilitando de esta manera el desarrollo de habilidades y conocimientos que les permitan ser autónomos, disminuyendo la incidencia de enfermedades y sus posibles complicaciones, e incluyendo a este sector poblacional dentro de la sociedad, generando una sensación de bienestar en el adulto mayor (7).

Existe una teoría en Enfermería que busca el bienestar del adulto mayor mediante la promoción de la autotrascendencia: La Teoría de la Autotrascendencia de la Dra. Pamela Reed. Creada en 1991, define la autotrascendencia como “una ampliación

de los límites autoconceptuales de forma multidimensional”; considerada esta ampliación más bien como una fluctuación intrapersonal, al percatarse de la propia conciencia; interpersonal, reflejada en la convivencia con los demás y con el entorno; y temporal, ya que el adulto mayor integra las experiencias pasadas y los sueños futuros con el fin de ampliar y reforzar su presente. No obstante, se incluye un aspecto más, el transpersonal, el cual consiste en la conexión mística con dimensiones o entidades superiores más allá de lo mundano (8).

El proceso de investigación en base a las teorías de enfermería se basa en la búsqueda de conocimiento que permita llenar vacíos en la disciplina que lo ejerce, de tal manera que fomente las bases científicas en diversos niveles: filosóficos, teóricos, prácticos. La enfermería reconoce que la investigación debe aportar conocimiento y además, que este conocimiento tenga repercusión en la práctica del cuidado (9).

El licenciado en enfermería debe adquirir en su formación la competencia necesaria para la investigación, de un modo que le permita desarrollar el observar los fenómenos y describirlos, apoyado por investigadores que le faciliten el proceso de aprendizaje en el desarrollo de investigación. De esta manera, tiene acceso a la puesta en práctica de sus capacidades para poder aprehender de los fenómenos que competen a su disciplina (1).

Conclusiones

Es necesario que la profesión encargada del Cuidado esté cualificada para atender a la población de adultos mayores, quienes están adquiriendo mayor auge

en la sociedad, reflejado en los cambios morfológicos de la actual pirámide poblacional. Una población vulnerable que está en proceso de trascender, y sin embargo, muchos de ellos viven situaciones que obstaculizan este ciclo y por consiguiente, repercute en una población envejecida y en decadencia.

La profesión de enfermería generará conocimiento para atender a esta población a través de la práctica de la investigación, por lo cual, los estudiantes de enfermería deben ser motivados para acceder al proceso de investigación que les permita, además de reforzar el conocimiento metodológico, una aproximación a la realidad para observar los fenómenos necesarios de ser estudiados.

Los veranos de investigación son esas oportunidades que acercan a los estudiantes de enfermería a la investigación a través de la experiencia con un investigador experto que guía al estudiante y de igual manera ejerce la motivación para este proceso. Asimismo, se vincula el cuidado con el proceso científico, lo que otorga a la enfermería un soporte ante los fenómenos que experimenta.

Referencias

1. Orellana, A, Sanhueza A. Competencia en investigación en enfermería. *Cienc. enferm.* [Internet]. 2011; 17(2): 9-17. [citado Enero 12 de 2017]. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532011000200002&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532011000200002>.
2. Secretaría de Innovación, Ciencia y Educación Superior [página en la internet]. Guanajuato: Secretaría de Innovación, Ciencia y Educación Superior; 2016 [Acceso Diciembre 17 de 2016]. Disponible en: <http://www.concyteg.gob.mx/verano#>
3. Varela MD, Sanjurjo ML, Blanco F. La investigación en enfermería. Rol de la enfermería. *ENFURO* [internet] 2012;(121):19-21. [Citado Diciembre 17 de 2016]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4093900.pdf>
4. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Estadísticas a propósito del día internacional de las personas de edad (1 de Octubre). Aguascalientes: INEGI; 2016. Disponible en: http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/edad2016_0.pdf
5. Secretaría de Salud. Programa de Acción Específico: Atención del Envejecimiento 2013-2018. Programa Sectorial de Salud 2013-2018, (2014). Disponible en: http://www.cenaprece.salud.gob.mx/descargas/pdf/PAE_AtencionEnvejecimiento2013_2018.pdf
6. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. Modelos de Atención gerontológica, INAPAM; México, DF. 2011 [Acceso Diciembre 21 de 2016]. Disponible en: [http://www.inapam.gob.mx/work/models/INAPAM/Resource/Documentos_Inicio/Libro_Modelos_de_Atencion_Gerontologica_\(web\).pdf](http://www.inapam.gob.mx/work/models/INAPAM/Resource/Documentos_Inicio/Libro_Modelos_de_Atencion_Gerontologica_(web).pdf)
7. Leiton ZE. El envejecimiento saludable y el bienestar: un desafío y una oportunidad para enfermería. *Enfermería Universitaria* [Internet] 2016;13(3):139-141. [Citado Diciembre 21 de 2016]. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-universitaria-400-articulo-el-envejecimiento-saludable-el-bienestar-S1665706316300239>
8. Coward DD. Teoría de la autotrascendencia. En: Alligood MR, editor. *Modelos y teorías en enfermería*. Barcelona: Elsevier; 2014. p. 558-70
9. Fawcett J. Tendencias de investigación en enfermería. *Aquichan.* 2014;14(3):289-93. <http://dx.doi.org/10.5294/aqui.2014.14.3.1>