

Cómo citar este artículo en Chicago: Araujo, Brigitte. "Del uso sensato de los recursos naturales: una visión ecológica integral de la vida". *Escritos* 31, no. 67 (2023): xx-xx. doi: <http://doi.org/10.18566/escr.v31n67.a01>

Fecha de recepción: 19.07.2022
Fecha de aceptación: 04.02.2023

Del uso sensato de los recursos naturales: una visión ecológica integral de la vida¹

On the sensible use of natural resources: a comprehensive ecological vision of life

Brigitte Milane Araujo Vargas² 

RESUMEN

El presente artículo tiene por objeto reconocer la Ecología Integral en su relación entre hombre, naturaleza y sociedad, como base para el uso sensato, adecuado y oportuno de los recursos naturales. Se trata de implementar una visión integral de la vida y su relación con el cosmos con el fin de afinar una conciencia ética que estimule una nueva forma de vivir y estar en el mundo. La revisión documental sobre el tema y el aporte del papa Francisco en su Carta Encíclica *Laudato Si'* se convierte en el insumo básico para lograr esta visión. Cualquier momento de la vida requiere cuidado y atención de las ciencias en general y de las ciencias humanas en particular, llamadas a fortalecer con sus conocimientos, estrategias y recursos, el desarrollo de la personalidad y su ubicación en el contexto medio ambiental, por lo que interesarse por construir ambientes propicios que estimulen estilos de vida saludable, en perspectiva de ecología integral, es una responsabilidad que implica conciencia de sí mismo, uso adecuado de recursos naturales, aprovechamiento de los aportes científicos y la práctica de principios éticos, estéticos y morales durante el desarrollo de la vida; por lo tanto, hacer conciencia del cuidado y conexión con la naturaleza significa reconocer la unidad del ser humano y el cosmos, apreciar las etapas evolutivas de la vida y actuar en consecuencia, con conocimiento y sabiduría.

Palabras clave: Ecología integral; Conciencia; Humanidad; Recursos naturales; Vida.

ABSTRACT

The purpose of this article is to recognize Comprehensive Ecology in its relationship between man, nature and society, as a basis for the sensible, adequate and opportune use of natural resources. It is about implementing a comprehensive vision of life and its relationship with the cosmos in order to refine an ethical conscience that stimulates a new way of living and being in the world. The documentary review on the subject and the contribution

1 Artículo de reflexión vinculado al proyecto de investigación "Ética Ecológica Integral: de la armonía de la cuaternidad a la construcción de la justicia y la paz", desarrollado por la Universidad Pontificia Bolivariana, la Fundación Universitaria Católica del Norte y la Universidad CESMAG. Asesoró la construcción de este artículo el Pbro. Ph.D. Emilio Acosta Díaz, con la colaboración especial de la Ph.D. Emma del Pilar Rojas Vergara, investigadores del grupo Lumen de la Universidad CESMAG.

2 Psicóloga egresada de la Universidad CESMAG de Pasto, Nariño. Correos electrónicos: brismivar@gmail.com



of Pope Francis in his Encyclical *Laudato Si'* becomes the basic input to achieve this vision. Any moment of life requires care and attention from the sciences in general and from the human sciences in particular, called to strengthen the development of personality and its location in the environmental context with their knowledge, strategies and resources. This is why taking an interest in building favorable environments that encourage healthy lifestyles—from the perspective of a comprehensive ecology—is a responsibility that implies self-awareness, proper use of natural resources, taking advantage of scientific contributions, and the practice of ethical, aesthetic, and moral principles during the development of life. Therefore, raising awareness of caring for and connecting with nature means recognizing the unity of the human being and the cosmos, appreciating the evolutionary stages of life and acting accordingly, with knowledge and wisdom.

Keywords: Comprehensive ecology; Awareness; Humanity; Natural resources; Life.

Introducción

Pensar en Ecología, de manera integral, es un desafío en el contexto del siglo XXI, debido al acelerado deterioro de los ecosistemas por el uso desorganizado de los recursos naturales y el cuidado de la vida. Más aún, entendiendo que los ecosistemas son los que permiten la supervivencia humana en el entorno: “Hemos ‘progresado’ hasta el punto en que los objetivos de la buena vida han de considerarse amenazantes [...] por medio del incremento destructivo de la riqueza material”³. No obstante, el progreso ha generado un desequilibrio en los ecosistemas y la extinción de millones de especies, ocasionando graves crisis ambientales a causa del uso indiscriminado de los recursos.

El interés de unos pocos por la conservación de los recursos naturales ha llevado a crear alternativas en procura de garantizar la preservación de la vida en el planeta; sin embargo, este ingente esfuerzo no ha sido suficiente frente a la magnitud del problema. Es necesario un ardor mayor en el cultivo de una conciencia individual y social en orden a reconocer el valor de todo cuanto existe en la naturaleza, si se quiere garantizar la protección y preservación de los recursos para la propia supervivencia y la de las generaciones futuras.

Lo que se pretende con esta reflexión es suscitar una visión Ecológica Integral, que permita el aprovechamiento sensato de los recursos, el cuidado del planeta y una experiencia de vida saludable en las distintas etapas del ciclo vital, aprovechando la oportunidad de diálogo y encuentro con las personas adultas por cuanto, según el pensamiento de Hernández, “en esta edad la gente suele ser más receptiva, dispuesta a contar su historia, su manera de ser y de pensar; en esta etapa del desarrollo de la vida es como si la persona necesitara establecer contacto con los otros y tener la oportunidad de poder hablar”⁴, y también expresarse a través de actos conscientes y compartir con las nuevas generaciones el amor y el cuidado por la naturaleza.

Este artículo busca contribuir al fortalecimiento de una visión ecológica centrada en el desarrollo integral de la persona, en la medida en que se reconoce, en palabras de Marten, que “la ecología humana analiza las consecuencias de las actividades humanas como una cadena de efectos a través del ecosistema y el

3 Naess Arne, “La crisis ambiental y el movimiento de la ecología profunda”, en *Ecología, comunidad y estilos de vida: Esbozos de una ecosofía*, traducido por Hernán Inverso (Buenos Aires: Prometeo Libros, 2018), 66.

4 Zoila Edith Hernández Zamora, “La psicoterapia en la vejez”, *Revista Intercontinental de Psicología y Educación* 7, no. 2 (2005), 98. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80270206.pdf>

sistema social humano”⁵. Tal interés por hacer conciencia del uso racional de los recursos naturales, con el propósito de garantizar mejores estilos de vida en todas las etapas del ciclo vital, reclama avivar en todas las generaciones el sentido universal del bien común.

Tales contribuciones se abordan en tres apartados, el primero de ellos está titulado “Construir ambientes propicios que estimulen estilos de vida saludable”, ejercicio que se logra realizar a partir del desarrollo de la conciencia responsable, el cuidado del medio ambiente donde germinan y crecen, estrategias socioemocionales para mejorar las condiciones de vida, la dimensión espiritual y construcción del sentido de la vida. En el segundo apartado llamado “Bienestar y Ecología Integral” se hace referencia a la conciencia de enfermedad, de esperanza y sentido de vida, conocimiento y ciencia, en sintonía con la ética y la estética. En el tercer apartado denominado “Responsabilidad individual y social ante la vida”, se hace referencia a la responsabilidad individual y social, donde se reconoce la importancia del cuidado de la persona y de la vida.

Metodología

La construcción del artículo se generó a partir de un ejercicio de revisión documental que permitió examinar las investigaciones realizadas sobre Ecología Integral, las personas adultas y temas afines, mediante el uso de diferentes revistas indexadas y repositorios universitarios. El documento central de reflexión fue la “Carta Encíclica *Laudato Si’*” del papa Francisco sobre el cuidado de la casa común. El aporte de diferentes autores, frente a la Ecología Integral, ha permitido entender la problemática de la realidad actual, interpretar los textos de la encíclica, construir y propiciar una visión sólida y actualizada del tema abordado. El contenido de cada uno de los textos revisados, hace énfasis en el desarrollo constructivo y significativo de una conciencia ecológica desde una visión psicológica en perspectiva de humanidad. La construcción del texto articuló los aportes de la psicología, la ecología, la filosofía, la antropología, la teología y la espiritualidad con el fin de consolidar una visión y conciencia Ecológica Integral.

