

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DEL TRABAJO
GRADO EN TRABAJO SOCIAL
Trabajo Fin de Grado

ANSIEDAD ANTE LA MUERTE EN JÓVENES Y PERSONAS MAYORES DE DETERMINADAS ZONAS DE LA CIUDAD DE ZARAGOZA

Estudiante/s: ALCÁZAR FERRER, MARÍA

GARCIA MIGUEL, MARÍA

Director/a: M^a JOSÉ COSTA

Zaragoza, junio de 2014



Universidad
Zaragoza



Facultad de
Ciencias Sociales
y del Trabajo
Universidad Zaragoza

ÍNDICE

<u>1.- INTRODUCCIÓN</u>	2
<u>2.- JUSTIFICACIÓN</u>	4
<u>3.- PLANTEAMIENTO Y DISEÑO</u>	6
<u>4.- MARCO TEÓRICO</u>	9
<u>5.- METODOLOGÍA</u>	23
5.1.- <u>TIPO DE INVESTIGACIÓN</u>	23
5.2.- <u>MUESTRA" DE LA POBLACIÓN SELECCIONADA.</u> <u>REPRESENTATIVIDAD DE LAS UNIDADES DE OBSERVACIÓN</u> <u>SELECCIONADAS</u>	25
5.3.- <u>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA OBTENCIÓN DE LA</u> <u>INFORMACIÓN</u>	30
5.3.1.- <u>DOCUMENTACIÓN</u>	30
5.3.2.- <u>ENCUESTA</u>	30
5.3.3.- <u>OBSERVACIÓN</u>	31
5.3.4.- <u>ESTADÍSTICA UTILIZADA</u>	31
5.3.5.- <u>PROGRAMAS INFORMÁTICOS, ESTADÍSTICOS</u>	33
5.3.6.- <u>LA ESCALA DE ANSIEDAD ANTE LA MUERTE (DAS)</u>	34
<u>6.- ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS</u>	38
<u>7.- CONCLUSIONES</u>	55
<u>8.- BIBLIOGRAFÍA</u>	60
<u>9.- ANEXOS</u>	63
<u>ANEXO I</u>	63
<u>ANEXO II</u>	64

1. INTRODUCCIÓN

El concepto que tenemos de la muerte hoy en día ha ido cambiando con el transcurso de los años.

Actualmente es un tema “tabú” del que prácticamente nadie quiere hablar y que incluso se intenta evitar ya que en algunos casos llega a producir ansiedad y miedo.

Con esta investigación lo que pretendemos es adquirir un mayor conocimiento sobre la ansiedad ante la muerte entre los jóvenes de nuestra sociedad, y más concretamente aquellos que tienen entre 20 y 29 años, junto con otro colectivo formado por personas mayores con edades comprendidas entre los 75 y 84 años.

A lo largo del estudio, se van viendo las diferencias que existen entre ellos en función de las variables que hemos seleccionado, y para ello hemos realizado una encuesta a 416 individuos de la zona del Centro de Zaragoza y del barrio de San José, jóvenes y personas mayores.

Para la presentación de los resultados donde se muestra si se cumplen o no las hipótesis planteadas al comienzo de la investigación, se representarán gráficamente junto con una breve explicación de cada resultado obtenido en las preguntas planteadas en las encuestas.

El diseño de nuestro trabajo se estructura en 8 apartados:

En primer lugar, hemos desarrollado el planteamiento y diseño, donde exponemos la idea principal de nuestra investigación, punto de partida de los siguientes puntos:

- Objetivos
- Población y universo
- Ámbito geográfico
- Hipótesis de estudio
- variables

A continuación, se explica la metodología y las técnicas de investigación, es decir, como hemos llevado a cabo nuestro estudio. La triangulación metodológica, la técnica de la encuesta, la de la observación, la documentación y la elección de nuestra muestra/muestreo utilizada darán forma a este apartado. Para calcular el número de personas que formaran nuestra muestra, aplicamos la fórmula para poblaciones finitas de Domenech y M. (1981).

Para justificar la investigación, el marco teórico de nuestro estudio hace referencia a los fundamentos teóricos en los que nos hemos apoyado, teorías y autores para reflejar conceptos sobre nuestro estudio.

En el apartado de datos y discusión, analizamos e interpretamos los resultados obtenidos a través de las encuestas realizadas y para ello adjuntamos tablas y gráficos en los que se reflejan los datos, sobre todo para una mejor visualización de las variables edad, zona...

Y las conclusiones, en las que se confirmaran o no las hipótesis planteadas y comprobaremos si hemos conseguido los objetivos propuestos al comienzo del estudio. Trataremos de hacer reflexiones acerca del tema tratado basándonos en la bibliografía leída y en la observación aplicada a lo largo de la investigación.

2. JUSTIFICACIÓN

Nace el interés de investigar a cerca de este tema cuando tuvimos nuestra primera toma de contacto como futuras profesionales. Nuestro campo de prácticas estuvo relacionado con personas mayores.

Gracias a la observación participante que pudimos llevar a cabo y ser testigos de los discursos que los ancianos nos transmitían, fuimos recopilando las preocupaciones que más se repetían: la soledad y la muerte.

A raíz de ahí y del interés por informarnos más acerca de este colectivo, se nos plantea la curiosidad que puede despertar este tema si se trata como un fenómeno cultural... ¿de carácter negativo? Lo iremos descubriendo a lo largo de la investigación.

Vivimos en una cultura en la cual se fomenta una manera de vivir que se pretende alejar de dichas experiencias.

La idea de la muerte está rodeada de grandes miedos y silencios, y en ocasiones se pretende ignorarla. Con esos comportamientos se aumenta el temor, al querer evitar tratar dicha idea ya que se aumenta el desconocimiento hacia ella.

En este entorno, naturalmente es donde nace una de las actitudes más comunes en relación a este tema, "la de su percepción como una enemiga dispuesta a atacarnos permanentemente" (Casado, 2013, p.30). Con esta actitud se ponen impedimentos para un posible aprendizaje para afrontar la muerte, y desemboca en vivir constantemente en alerta intentando evitar lo imposible e imprevisible. Queríamos investigar sobre cómo afecta dependiendo de la edad que se tenga., sabiendo que siempre supone una separación.

Es por eso que decidimos escoger esos dos tipos de población, jóvenes y personas mayores, pues seguramente serían los que mayor contraste tendrían en sus pensamientos ante este tema.

La ansiedad ante la muerte nos pareció interesante para nuestra investigación puesto que es "tabú" en la sociedad y queríamos conocer como lo viven el colectivo de personas jóvenes y mayores.

Creemos que trabajar un tema como es el de la ansiedad ante la muerte es una elección atrevida y puede salir una investigación muy interesante al realizar una comparación entre estos dos colectivos tan opuestos.

3. PLANTEAMIENTO Y DISEÑO

La **hipótesis** que nos planteamos y que comprobaremos su veracidad o no a través de los resultados obtenidos, es que: ***los jóvenes presentan mayor ansiedad ante la muerte que las personas mayores y que en el Centro de la ciudad de Zaragoza se reflejará menor ansiedad respecto a la población que reside en el barrio de San José.***

Diseñamos esta hipótesis porque pensamos que los jóvenes sienten la muerte como algo lejano y que supondría el fin de muchos proyectos personales, y esto les crea mayor ansiedad este tema.

En cambio las personas mayores tienen una larga experiencia personal vivida y han pasado por duelos que les ayuda a afrontar la muerte de una manera distinta a los jóvenes, o al menos a verlo como algo más cercano y posible.

Una vez planteada la hipótesis, es necesario fijar el objetivo u objetivos que nos ayudarán a refutarla o validarla.

El objetivo general de nuestra investigación es ***conocer la ansiedad que provoca la muerte, haciendo una comparación entre los resultados hallados en jóvenes de 20 a 29 años y personas mayores de 75 a 84 años en la ciudad de Zaragoza, en el barrio de San José y en la zona Centro.***

Para la consecución de este objetivo, es necesario plantearnos unos objetivos más concretos que nos ayudarán a conseguir el resultado final de nuestra investigación:

- **Objetivo específico 1:** analizar el impacto que tiene la muerte en jóvenes de 20 a 29 años en la ciudad de Zaragoza.

- **Objetivo específico 2:** analizar el impacto que tiene la muerte en personas mayores de 75 a 84 años en la ciudad de Zaragoza.

- **Objetivo específico 3:** comparar qué colectivo presenta mayor ansiedad ante este tema.

Trataremos de conseguir los objetivos a través de un cuestionario que pasaremos a nuestra población objeto de estudio, pues de esta manera podremos describir la ansiedad que tienen ante la muerte a partir de los datos extraídos de la muestra representativa.

Además trataremos de buscar explicaciones a los comportamientos ante la muerte que refleja la población a través del cuestionario pasado por nosotras.