Se acudió al enfoque hermenéutico que permitió interpretar cada uno de los textos consultados, estableciendo un diálogo articulado y comprensivo con los aportes de los distintos autores y facilitado su comprensión y armonización, dando como resultado este artículo en consonancia con el desarrollo de la investigación titulada “Ética Ecológica Integral: de la armonía de la cuaternidad a la construcción de la justicia y paz”, liderada por la Universidad Pontificia Bolivariana, la Fundación Universitaria Católica del Norte y la Universidad CESMAG.

Construir ambientes propicios que estimulen estilos de vida saludable

Disponer de ambientes adecuados para el desarrollo de la vida es una tarea de corresponsabilidad de todas las especies de la naturaleza; sin embargo, el ser humano, por el hecho de ser consciente de sus

5 Gerald Marten, *Ecología humana: Conceptos básicos para el desarrollo sustentable* (Londres: Earthscan Publications Ltd, 2001), 13.

propios actos, tiene la vocación y el reto de hacer conciencia de la finitud que acompaña a los recursos existentes en el planeta.

Conciencia de responsabilidad con la vida, la naturaleza y los demás

Frente a las innumerables crisis, el deterioro sistemático de los ecosistemas a causa del uso desmesurado de los recursos naturales, entendidos según Lastres como “[...] todo lo que el hombre encuentra en su ambiente natural y que puede utilizar en beneficio propio”⁶, es necesario fortalecer la conciencia y el sentido común de estos bienes por cuanto ellos son los que ayudan al individuo a satisfacer sus necesidades básicas y garantizar su supervivencia. Existen recursos renovables que permiten su reutilización y otros no renovables que son aquellos elementos de cantidad limitada, cuyo mal uso puede llevar a su agotamiento o extinción. Por tal motivo, es necesario que se reformulen los estilos de vida y se tome conciencia de los desastres que se generan cuando se pierde el sentido de responsabilidad en el uso adecuado de los bienes naturales; a propósito de responsabilidad, De la Fuente plantea que “La principal dificultad radica en que la conciencia es experiencia personal y privada”⁷, significa entonces que es necesario educarla en función individual y con sentido social. De ahí que ser consciente implica darse cuenta de las graves consecuencias que ha generado el mal uso de los recursos naturales, disminuyendo de esta manera la calidad de vida de la humanidad. Respecto de la toma de conciencia, Velasco manifiesta que “El ser consciente, en la acepción elemental que ya hemos indicado de darse cuenta o estar atento, se produce en un diálogo incesante con el exterior y con nuestro propio mundo interior”⁸; de ahí que se perfile como importante un diálogo generoso y permanente consigo mismo que le permita al hombre conectarse una vez más con la naturaleza.

En este sentido, Reynosa reconoce que el origen de toda la problemática de desequilibrio natural tiene que ver con lo que denomina “[...] la falta de conciencia social”⁹. Por consiguiente, tomar conciencia del buen uso de los recursos naturales significa darse cuenta, en el aquí y el ahora, de las consecuencias negativas que se generan cuando hay uso desorganizado y arbitrario uso de los recursos. Es así como las acciones humanas han llevado a preguntarse si la toma de conciencia es un compromiso individual o social, ya que aquella es la que permite al hombre ser consciente del mundo en el que habita, además de orientar su existencia; Morandé-Dattwyler, citando a Karl Jasper indica que la conciencia es la que nos orienta en el mundo¹⁰, proporcionando la posibilidad de discernimiento y la escogencia de lo bueno o lo malo para la humanidad.

Tener conciencia del cuidado del medio ambiente será lo que permita el buen uso de los recursos naturales que brinda el planeta tierra, por cuanto muchos de los problemas medioambientales se generan

6 Enrique Lastres Bérninzon, “Los recursos naturales en la Constitución vigente”, *Revista de la Asociación IUS ET VERITAS* n°. 9 (1994), 137. https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=los+recursos+naturales+en+la+Constituci%C3%B3n+vigente&btnG=

7 Ramón de la Fuente, “El estudio de la conciencia: Estado actual”, *Salud Mental* 25, n°. 5 (2002), 2. <https://www.redalyc.org/pdf/582/58252501.pdf>

8 Jesús Martínez Velasco, “El problema de la conciencia”, *Revista Contextos* n°. 19-20 (1992), 240. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=97976>

9 Enaidy Reynosa Navarro, *Crisis ambiental global. Causas, consecuencias y soluciones prácticas*. (Múnich: GRIN Verlag GmbH, 2015), 11.

10 Margarita Morandé-Dattwyler, “Conciencia plena en Kent Wilber y Karl Jaspers”, *Revista Cinta de Moebio*, no. 60 (2017), 330. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6597032>

por la falta de conciencia social y de respeto por el bien común, lo que ha provocado el agotamiento de los recursos naturales en el planeta. Lo que se busca es una nueva forma de ver y apreciar la vida, supone que la obligación moral del hombre frente a la naturaleza y la evolución debe orientarse hacia acciones y prácticas contundentes a favor de la conservación de los recursos naturales.

A propósito del desarrollo como proceso de crecimiento y madurez, Bronfenbrenner lo define “[...] como la concepción cambiante que tiene una persona del ambiente ecológico, y su relación con él, así como también su capacidad creciente para descubrir, mantener o modificar sus propiedades”¹¹. Es el hombre quien, dotado de inteligencia y sabiduría, tiene la capacidad de modificar las dinámicas del entorno mediante el uso consciente de su capacidad transformadora, con el que la vida cobra su importancia dentro del planeta y el ser humano tiene la capacidad de intervenir y proteger el medio en el que habita. También el papa Francisco se refiere al desarrollo y la intervención del ser humano, al considerar que

Es verdad que el ser humano debe intervenir cuando un geosistema entra en estado crítico, pero hoy el nivel de intervención humana en una realidad tan compleja como la naturaleza es tal, que los constantes desastres que el ser humano ocasiona provocan una nueva intervención suya, de tal modo que la actividad humana se hace omnipresente, con todos los riesgos que esto implica.¹²

Por lo tanto, es tarea de la inteligencia humana hacer uso prudente de los recursos existentes y de todo cuanto existe en su entorno; la naturaleza misma reclama un mejor trato en orden de cumplir su finalidad, consistente en ofrecerse ella misma como fuente de alimento y nutrición de las especies; esta es la casa de todos y no puede deteriorarse porque también se degradaría el ser humano y con él, todas las especies sufriendo un detrimento generalizado de la vida. En este sentido, lo que se necesita es un cambio total en la percepción de la vida en el planeta; Frankl insiste diciendo que “Lo que de verdad necesitamos es un cambio radical en nuestra actitud frente a la vida”¹³; esto es una exigencia si se quiere mantener la armonía y el equilibrio entre la naturaleza y la humanidad.

Así pues, cuidar de la naturaleza es una tarea de todos, por cuanto el medio ambiente es patrimonio de todos, el derecho de disfrutarlo también, lo mismo que la responsabilidad de cuidarlo¹⁴. El cuidado de los recursos reclama un alto sentido de responsabilidad para no cometer despropósitos de graves consecuencias, como el deterioro biológico, el debilitamiento de la tierra y la destrucción de los ecosistemas. Como cualquier otro mal que se cause a la humanidad, el mal uso de los recursos naturales requiere de atención urgente si se quiere mantener el equilibrio natural y la relación armónica entre naturaleza y ser humano.

11 Urie Bronfenbrenner, *La Ecología del Desarrollo Humano*, traducido por Alejandra Devoto (Barcelona: Paidós Ibérica, 1987), 29.

12 Francisco, *Carta Encíclica Laudato Si'*, n°. 34.

13 Viktor Frankl, *El hombre en busca de sentido* (Barcelona: Herder, 1979), 101.

14 Gabriel Barragán Cáceres, *Ecología y medio ambiente* (México: Colegio de Bachilleres del Estado de Yucatán, 2012), 13.