La población objeto de estudio de esta investigación es la población joven y personas mayores que reside en la ciudad de Zaragoza en el momento actual.

Más concretamente ciñéndonos a dos distritos dentro de Zaragoza: San José y el Centro.

La primera variable escogida para nuestro estudio es la edad, para poder hacer una comparación entre dos colectivos con expectativas muy diferentes.

Escogimos a jóvenes que residan en la ciudad de Zaragoza, concretamente en ambos distritos, comprendidos entre edades de 20 a 29 años. Creímos adecuada esta selección porque es una franja de edades en la cuales se plantean muchos cambios y vivencias personales. Se ve la vida con actitud activa y llena de planes de futuro. Por ello, pensamos que pueden aportar a nuestra investigación datos que nos lleven a reflexiones interesantes sobre cómo reaccionan los jóvenes antes la muerte.

Escogimos a personas mayores que residieran en ambos distritos de la ciudad de Zaragoza, de 75 a 84 años.

Las personas mayores ven la vida desde la experiencia y el pensamiento de hacer planes en un futuro más cercano.

Tanto en jóvenes como en personas mayores, seleccionamos un intervalo de edad de 9 años y que residieran en la ciudad de Zaragoza. El motivo por el que escogimos este intervalo es porque así aparece en los estudios demográficos oficiales.

La segunda variable es escogida en función del lugar de residencia, es decir, San José o Centro.

Uno de los motivos por los que elegimos estos distritos es porque fueron las zonas donde realizamos las prácticas de intervención con personas mayores de septiembre a enero del curso 2013 – 2014.

De esta manera, ya conocíamos en primera persona la realidad social a la que nos enfrentábamos y teníamos mayor acceso a esa población.

Otro de los motivos que nos animaron a escoger esta variable, es porque vimos interesante investigar si existe alguna diferencia ante la idea de la muerte dependiendo de la zona donde se resida dentro de la misma ciudad. La población que reside en cada una de las zonas tienen un contexto social y económico diferente, y quizá eso se verá reflejado en los resultados.

4.- MARCO TEÓRICO

Para tener una visión más clara del comportamiento ante la muerte que tienen los jóvenes y las personas mayores, es necesario conocer un poco más a cerca de estos colectivos, como los ve la sociedad, cuáles son sus inquietudes y cómo no, si muestran o no ansiedad ante este tema. Por supuesto también hablaremos de la ansiedad ante la muerte.

El principal problema de las personas de edad es siempre el mismo en cualquier lugar del mundo: vivir el máximo tiempo posible, pero conservando en el seno de las colectividad los roles que dan sentido a la vida de las personas. Es decir, el deseo es, en todas partes, vivir mientras la vida valga más que la muerte (...). (Fericgla, 1992, p.48)

Podría decirse que una vida con sentido, es aquella en la que se tienen cubiertas las necesidades básicas, entre ellas las *necesidades sociales*. Éstas son: pertenencia a un grupo, estar integrado en el mismo e identificarse con él.

Tras la jubilación se abre una nueva fase dentro del ciclo vital para la que no siempre estamos adecuadamente preparados, pues la vejez es la edad de la vida en la que existe más variabilidad tanto del estado de salud como del estado psíquico o de relaciones sociales, y por tanto en la que comienza un nuevo aprendizaje. (Giró Miranda, 2006, p.25)

Es cierto, que desde que se comienza a trabajar de una manera continuada, se organizan los horarios y actividades de ocio a partir de la actividad laboral, y por tanto ese orden cronológico pierde sentido tras la jubilación. Y es entonces, cuando nace la necesidad de buscar constantemente otras que les aporten orden a sus vidas tras la ausencia de la actividad laboral.

Según Giró Miranda, "ya no se muere la gente cuando llega la jubilación. La prolongación de la vida más allá de la vida laboral es un hecho real y un éxito social". (2006, p.25)

Es necesario para encajar culturalmente el envejecimiento, conocer que se debe a un conjunto de fenómenos transitorios, somáticos, psicológicos y culturales, que guardan relación con las diferencias generacionales, y que el inicio del envejecimiento está fijado de una manera arbitraria y relacionado con determinado utilitarismo sociocultural, y no únicamente con acontecimientos biológicos.

Cuando nos referimos al envejecimiento de la población, no es más que el número de personas que entra en una etapa vital de vejez. La sociedad debería tener especial interés en conseguir que las personas jubiladas y de avanzada edad, tengan una buena calidad de vida y que la edad no sea un obstáculo para ellos.

En relación al envejecimiento, hay un concepto que aparece con frecuencia: envejecimiento activo. Según la Organización Mundial de la Salud (2002), es el "proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez".

Para conseguir una cultura de envejecimiento activo, es necesario crear una estrecha relación entre factores relacionados con el entorno físico - social, con los sistemas sanitarios y sociales, con factores económicos, de índole personal y estilos de vida.

Respecto al futuro en cuanto a la relación sociedad y personas mayores, se prevé un progresivo incremento en la esperanza de vida. Si actualmente está en 85 y 79 años, para mujeres y hombres respectivamente, en 2030 y según estudios demográficos se habrá incrementado a 87 y 81 años de edad.

Y es que, Fericgla (1992) afirma que:

La sociedad anuncia que los ancianos merecen todo el respeto de los demás, que gracias a ellos el mundo funciona en la actualidad, que la sabiduría acumulada a través de los años es insustituible y que la ancianidad merece ser el primer objetivo de cualquier intento social de bienestar. Sin embargo, los valores se decantan hacia la juventud, los programas publicitarios preconizan la guerra a las arrugas y a las canas, las innovaciones ahogan las tradiciones, los hijos apartan a los padres ancianos de su hogar y los visitan muy irregularmente, etc. (p.45).

Una vez introducido qué es una persona mayor para la sociedad en la que vivimos, hacemos hincapié en la relación y cómo afronta este colectivo la muerte.

Las personas mayores han vivido experiencias desagradables, rupturas y separaciones duras, por lo que la manera de enfrentarse a la muerte es diferente, está más asimilada y por tanto la ansiedad es menor generalmente.

Las actitudes más frecuentes que toman las personas mayores ante la muerte pueden ser: de indiferencia, es decir, aparentar que no les afecta, "a todos nos llega"; de temor quizá no tanto a la muerte sino al proceso, temen a sufrir hasta que llegue ese momento; de descanso en caso de ser una persona que ha sufrido mucho a lo largo de la vida o ha padecido una enfermedad crónica; y también de serenidad cuando la persona mayor siente que ha vivido una existencia plena.

Vallejo (2006, 2008) dice que la aproximación a la muerte en el anciano se desarrolla en cinco etapas.

La primera está caracterizada por la actitud del anciano de negación y aislamiento, es un mecanismo de defensa en el cual únicamente se centra en su propia existencia.

En la segunda etapa, se produce un sentimiento de ira y enfado. Se plantea la pregunta de ¿Por qué yo? Se revela contra el hecho de morir, que sea el fin de su existencia.

Tras este proceso, (Vallejo, 2006 - 2008),

(..) En el tercer momento aparece cierta tendencia a un pacto o negociación. Pedimos tiempo a cambio de una buena conducta, la persona mayor tiende a pensar que todavía no le toca a él. Esta fase sólo dura breves períodos de tiempo. Es un intento de posponer los hechos. La mayoría de los pactos se hacen con la divinidad y se guardan en secreto. (p. 22)

Después de esto se produce un estado depresivo, pues la persona mayor empieza a ser consciente de que no puede desempeñar las actividades que realizaba antes. Aparece la sensación de inutilidad.

Por último, la quinta etapa, es cuando se acepta la muerte, una vez que han ido sucediendo y se han ido superando las fases previas.

Son términos que ya Kübler Ross había descrito en 1969 en su libro *On death and Dying* y que se detectaban no solamente en la población de mayor edad.

Pasando a hablar ahora de los jóvenes, primero tenemos que definir qué significado tiene para la sociedad de hoy en día el término *juventud*.

Definir juventud es algo que todos consideramos fácil pues es un tramo en la vida de las personas que da comienzo en la edad temprana hasta la vida adulta, y ocurre en todas las culturas por igual a lo largo de toda la historia. Se intenta definir continuamente

desde aproximaciones sociales, demográficas, culturales, psicológicas y muchas más.

Lo difícil de nuestro estudio viene cuando al hablar de juventud, lo hacemos refiriéndonos a un conjunto de personas que se encuentran en la sociedad y con la característica de ser muy heterogéneo dependiendo del hábitat en el que vivan, la edad de éstos, las condiciones socioeconómicas en las que se encuentren, el nivel educativo, la madurez psicológica de cada uno, la diferencia entre sexos, la incorporación al trabajo, autonomía e independencia que conlleva la formación de un nuevo núcleo familiar, etc.