Cuidado del medio ambiente, mediante el uso adecuado de los recursos naturales

En las actuales condiciones de desarrollo social, cultural y económico es evidente el apresurado deterioro que ha sufrido el medio ambiente a causa de las innumerables transformaciones y el uso de los recursos naturales no renovables. En ese sentido, urgen cambios que tienen que ver con el estilo de vida y el comportamiento humano frente al uso inteligente de los recursos naturales; el esfuerzo común que se realice ayudará a combatir el calentamiento o, al menos, las causas humanas que lo generan.

Esta voluntad común requiere reconsiderar la centralidad del ser humano en la creación, por cuanto se corre el riesgo de marginar de paso la vida y todo lo que está en su entorno; con esa perspectiva, reconocer el cuidado mutuo entre naturaleza y vida humana evitaría el aprovechamiento indiscriminado de la naturaleza, llevando al agotamiento de los recursos y la extinción de algunas especies, por lo que se precisa ser consciente que todo en el planeta forma parte de una realidad que se comparte con el otro, y asumir que cada acto del individuo puede llevar a una conciencia ecológica integral, capaz de propiciar la transformación social que redunde en el aprecio y el valor por la naturaleza.

Cambiar de pensamiento significa tener una revisión integral en todo orden, al punto de generar nuevos estilos de vida en la interacción con la naturaleza. Águila y Chagollan¹⁵, hablan de la relación del ser humano y los ecosistemas y de la posición que este debe tener frente a la naturaleza; es así como el cuidado del bien común al que se pretenden enlazar todos los esfuerzos de la humanidad, en una toma de conciencia responsable, individual y colectiva, contribuya al mantenimiento y estabilidad del ecosistema.

Pensando en la responsabilidad y la educación que compete a la humanidad, Maciel indica la importancia de la reflexión humana en torno a las relaciones entre ser humano y naturaleza para obtener una mayor conciencia educativa ambiental¹⁶; la falta de conciencia y de conexión con la naturaleza conduce a acciones de depredación de la especie humana y una visión fragmentada de la relación entre el ser humano y el cosmos.

A pesar de todos los procesos de formación y concienciación orientados en las distintas culturas en torno a la preservación y cuidado de la naturaleza, reina la arrogancia y la irresponsabilidad en el uso de los recursos naturales. Ahora bien, la preocupación por el cuidado de la naturaleza no solo se centra en la preservación de la misma, sino también en la búsqueda de autonomía, libertad, salud física, psíquica y espiritual de la persona a partir del conocimiento y la sana relación con el ecosistema. No puede olvidarse que hablar de bienestar implica la relación armónica del hombre consigo mismo y el entorno; por lo que, según Baron, no podrá existir bienestar humano sin salud en el ecosistema; existe de todas maneras unidad entre sociedad humana y naturaleza¹⁷. Así pues, lo que se busca es fomentar acciones de mejora que garanticen el cuidado del medio ambiente y favorezcan el desarrollo integral de la humanidad y la mejora de su calidad de vida, que permitan al ser humano su crecimiento personal y por consiguiente la toma de conciencia para contribuir al desarrollo integral del planeta mediante el uso sensato de los recursos, en función de la conservación de generaciones futuras y la posibilidad de acrecentar mejores estilos de vida.

15 Inocencio López Águila y Fausto Chagollan Amaral, *Ecología* (México: S. A de C.V, 2006), 11.

16 Beraldo, "Educación Ambiental y Turismo", 94.

17 Geovanny Barón, "El medio ambiente es responsabilidad social de todos" (Tesis de pregrado, Universidad Católica de Colombia, 2014), <https://repository.ucatolica.edu.co/entities/publication/87850df0-31ee-41f2-bc40-92dff4bc8620>

Estrategias socioemocionales para mejorar las condiciones de vida y fortalecer el buen vivir

El mejoramiento y logro de la calidad de vida dependen del buen manejo que se dé a los recursos naturales, así como del uso consciente que se haga de los mismos, para ello es necesario acudir a estrategias socioemocionales que ayuden a canalizar las emociones de acuerdo a las necesidades que se presenten. Goleman se refiere a la emoción como “[...] los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencia a la acción que lo caracterizan”¹⁸. Así pues, el ser humano experimenta diversos tipos de emociones que, en la medida en que es consciente de sus efectos, aprende a regularlas.

En tal sentido, las estrategias socioemocionales, siendo factores básicos de la persona, contribuyen a la canalización de las emociones frente a la necesidad, los cambios físicos, psicológicos y sociales en orden a la toma de decisiones conscientes y responsables. Un desarrollo adecuado de las competencias socioemocionales y la capacidad adaptativa al medio ambiente, en las distintas etapas de la vida y como lo recuerda Gaviria en “La política colombiana de envejecimiento”¹⁹, también en las personas adultas se potenciará el mejoramiento de la calidad de vida y el equilibrio psicológico, además de promover la relación armónica entre el ser humano y la naturaleza.

La implementación de estrategias asociadas al cuidado de los recursos requiere un alto nivel de conciencia, entendiendo que todo ser humano es parte de la evolución de los ecosistemas y que no responde solo al ambiente físico²⁰, sino que transforma su entorno existencial.

Con las competencias emocionales en todas las etapas de la vida y la edad adulta, “se ve la necesidad de fortalecer en el adulto la asertividad, el optimismo, la autoeficacia, la comunicación expresiva, la autonomía”²¹, dado que el manejo asertivo de las emociones y ponerse en sintonía con el entorno vital ayuda a mantener el equilibrio y la paz interior de la persona. En efecto, el alto nivel de conciencia social y ecológica será el que ayude en la construcción de una visión equilibrada y respetuosa de la naturaleza, en todas las etapas de la vida, no únicamente como respuesta a necesidades urgentes y parciales; por tanto, se requiere de cada uno de los individuos así como de los Estados, respuestas positivas y de cuidado frente a la degradación del ambiente, el agotamiento de las reservas naturales y la contaminación.

De esta manera y en perspectiva de cuidado, la Ecología Integral guarda estrecha relación con la vida, la salud mental y psicológica de todas las personas y de manera especial de las personas adultas. En este mismo sentido, es preciso comprender las características propias de la edad²², Francke, Gonzales y Lozano plantean que “Para poder comprender el proceso de envejecimiento es preciso conocer las características de la edad, saber qué es lo que modifica en el individuo el correr de los años y lo que

18 Daniel Goleman, *Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual* (Barcelona: Ediciones B., S. A., 1995), 313.

19 Alejandro Gaviria *et al.*, *Política colombiana de envejecimiento humano y vejez 2015-2024* (Bogotá: Ministerio de Salud de Colombia, 2015), 13.

20 Thomas Smith y Roberto Leo Smith, *Ecología*, 6ta. edición, traducido por Elena Sanjosé Román (Madrid: Pearson Educación, 2007), 4.

21 Isabel M. Mikulic, Romina Caballero y Yanina Aruanno, “Competencias socio-emocionales en adultos mayores de la ciudad de Buenos Aires”, *Anuario de Investigaciones XXI* (2014), 281. <https://n9.cl/01dk6k>

22 Lourdes Francke, Beatriz Gonzales y Leobardo Lozano. “Envejecimiento exitoso, una tarea de responsabilidad individual”. *Revista Ama y Trasciende A.C.* 20 (2011), 4. <https://n9.cl/fvta5>

significa el aumento de la edad [...]”²³; lo que significa que en este proceso humano es importante la relación con el contexto y el medio en el que se habita.

Desde esa perspectiva, es justo pensar que la actuación responsable de ser humano frente al uso y manejo adecuado de los recursos naturales, está estrechamente ligada a la conciencia y al vínculo emocional que se establezca con las generaciones futuras. Al respecto, Perdomo manifiesta que “«Pensar globalmente y actuar localmente» debe dejar de constituir un lema si queremos modificar la realidad”²⁴; pensar y actuar en conexión con la ecología y el equilibrio del cosmos, significa encauzar al hombre hacia el cuidado de todo cuanto existe en el planeta.