La juventud, hoy en día, ocupa un papel protagonista en nuestra sociedad. Es una etapa de nuestra vida humana y que perdura a lo largo de la existencia humana.

La mayor parte de la gente suele categorizar esta etapa únicamente por la edad, y no es solo un proceso biológico, sino también se puede decir que es un proceso social, psicológico y cultural.

Según la Organización de las Naciones Unidas, la juventud comprende el rango de edad entre los 10 y los 24 años; abarca la pubertad o adolescencia infantil (de 10 a 14 años), la adolescencia media o tardía (de 15 a 19 años) y la juventud plena (de 20 a 24 años).

Nuestra investigación está más centrada a la juventud plena, concretamente en un intervalo desde los 20 a los 29 años de edad.

A continuación tratamos de aproximar cómo vive el joven la muerte, qué ansiedad le produce y cuáles son algunas de sus reacciones y sentimientos.

El colectivo descrito anteriormente siente la muerte más cercana por la edad, pero el hecho de ser joven no excluye este sentimiento,

aunque bien es cierto que el significado de la muerte cambia conforme pasan los años.

Hablar de la muerte es algo muy delicado y complejo, pero a la vez totalmente simple, puesto que es el final inevitable e irrevocable de nuestras vidas. La concepción de la muerte como el fin de la vida o como el camino hacia una vida posterior, puede servir como condicionante en la manera de comportarse y de actuar de los individuos y de las sociedades.

La idea de morir a edades tempranas puede suponer un problema para algunos jóvenes, ya que temen ser olvidados por sus seres queridos.

La muerte está vista como un tema amenazador y extraño entre ellos, que la rodea de grandes miedos y temores y que se mantiene apartada del lenguaje cotidiano que éstos emplean, y aunque el joven esté pasando por un momento en el que vea de cerca la muerte, no se suele hablar del tema, evadiéndolo y convirtiéndola en un algo silencioso generando así cierto temor, ansiedad y preocupación.

De esta forma, pueden ver la muerte como un afrontamiento de la realidad racionalmente, que es una opción saludable, o por el contrario, desencadenar una angustia hacia la muerte dándose el caso de que solo con el hecho de imaginársela les haga tener una actitud de negación y de evitar el tema en todo momento convirtiéndola en un serio problema.

La forma de ver la muerte varía según recaiga en uno mismo o en otra persona de nuestro entorno y según las culturas, pero toda persona joven teme a la muerte, en mayor o menor medida, y sobre todo se teme más a los acontecimientos que ésta puede conllevar. Lo que crea más ansiedad en los jóvenes de hoy en día es todo lo que conlleva el proceso de morir más que el hecho de la propia muerte.

Los jóvenes quieren averiguar lo que significa para ellos la muerte y para su futuro, por lo que ésta y todo lo que guarde relación con ella será tema de reflexión y, cómo no, de preocupación. Para una persona joven, la aparición de una enfermedad trágica hace que la viva como algo muy frustrante y difícil de llevar debido a que éste ya ve imposible alcanzar aquellas metas que se había propuesto en un futuro. De las reflexiones que se hagan sobre ella pueden salir actitudes bastante complejas.

La actitud de la que más se ha investigado con respecto a la muerte es la ansiedad que ésta provoca. Y que, en mayor o menor medida, forma parte de los síntomas más importantes de trastornos en los jóvenes tales como: ataques de pánico, estados depresivos, trastornos esquizofrénicos, estrés postraumático, anorexia y bulimia.

Este síntoma (la ansiedad) se agrava más cuando un joven sufre determinadas vivencias que tiene que afrontar, como son la pérdida de un amigo o de un ser querido, o la propia muerte si el joven padece algún tipo de enfermedad terminal llegando a suponer un nuevo enfoque y la asimilación del término muerte.

Una vez definidos los dos colectivos claves para nuestra investigación, es necesario conocer qué es *la ansiedad ante la muerte* para comprender mejor las actuaciones de nuestra población objeto de estudio y analizar los resultados de una manera más teórica.

Los autores Lonetto y Templer (1988) afirman que:

Cuando nuestra vida ha perdido el sentido de su significado, cuando la espiral de la vida parece engullirnos, conocemos la ansiedad ante la muerte. Cuando nuestra vida está llena de calma y de certidumbre, también conocemos la ansiedad ante la muerte. Está allí, sin dejarse sentir, una aliada. (p. 106)

La idea de pensar en la muerte tiene un sentimiento de rechazo en todos los individuos de la gran mayoría de las culturas y edades. Tal y como se conoce, con la muerte termina la existencia del individuo. Este hecho es algo inherente al ser vivo, la vida y la muerte no se pueden separar.