Así lo considera Rodríguez de Ávila al sintonizar con el pensamiento del papa Francisco y visualizar que el “Hambre, [la] miseria y [los] conflictos de toda clase [...] [son] secuelas lógicas de la mala utilización de los recursos naturales”²⁵ que afectan el equilibrio de la vida, por lo que el esfuerzo común por cultivar la sensibilidad ha de entenderse como la capacidad de vibrar ante todo aquello que nos sucede²⁶, lo que permite entender la conexión y relación con la naturaleza en todas las etapas de la vida.

Dimensión espiritual y construcción del sentido de la vida

Es el ser humano quien se encarga de vivir y construir el sentido de su propia vida, basándose en las experiencias de quienes anteceden a su generación; en esta perspectiva, cada individuo orienta su vida, lo que permite confiar en sí mismo y establecer vínculos con los demás, dice González²⁷.

Una visión integral de la vida requiere abrir un horizonte de diálogo entre ciencia, cultura y espiritualidad para comprender la unidad de todo cuanto existe y mantener de manera equilibrada el diálogo y las sanas relaciones. Es decir, reconocer que cada cosa y acontecimiento en el cosmos guardan una conexión entre sí. De acuerdo a lo anterior, Navarro también señala que “Todo ser humano lleva un dinamismo interior que lo recorre y lo mueve, que lo anima, un espíritu que se identifica con sus motivaciones más profundas, sus ideales y apuestas de sentido, sean o no conscientes”²⁸. Reconocer tal estado de unión es vibrar en conexión con la naturaleza y sintonizar con los valores que ella tiene.

Por eso, Pasek de Pinto considera que los valores ambientales contribuyen a la formación de la conciencia ética y estética²⁹ en los distintos estadios de la vida para los que se requiere la introyección de valores

23 Lourdes Francke et al., “Envejecimiento exitoso, 4.

24 María Elena Perdomo López, “El problema ambiental: hacia una interacción de las ciencias naturales y sociales”, *Iberoamericana de Educación* 3, n.º. 44 (2007), 3. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/1898Lopez.pdf>

25 Ubaldo Rodríguez de Ávila, “El impacto del hombre en la naturaleza: una perspectiva desde la psicología y la economía”, *Revista Duazary* 3, n.º. 1 (2006), 63. <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/608>

26 Enrique Martínez Lozano, “La persona integrada”, en *Psicología transpersonal para la vida cotidiana. Claves y recursos* (Bilbao: Desclée de Brouwer, 2020), 22.

27 Patrocinio González, *Reflexiones en torno a la competencia espiritual* (Madrid: Escuelas católicas, 2008), 63.

28 Rosana Navarro, “Espiritualidad en América Latina: Rasgos de ayer, desafíos teológicos hoy”, *Franciscanum. Revista de las ciencias del espíritu* LI, n.º. 151 (2009), 265. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=343529805011>

29 Eva Pasek de Pinto, “Hacia una conciencia ambiental”, *Revista Venezolana de Educación Educere* 8, n.º. 24 (2004), 37. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35602406>

ambientales, en contexto de los problemas también ambientales que padece el mundo actual, por lo que “[...] se hace necesario replantear el modelo epistemológico, reformular el marco conceptual desde el cual aquellos han sido abordados hasta el momento [...]”³⁰; una propuesta válida cuando su fin sea crear y orientar hacia la construcción de una conciencia ciudadana con criterios y principios más universales.

Sin embargo, a pesar de todos los avances y transformaciones que se dan en el desarrollo de la economía y la cultura, de manera vertiginosa y rápida abunda la crisis ecológica³¹. El papa Francisco dice: “Si la crisis ecológica es una eclosión o una manifestación externa de la crisis ética, cultural y espiritual de la modernidad, no podemos pretender sanar nuestra relación con la naturaleza y el ambiente sin sanar todas las relaciones básicas del ser humano”³²; por lo que, sanar interiormente esa crisis lleva al hombre a buscar la raíz de su propio proceder y ser consciente de sus propias acciones trascendiendo a las mismas y reconociendo la belleza de una flor, de un paisaje, de una cascada, etc., incluso la potencia de la naturaleza cuando se producen catástrofes³³ y se convierte en un llamado para ir más allá de los propios límites existenciales.

Es la espiritualidad la fuerza que moviliza y motiva la construcción del verdadero sentido de vida, aquí, “[...] la espiritualidad funciona como un aspecto motivacional, afinando las emociones a niveles más elevados y satisfactorios”³⁴; por eso, no conviene dejarla atrás ya que se convierte en el eje central del crecimiento interior y la realización humana.

Es preciso considerar que, aunque la ciencia haya traído gran desarrollo para la humanidad, también ha impedido el contacto directo con la naturaleza y con el mundo interior de cada individuo, adquiriendo control sobre sus actuaciones; se ha de reconsiderar, así, que la tecnología como el conocimiento científico han sido puestos al servicio del hombre y para el hombre³⁵, sin embargo, la postura antropocéntrica conlleva el riesgo de dejar en el olvido la importancia de la vida en todas sus manifestaciones.

Bienestar y Ecología Integral

La Ecología Integral corresponde a una nueva forma de ver, comprender y apreciar la vida, de mantener un sano y justo equilibrio hasta en los momentos finales de la existencia; en esa perspectiva “se trata de

30 Francisco José González y Jorge Valencia Cuéllar, “Conceptos básicos para repensar la problemática ambiental”, *Gestión y Ambiente* 16, n.º. 2 (2013), 125. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/gestion/article/view/39572/41530>

31 Omar Ramírez Hernández, “Identificación de problemáticas ambientales en Colombia a partir de la percepción social de estudiantes universitarios localizados en diferentes zonas del país”, *Revista Internacional de Contaminación Ambiental* 31, n.º. 3 (2015), 294. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-49992015000300009

32 Francisco, *Carta Encíclica Laudato Si'*, 119.

33 José Carlos Bermejo Higuera, “Espiritualidad y Mayores”, *Red Latinoamericana de Gerontología*, 6 de septiembre de 2005, 6. <https://www.gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=432>

34 Juan Ignacio Irurzun y Cecilia Yaccarini, “Resiliencia, espiritualidad y propósito de vida: Una revisión del estado del arte”, *Psocial* 4, n.º. 2 (2018), 59. <https://www.researchgate.net/publication/330076139>

35 Amanda Legorreta Ramírez et al., “Ética ambiental y turismo: relación responsable hombre-naturaleza”, *Revista Ciencia y Sociedad* XXXV, n.º. 3 (2010), 411. <https://www.redalyc.org/pdf/870/87020009003.pdf>

una ecología que no separe lo ambiental de lo humano y lo humano de lo cultural y social”³⁶, situación que implica responsabilidad con el uso sensato de los recursos y el cuidado del medio ambiente.

Conciencia de enfermedad, esperanza y sentido de vida

El acto humano de tomar consciencia de sí mismo representa la constitución de un ser humano con inteligencia, capacidad de transformación y autotransformación así como de asumir la enfermedad, el dolor y el sufrimiento como realidades que pueden presentarse en cualquier momento de la vida. La enfermedad es entendida por la Organización Mundial de la Salud (OMS), citada por Herrero como, la “Alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible”³⁷. De allí que sea de gran importancia la toma de consciencia de la realidad en la que se vive, del sentido de esperanza que se tiene y de las expectativas de vida.

En la toma de consciencia de sí mismo aflora también el sentido de esperanza como virtud que orienta, fortalece y consolida las expectativas de vida. Así pues, la virtud de la esperanza se convierte en la razón de ser que estimula la continuidad de la vida. La persona experimenta distintos momentos emocionales y reconoce su condición de vulnerabilidad³⁸; por lo que, dependerá de un adecuado manejo de estos momentos el sentido que se dé a las acciones que ella realiza a lo largo de la vida.

Haciendo referencia a la persona adulta en relación al medio en el que habita, es de considerar sus circunstancias concretas como el declive de algunas de las facultades físicas, la pérdida de amigos y seres queridos³⁹ y la perspectiva de morir, por lo que, una adecuada formación e introyección en valores a temprana edad, será de gran ayuda para cada individuo en cuanto a su ubicación en el ámbito social y el cuidado del lugar de interacción de manera autorregulada y libre. Por consiguiente, optar por la Ecología Integral que contribuye a despertar el sentido de relación con la naturaleza, con los demás, consigo mismo y con la trascendencia es de vital importancia, por cuanto permite en todas las etapas del ciclo vital, como lo indican Escuder-Mollon y Cabedo⁴⁰, las necesidades de acompañamiento cuando hay presencia de dificultades de salud, propios de la vida adulta.

36 Pérez, “Ecología Integral”, 302.

37 Sara Herrero Jaén, “Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud”, *Scielo Analytics* 10, n.º. 2 (2016), Enfermedad, párr. 1. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2016000200006

38 Erika Ortiz Rodríguez *et al.*, “Resiliencia, optimismo, esperanza y sentido de vida en el adulto mayor con y sin enfermedad crónica de la ciudad de Bogotá”, *Revista Diversitas* 17, n.º. 2 (2021), 4. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8391747#:~:text=En%20ese%20sentido%2C%20el%20objetivo%20de%20la%20investigaci%C3%B3n,tipo%20descriptivo%20correlacional%2C%20de%20corte%20transversal%20por%20encuesta>

39 Diane E. Papalia *et al.*, “Desarrollo adultez y vejez en un mundo cambiante”, en *Desarrollo del adulto y vejez, tercera edición*, traducido por Víctor Campos Olguín (México: McGraw Hill, 2009), 8.

40 Pilar Escuder-Mollon y Salvador Cabedo (editores), *Educación y calidad de vida en personas mayores*, (España: Universitat Jaume I, 2013), 7.

Tener conciencia de sí mismo y del desarrollo de la vida, implica conocerse, autovalorarse y cuidar de sí mismo, reconociendo la belleza de existir, la capacidad de percepción y conexión que indica sintonía con el entorno vital, esperanza y sentido de vida.

Conocimiento y ciencias en sintonía con la ética y la estética

La ciencia y los aportes de la tecnología se han convertido en una herramienta fundamental para el desarrollo y evolución de las sociedades, permitiendo mejorar la salud física, psicológica y social de las personas y, de otra parte, ampliando la esperanza de vida mediante el desarrollo de modelos y nuevas teorías al servicio de la humanidad.

Sin embargo, a pesar de los grandes aportes y contribuciones que hace la ciencia para el cuidado y el desarrollo de la vida, no se descarta la dependencia y los condicionamientos que estas mismas bondades pueden tener para el ser humano. El exceso de confianza en el desarrollo de la ciencia y tecnociencia, ponen en riesgo la visión integral de la vida en la medida en que se debilita la relación armónica entre el hombre y la naturaleza. En ese sentido, conocer y aplicar los conocimientos científicos no implica resolver todas las necesidades humanas, tampoco significa conquistar la felicidad.

Por lo descrito antes, la integración y el compromiso van más allá de la dimensión física y psicológica de la persona, pues la naturaleza permite comprender que somos seres espirituales, éticos y responsables⁴¹; es el ser humano, dotado de conciencia e inteligencia, quien puede ir más allá del conocimiento científico y técnico, haciendo de ese saber la posibilidad de orientar el comportamiento, reconociendo su utilidad en la construcción social de una nueva forma de habitar el cosmos. Son la ética, la estética y los principios morales la oportunidad para orientar las acciones humanas en función de la preservación y el cuidado de la vida y el cosmos la casa común en la que se habita.

Es así como la ética, reflexión que orienta al hombre en su quehacer cotidiano a través del discernimiento del bien y el mal, supone un desafío para la condición humana, dotándola de responsabilidad y libertad frente a las acciones que realice en el trato con la naturaleza y las consecuencias que ocasiona con sus decisiones. El desarrollo tecnológico y científico es loable en la medida en que reconoce la interconexión existente entre el ser humano y la naturaleza; más que ubicarlo en el centro de la misma, su propósito debe estar orientado al desarrollo integral de la persona, que implique una relación armónica y le permita ir más allá de su propio bienestar, que conlleve a contemplar la belleza y la esencia misma de las cosas.

La estética tiene también su misión en este mundo de relaciones y conexiones; en esta línea de pensamiento, Rojas considera la “[...] estética como la capacidad de percibir adecuadamente desde una correcta educación de los sentidos y, por lo tanto, en ella está la capacidad de manifestar la esencia de las cosas o su verdad, de revelar la espiritualidad humana, de servir de vehículo a lo misterioso, entre otras funciones atribuidas a esta función”⁴². Desde esta perspectiva, contemplar la belleza de los ríos, los suelos, los lagos y todo cuanto existe, permite valorar la esencia misma de las cosas; por consiguiente, es la

41 Leonardo Boff, *La sostenibilidad: qué es y qué no es*, traducido por Jesús García-Abril (Brasil: Petrópolis, 2012), 91.

42 Santiago Rojas Mesa, «Entre estética y ética: concepciones histórico-sociales para lo artístico», *Revista Colombiana de Pensamiento Estético* n.º. 6 (2017), 76, acceso el 11 de diciembre de 2021, doi: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/estetica/article/view/92126>

humanidad quien está llamada a tomar conciencia frente al uso que se le ha dado a los recursos naturales, llamada a activar un proceso de autocrítica que permita al individuo reflexionar frente al cuidado de los mismos que, a su vez, implique examinar desde su interioridad el compromiso que tiene el ser humano por su ser consciente, en la conservación de los recursos, hasta garantizar la sostenibilidad de la vida en el planeta mediante el cuidado y protección de ambientes saludables, que conlleven a salvaguardar los espacios naturales para la construcción de una vida sana y agradable.

Considerada la responsabilidad humana frente a la naturaleza, es al hombre dotado de inteligencia, a quien se le otorga la tarea de velar por los más indefensos, mediante actos que permitan salvaguardar la riqueza natural. Así mismo, es de gran importancia considerar en el cuidado del ecosistema y de la

naturaleza el estatus que las nuevas generaciones otorgan a los seres sintientes; aunque anteriormente, las plantas no eran considerados sujetos morales, hoy en día lo que se busca es extender los beneficios éticos a la naturaleza, con la finalidad de que haya una mayor conciencia y responsabilidad del cuidado que el hombre debe tener con el entorno natural donde se encuentra integrado.

Hablando de la conexión entre ser humano y naturaleza debe resaltarse el aporte de Morandé Dattwyler, quien menciona que “Cada cosa y acontecimiento en el cosmos, se interrelaciona con y depende de cada una de las otras cosas y acontecimientos”⁴³. En ese sentido, la ética, la estética y la espiritualidad se convierten en elementos fundamentales para la construcción de una vida saludable, a través de entornos agradables que permitan el respeto por los seres de la creación, logrando un profundo acercamiento entre la humanidad y el medio que la rodea. Es así, como se debe promover la relación entre el hombre y la naturaleza que haga posible la sobrevivencia de ambos dentro del planeta.

Por consiguiente, hay que reconocer que el hombre no habita aislado de la sociedad; esa condición colectiva le obliga a reflexionar y cuestionar si sus actuaciones construyen o destruyen la belleza, la armonía, el respeto y el cuidado de todas las criaturas de la tierra, a reconocer y responsabilizarse por la extinción de millones de especies.

A pesar de todos los avances y nuevos descubrimientos vale la pena tener en cuenta los principios éticos con el fin de sostener el quehacer del hombre, proporcionándole una comprensión profunda de la condición humana; cuando se desconoce la ética como principio, se tiende a dejar de lado los deberes y valores que direccionan el accionar del hombre y su relación con la naturaleza.

En conclusión, la ética y la espiritualidad permiten el desarrollo interior del hombre que conlleva a la transformación de sí mismo; por su parte, la estética constituye la armonía y la belleza del entorno que nos rodea.

43 Morandé-Dattwyler, “Conciencia plena”, 334.

Responsabilidad individual y social ante la vida

En lo que refiere a la responsabilidad individual ante la vida, es necesario resaltar las riquezas culturales de la humanidad en su sentido más amplio, por lo que se requiere diálogo entre el lenguaje científico-técnico con el lenguaje popular⁴⁴. Tanto la responsabilidad individual como social juegan un papel esencial en el uso adecuado de los recursos naturales que permitan una sociedad justa y que valore la diversidad cultural, su identidad, creencias y costumbres, logrando el cuidado y respeto por la humanidad integrada el entorno donde habita.

El papa Francisco establece que “Esta responsabilidad ante una tierra que es de Dios implica que el ser humano, dotado de inteligencia, respete las leyes de la naturaleza y los delicados equilibrios entre los seres de este mundo, porque «él lo ordenó y fueron creados, él los fijó por siempre, por los siglos, y les dio una ley que nunca pasará»⁴⁵. Situación que reclama el uso consciente de los recursos por parte de la humanidad; sin embargo, en una sociedad en la que no hay respeto y amor por el otro, es imposible el respeto por las leyes de Dios.

Es de vital importancia recurrir a la responsabilidad personal del ser humano y su sentido social en el cuidado de los recursos naturales que lleve a la mejora de su calidad de vida, en la que se reconozca el valor de la naturaleza a través de entornos saludables que permitan el disfrute de la vida.

Cuidado de la persona

Los aportes de las ciencias sociales y humanas, así como el interés por el desarrollo del hombre en relación al medio físico, social y cultural en el que se encuentra integrado son de interés para pensar de manera integral en la presencia del ser humano en el cosmos; Arana, Meilán y Pérez, haciendo referencia al aporte de la psicología afirman que “la Psicología ha sido la ciencia de la conciencia, de la vida mental, de la conducta, del comportamiento, de la experiencia inmediata [...], para volver recientemente a convertirse en la ciencia de los procesos mentales”⁴⁶; esta y las demás ciencias encargadas del estudio del comportamiento humano de forma interdisciplinaria ofrecen la posibilidad de conocer y profundizar en los procesos mentales encargados de mantener el equilibrio del comportamiento frente a los desafíos de la humanidad que despierten miedos, temores y debilidades, que amenazan la integridad y el bienestar de la persona en todas las etapas de la vida, pues es de certeza natural reconocer que el temor permanece siempre en la vida⁴⁷.

Por lo tanto, interesarse por cultivar un estilo de vida en la persona capaz de mantener el equilibrio y el buen manejo de las emociones propias de cada edad, así como la resolución de los conflictos, entre otros, se convierten en puntos de referencia para encontrar las herramientas y alternativas apropiadas para generar bienestar y estabilidad emocional en las personas, así como también un mejor nivel de contemporización “[...] a todos estos nuevos cambios, replanteándose sus metas y desafíos, adaptándolas a sus nuevas

44 Francisco, *Carta Encíclica Laudato Si'*, 143.

45 Francisco, *Carta Encíclica Laudato Si'*, 68.

46 José M. Arana, Juan José Meilán y Enrique Pérez, “El concepto de psicología. Entre la diversidad conceptual y la conveniencia de unificación”, *Revista Intercontinental de Psicología y Educación* 8, no. 1 (2006): 119. <https://n9.cl/bi2ib>

47 Luis Alonso Schökel, *Esperanza. Meditaciones bíblicas para la tercera edad*, (Santander: Editorial Sal Terrae, 2000), 51.

capacidades sociales, psicológicas y físicas [...]”⁴⁸; todo esto, teniendo en cuenta las circunstancias y el medio en el que se susciten el vivir y compartir con los demás, situación que hace que el ser humano esté inserto en una comunidad cultural e histórica⁴⁹, en donde es artífice de la paz y tranquilidad que le proporciona la naturaleza.

En esta dinámica de comprender lo que significa el cuidado, es preciso entender la edad, como lo manifiesta Izquierdo, no solo como una cuestión cronológica, sino más bien como una realidad cargada de significados, estructuras, obligaciones, relaciones⁵⁰. Por lo que es de gran importancia cuidar de las relaciones con los demás y del entorno en el que se vive, procurando una adecuada conexión que posibilite el desarrollo integral con todos los seres humanos y con la naturaleza (entendida como el espacio donde se habita).

Es así como el cuidado y cultivo de las emociones, comprendiéndose desde el fomento de las buenas y sanas relaciones, tienen su fuente en la experiencia de vida familiar y comunitaria en vista que la naturaleza social hace que su vida se desenvuelva dentro de la familia y la comunidad en donde cumple sus finalidades y se logra sus realizaciones⁵¹; en tal sentido, una de las tareas esenciales para la persona consiste en fortalecer las redes de apoyo en el núcleo familiar, por cuanto hace parte fundamental de su vida y cumple un papel esencial en su cuidado y el fortalecimiento de la vida socioemocional. Para Saint-Exupéry, “el ser humano sufre ante todo porque se siente solo y confundido, porque ha perdido el punto de referencia de unos valores y un objetivo que guíen su existencia”⁵²; por lo tanto, la familia como eje central en el desarrollo de la sociedad, está llamada a ofrecer el soporte emocional a las personas permitiendo un ambiente de sana relación y encuentro.

Cuidado de la vida

La experiencia de la dimensión espiritual en el ser humano es constitutiva por cuanto, a partir de ella, se encuentra el sentido de las acciones y de la convivencia como espacio para cultivar y cuidar la vida. El lugar para cumplir estos propósitos se concentra en la vida familiar como el espacio apropiado para los primeros pasos en la educación (si se quiere ecológica) de las personas de manera integral. “La dimensión espiritual del ser humano es una prioridad dentro de las particularidades de la formación integral, debe ser un propósito de toda buena educación”⁵³; esto es propio de una experiencia que se lleva a cabo en el núcleo familiar, como el lugar más apropiado para iniciarse en el ejercicio de la valoración y la incorporación de las normas morales, éticas y estéticas de vivir.

48 Juana Beatriz Ortiz Arriagada y Manuel Castro Salas, “Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia: Contribución de enfermería”, *Ciencia y Enfermería* XV, no. 1 (2009), 27. <https://n9.cl/c1tbe>

49 Pérez, “Ecología Integral”, 304.

50 Ángel Izquierdo Martínez, “Psicología del desarrollo de la edad adulta: Teorías y contextos”, *Revista de Psicología* 1, n.º. 2 (2007), 83. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832315005.pdf>

51 Emilio Acosta Díaz, Emma Rojas Vergara y Yolanda Guerrero Yela, *Paradigmas y Proyecto de Vida. Un desafío de deconstrucción y construcción de la vida*. (Pasto: Editorial Institución Universitaria CESMAG, 2018), 64.

52 José Antonio López, *El color de la vida: La propuesta ética de Saint-Exupéry en El principito* (s.l., 2021), 39.

53 Deisy Beltrán *et al.*, “La espiritualidad, dimensión constitutiva del desarrollo humano: Su significado en los estudiantes y sus familias del Instituto San Bernardo de La Salle y el Colegio de La Salle”. *Maestría*, Universidad de La Salle, Bogotá, 14. https://ciencia.lasalle.edu.co/maest_docencia/475/

De modo que el acompañamiento socioemocional de la familia, según Raffo, significa “[...] estar al lado de, brindar apoyo humano que reconforta y alivia. Es no dejar a la persona sola con el problema, sino compartir con ella el dolor que sufre”⁵⁴, situación que ayuda a dar significado y sentido a la existencia a través de la empatía cultivada como cercanía y como escucha al otro. En ella la persona cimienta día a día su sentido mediante procesos de autoconciencia y conciencia colectiva, haciéndose evidente la necesidad de los otros y de recurrir al sentido de lo espiritual que cobra relevancia y se convierte en la fuerza que cohesiona y orienta los propósitos de la vida de cada individuo; en ese sentido la espiritualidad es la encargada de otorgar el sentido a la vida permitiendo encarar situaciones complejas y difíciles que tiene que enfrentar el ser humano como la enfermedad y la muerte⁵⁵. El cultivo de la vida espiritual a través de los encuentros, los momentos de reflexión, oración o contemplación, dependiendo de las tendencias socioreligiosas y sus prácticas, se convierten en espacios que dan sentido al hecho de vivir.

Al sentido espiritual vale agregarle que se trata de un crecimiento permanente en la sobriedad y el disfrute con las realidades mínimas; se aprende a vivir, a disfrutar y sobrellevar los momentos difíciles en la vida cuidando de sí mismo y de los demás, logrando el equilibrio interior, con los otros y con el medio en el que se habita. Entonces, es imperante el acompañamiento y apoyo psicológico que vive el hombre dentro del grupo familiar; esto se hace con el propósito de lograr transformaciones en la vida, especialmente cuando se está en estado de vulnerabilidad y se requiere empatía y acercamiento frente al dolor y al sufrimiento que se vive en un determinado momento.

Desde esta perspectiva, las estrategias de acompañamiento socioemocional permiten al individuo fortalecer la seguridad y la confianza en sí mismo, facilitando el manejo de sus propias emociones y la búsqueda de un mayor bienestar. Entre esas estrategias, Zapata indica que “Las más importantes se refieren a la compañía social, apoyo emocional, guía y consejo e intercambio de información, regulación social y apoyo instrumental”⁵⁶. Ellas ayudan a mantener la articulación y el equilibrio entre los principios éticos, estéticos y la relación con el mundo, estimulando la tranquilidad, la paz interior y el equilibrio emocional que se requieren para facilitar los espacios de escucha, comprensión y valoración entre unos y otros.

Por último, hay que recordar que es valioso reconocer que somos necesitados de los demás y del mundo en el que habitamos; en la misma dirección se encuentra la visión Ecológica Integral en perspectiva de humanidad, como eje transversal del accionar personal, familiar, social y cultural; particularmente, siendo de gran valor el acompañamiento psicológico y espiritual con la finalidad de que cada individuo pueda canalizar sus emociones, especialmente en la edad madura, cuando afloran con frecuencia momentos difíciles de angustia, miedo, incertidumbre y soledad.

54 Pilar Raffo, “Acompañamiento psicológico y terapia psicológica”, *Revista Instituto Internacional de Derechos Humanos* (2007), 49. <https://es.scribd.com/document/135687631/Acompanamiento-psicologico>

55 Claudia S. Krmptotic, “La espiritualidad como dimensión de la calidad de vida: Exploraciones conceptuales de una investigación en curso”, *Scripta Ethnologica* XXXVIII, (2016), 112. <https://www.redalyc.org/pdf/148/14849184006.pdf>

56 Zapata, “Adulto Mayor”, 193.

Conclusiones

En el momento de crisis ambiental que vive el mundo actual, es de interés la construcción de ambientes saludables y propicios para estimular una vida sostenible y digna que contribuya al bienestar del ser humano. En tal sentido, es el individuo en el ámbito personal y social quien está llamado a tomar consciencia y responsabilidad de sus propios actos frente al uso inadecuado de los recursos naturales, provocando de manera acelerada el agotamiento sistemático de los mismos, la extinción de millones de especies y de la vida misma, debido a las decisiones inconscientes y contradictorias al orden natural.

Lo anterior implica conciencia de generación, es decir, conciencia de bienestar y buen vivir de la persona adulta, que contribuye en la construcción social con el conocimiento y la sabiduría, y del niño quien representa la nueva generación llamada a asegurar para todos la sustentabilidad y sostenibilidad de los recursos para su supervivencia; desde esa perspectiva, la Ecología Integral, en la medida en que se generen estrategias económicas, socioemocionales y culturales, ayudará en el manejo emocional y racional necesario para propiciar una mentalidad de autorregulación y uso sensato de los recursos naturales, de tal forma que se garantice la sostenibilidad de generaciones futuras.

Los principios éticos, estéticos y espirituales tienen un papel importante a la hora de orientar al ser humano en la toma de decisiones y realización de sus propios actos, especialmente cuando estos se orientan al respeto de la dignidad, la vida y el cuidado de la naturaleza, mediante acciones que busquen el bien común y el crecimiento integral de la persona en todas las etapas de la vida; es de interés el cultivo de estos principios si se quiere que las nuevas generaciones piensen y actúen desde una visión Ecológica Integral que haga posible el bienestar para todos.

Es apenas loable pensar en la responsabilidad integral que debe generar este tipo de visión para todos los seres humanos, pero especialmente para la persona madura quien juega un rol esencial en la construcción de la sociedad actual; mucho más si se encuentra presionada por el exagerado consumismo, las respuestas veloces de alta calidad frente a las necesidades urgentes y los desafíos que representan los cambios constantes de desechar la fuente del conocimiento y la sabiduría humana albergada en la persona adulta mayor.

Pensar en una Ecología Integral implica garantizar la conservación de espacios naturales y estilos de vida saludables, con los que se pueda brindar el goce y disfrute del vivir en las distintas generaciones, garantizando una mejor calidad de vida cuando se llegue al último tramo de la existencia.

En este ejercicio de búsqueda de conciencia de Ecología Integral el apoyo de cada una de las ciencias y los campos de investigación, la psicología juega un papel importante dada su experticia en el desarrollo humano; será la disciplina que se encargue de orientar el crecimiento y desarrollo integral de la persona en todas sus dimensiones y edades, especialmente en esta última etapa de vida, cuando los cambios físicos, espirituales y psicológicos cobran relevancia.

Referencias

- Acosta Díaz, Emilio, Emma Rojas Vergara y Yolanda Guerrero Yela. *Paradigmas y Proyecto de Vida. Un desafío de deconstrucción y construcción de la vida*. Pasto: Editorial Institución Universitaria CESMAG, 2018.
- Arana, José M., Juan José Meilán y Enrique Pérez. “El concepto de psicología. Entre la diversidad conceptual y la conveniencia de unificación”. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación* 8, no. 1 (2006), 111-142, <https://www.redalyc.org/pdf/802/80280107.pdf>
- Arne, Naess. “La crisis ambiental y el movimiento de la ecología profunda”, en *Ecología, comunidad y estilos de vida: Esbozos de una ecosofía*. Traducido por Hernán Inverso, 63-76. Buenos Aires: Prometeo Libros, 2018.
- Barón, Geovanny. “El medio ambiente es responsabilidad social de todos”. Tesis de pregrado, Universidad Católica de Colombia, 2014. <https://repository.ucatolica.edu.co/entities/publication/87850df0-31ee-41f2-bc40-92dff4bc8620>
- Barragán Cáceres, Gabriel. *Ecología y medio ambiente*. México: Colegio de Bachilleres del Estado de Yucatán, 2012.
- Beltrán, Deisy, Carlos García Castiblanco, Lugdy Celia Manzano Arenas y Fredy Alberto Murillo González. “La espiritualidad, dimensión constitutiva del desarrollo humano: Su significado en los estudiantes y sus familias del Instituto San Bernardo de La Salle y el Colegio de La Salle”. *Maestría*, Universidad de La Salle, Bogotá. https://ciencia.lasalle.edu.co/maest_docencia/475/
- Beraldo Maciel Leme, Fernanda. “Educación Ambiental y Turismo: una formación holística, interdisciplinaria y de futuros educadores”. *Revista Estudios y Perspectivas en Turismo* 18, n.º. 1 (2009), 92- 106. <https://n9.cl/z8cs3>
- Bermejo Higuera, José Carlos. “Espiritualidad y Mayores”. Red Latinoamericana de Gerontología, 6 de septiembre de 2005, 1-8, <https://www.gerontologia.org/portal/information/showInformation.php?idinfo=432>
- Boff, Leonardo. *La sostenibilidad: Qué es y qué no es*. Traducido por Jesús García-Abril. Brasil: Petrópolis, 2012.
- Bronfenbrenner, Urie. *La Ecología del Desarrollo Humano*. Traducido por Alejandra Devoto, Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, 1987.
- De la Fuente, Ramón. “El estudio de la conciencia: Estado actual”. *Salud Mental* 25, n.º. 5 (2002), 1-9. <https://n9.cl/0cslt>
- Escuder-Mollon, Pilar y Cabedo Salvador. *Educación y calidad de vida en personas mayores*. España: Universitat Jaume I, 2013.
- Francisco. *Carta Encíclica Laudato Si'. Sobre el cuidado de la casa común*. Roma: Editrice Vaticana, 2015.
- Francke, Lourdes, Beatriz Gonzales y Leobardo Lozano. “Envejecimiento exitoso, una tarea de responsabilidad individual”. *Revista Ama y Trasciende* A.C 20 (2011), 1-31. <https://n9.cl/fvta5>
- Frankl, Viktor. *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder, 1979.
- Gaviria Uribe, Alejandro, Fernando Ruiz Gómez, Carmen Eugenia Dávila Guerrero, Gerardo Burgos Bernal, Juan Pablo Corredor Pongutá y Josue Lucio Robles Olarte. *Política colombiana de envejecimiento humano y vejez 2015-2024*. Bogotá: Ministerio de Salud de Colombia, 2015.
- Goleman, Daniel. *Inteligencia Emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Barcelona: Ediciones B., S. A., 1995.
- González, Francisco José y Jorge Valencia Cuéllar. “Conceptos básicos para repensar la problemática ambiental”. *Gestión y Ambiente* 16, n.º. 2 (2013), 121-128. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/gestion/article/view/39572/41530>
- González, Patrocinio. *Reflexiones en torno a la competencia espiritual*. Madrid: Escuelas católicas, 2008.
- Hernández Zamora, Zoila Edith. “La psicoterapia en la vejez”. *Revista Internacional de Psicología y Educación* 7, n.º. 2 (2005), 79-100. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80270206.pdf>
- Herrero Jaén, Sara. “Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud”, *Scielo Analytics* 10, n.º. 2 (2016). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2016000200006
- Irurzun, Juan Ignacio y Cecilia Yaccarini. “Resiliencia, espiritualidad y propósito de vida: Una revisión del estado del arte”. *Psocial* 4, n.º. 2 (2018), 58-66. <https://www.researchgate.net/publication/330076139>
- Izquierdo Martínez, Ángel. “Psicología del desarrollo de la edad adulta: Teorías y contextos”, *Revista de Psicología* 1 n.º. 2 (2007), 67-86. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832315005.pdf>
- Krmpotic, Claudia S. “La espiritualidad como dimensión de la calidad de vida: Exploraciones conceptuales de una investigación en curso”. *Scripta Ethnologica* XXXVIII, (2016), 105-120. <https://n9.cl/meu5w>
- Lastres Bérninzon, Enrique. “Los recursos naturales en la Constitución vigente”. *Revista de la Asociación IUS ET VERITAS*, n.º. 9. (1994), 137- 142. https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=concepto+de+recursos+naturales+pdf&btnG=

- Legorreta Ramírez, Amanda, Maribel Osorio García y José Loreto Salvador Benítez. “Ética ambiental y turismo: relación responsable hombre-naturaleza”. *Revista Ciencia y Sociedad* XXXV, n.º. 3 (2010), 407-437. <https://www.redalyc.org/pdf/870/87020009003.pdf>
- López Águila, Inocencio y Fausto Chagollan Amaral. *Ecología*. México: S.A. de C.V., 2006.
- López, José Antonio. *El color de la vida. La propuesta ética de Saint-Exupéry en El principito*. s.l., 2021.
- Marten, Gerald. *Ecología humana: Conceptos básicos para el desarrollo sustentable*. Londres: Earthscan Publications Ltd, 2001.
- Martínez Lozano, Enrique. “La persona integrada”, en *Psicología transpersonal para la vida cotidiana. Claves y recursos*, 12-53. Bilbao: Desclée de Brouwer, 2020.
- Martínez Velasco, Jesús. “El problema de la conciencia”. *Revista Contextos* n.º. 19-20 (1992), 233-262. <https://n9.cl/9dznk>
- Mikulic, Isabel M., Romina Caballero y Yanina Aruanno. “Competencias socio-emocionales en adultos mayores de la ciudad de Buenos Aires”. *Anuario de Investigaciones* XXI (2014), 277-284. <https://n9.cl/01dk6k>
- Morandé-Dattwyler, Margarita. “Conciencia plena en Kent Wilber y Karl Jaspers”. *Revista Cinta de Moebio*, n.º. 60 (2017), 328-338. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6597032>
- Navarro, Rosana. “Espiritualidad en América Latina: Rasgos de ayer, desafíos teológicos hoy”. *Franciscanum. Revista de las ciencias del espíritu* LI, n.º. 151 (2009), 261-274. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=343529805011>
- Ortiz Arriagada, Juana Beatriz y Manuel Castro Salas. “Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia: Contribución de enfermería”. *Ciencia y Enfermería* XV, n.º. 1 (2009), 25-31. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v15n1/art04.pdf>
- Ortiz Rodríguez, Erika, Luisa Fernanda Forero Quintana, Laura Valentina Arana Clavijo, Mauricio Polanco Valenzuela. “Resiliencia, optimismo, esperanza y sentido de vida en el adulto mayor con y sin enfermedad crónica de la ciudad de Bogotá”, *Diversitas* 17, n.º. 2 (2021), 1-14. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8391747#:~:text=En%20ese%20sentido%2C%20el%20objetivo%20de%20la%20investigaci%C3%B3n,tipo%20descriptivo%20correlacional%2C%20de%20corte%20transversal%20por%20encuesta.>
- Papalia, Diane E., Harvey L. Sterns, Ruth Duskin Feldman y Cameron J. Camp. “Desarrollo adulto y vejez en un mundo cambiante”, en *Desarrollo del adulto y vejez*, tercera edición. Traducido por Víctor Campos Olguín, 1-32. México: McGraw Hill, 2009.
- Pasek de Pinto, Eva. “Hacia una conciencia ambiental”. *Revista Venezolana de Educación Educere* 8, n.º. 24 (2004), 34-40. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35602406>
- Perdomo López, María Elena. “El problema ambiental: hacia una interacción de las ciencias naturales y sociales”. *Iberoamericana de Educación* 3, n.º. 44 (2007), 1-11. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/1898Lopez.pdf>
- Pérez Andreo, Bernardo. “Ecología Integral. Una lectura de *Laudato Si* desde el capitalismo neoliberal”. *Revista Miscelánea Comillas* 74, n.º. 145 (2016), 285-308. <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/7671>
- Raffo, Pilar. “Acompañamiento psicológico y terapia psicológica”. *Instituto Internacional de Derechos Humanos* (2007), 45-90. <https://es.scribd.com/document/135687631/Acompanamiento-psicologico>
- Ramírez Hernández, Omar. “Identificación de problemáticas ambientales en Colombia a partir de la percepción social de estudiantes universitarios localizados en diferentes zonas del país”. *Revista Internacional de Contaminación Ambiental* 31, n.º. 3 (2015), 293-310. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-49992015000300009
- Reynosa Navarro, Enaidy. *Crisis ambiental global. Causas, consecuencias y soluciones prácticas*. Múnich: GRIN Verlag GmbH, 2015.
- Rodríguez de Ávila, Ubaldo. “El impacto del hombre en la naturaleza: una perspectiva desde la psicología y la economía”. *Revista Duazary* 3, n.º. 1 (2006), 60-63. <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/608>
- Rojas Mesa, Santiago. “Entre estética y ética: concepciones histórico-sociales para lo artístico”. *Revista Colombiana de Pensamiento Estético* n.º. 6 (2017), 60-127. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/estetica/article/view/92126>
- Schökel, Luis Alonso. *Esperanza. Meditaciones bíblicas para la tercera edad*. Santander: Editorial Sal Terrae, 2000.
- Smith, Thomas y Roberto Leo Smith. *Ecología*, 6ta. Edición. Traducido por Elena Sanjosé Román. Madrid: Pearson Educación, 2007.
- Zapata Farías, Hernán. “Adulto Mayor: Participación e identidad”. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile* X, n.º. 1 (2001), 189 - 197. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26410114>