Se entiende la *muerte* como el fin de la existencia terrenal del individuo, a lo largo de la historia este concepto ha sufrido transformaciones en la manera de entenderla y asumirla. La manera de aceptar la muerte ha sufrido grandes cambios antropológicos pero si algo tiene en común en toda la historia, es que el humano es vulnerable ante la muerte.

Según Lonetto y Templer, (1988) cuatro factores describen la ansiedad ante la muerte:

- 1.- Las reacciones cognoscitivas y afectivas a la muerte.
- 2.- Los cambios físicos, reales y / o imaginarios, que se dan en la muerte o en enfermedades graves.
- 3.- Tener noción del imparable paso del tiempo, que puede comprimir el futuro y expandir el pasado.
- 4.- El dolor y el estrés, reales y/o anticipados, que se dan en la enfermedad crónica o terminal y en los miedos personales.

La actitud que se afronta ante la muerte, en ocasiones está relacionada con la edad, aunque lo que prevalece es el carácter individual, y es desde lo individual desde donde se debe actuar, aunque bien es cierto que la muerte propia es inimaginable. El temor que produce, por lo general, el pensar en la muerte es algo común en la mayoría de las culturas, y la actitud que se tome hacia ella es producto de la educación, sin olvidar la importancia de la madurez emocional y varía en función del contexto cultural.

La concepción sobre la muerte se refiere al fin de la vida e influye en la actitud y en la libre interacción del individuo con la sociedad. Y nuestra sociedad la entiende como una separación con todo lo que nos rodea y un antes y un después para la familia y personas cercanas que la sufren de cerca.

El miedo a la muerte es una emoción universal. Todos los seres humanos tienen miedo, en más o menos grado, a lo desconocido y a la incertidumbre que entraña. La muerte es temida por la imposibilidad de conocer su naturaleza, por el misterio que reside tras ella, porque significa la nada, la ruptura, y tal vez el juicio final. Estos temores desencadenan incomodidad ante la muerte del otro...quizá lleva a pensar en la propia". (Casado, 2006, p.34).

La muerte o la idea que se tiene de ella, genera todo tipo de actitudes en los individuos aunque sin duda las más comunes son miedo y ansiedad.

Para Freud, la ansiedad se considera como una señal del Yo que traduce sobrevivencia y cuando atañe a todo el cuerpo se considera como una señal de que el mismo está en peligro. Habla de tres tipos de ansiedades:

- 1.- La ansiedad de realidad, o llamada también miedo.
- 2.- La ansiedad moral y se refiere a lo que sentimos cuando el peligro no desciende del mundo externo, sino del mundo social conocedor del Superyo. Es otro método para hablar de la culpa, vergüenza y el miedo al castigo.
- 3.- La ansiedad neurótica. Ésta consiste en el miedo a sentirse abrumado por los impulsos del Ello. Este es el tipo de ansiedad que más interesó a Freud al que se acabó llamando ansiedad.

A pesar de aparecer constantemente el temor en la idea de la muerte, investigaciones demuestran que lo que realmente genera ansiedad es el pensar en el proceso de morir y no en la muerte en sí. Se tiene más temor a sufrir que a morir. De hecho, parte de los temores pivotan en torno al proceso de la agonía, no al morir como tal.

León "et al" (2002, p.44) reflejan que en la última etapa de la vida, el miedo se evidencia de las siguientes formas:

- Miedo al proceso de la agonía en sí. (...) Angustia por si el hecho de morir implicará grandes sufrimientos físicos o psíquicos.
- Miedo a perder el control de la situación.
- Miedo a lo que acontecerá a los suyos tras su muerte.
- Miedo al miedo de los demás.
- Miedo al asilamiento y a la soledad. (...) Tener miedo a estar solo a la hora de morir.
- Miedo a lo desconocido. (...) ¿Qué ocurre después de la muerte?
- Miedo a que la vida que se ha tenido no haya tenido ningún significado.

Por tanto, la ansiedad ante la muerte sería el miedo a dejar de vivir, a dejar de ser. Mientras que el miedo a la muerte sería el miedo al proceso de morir.

Más en profundidad, Pichot (1987) define *ansiedad* como un estado emocional con tonalidad negativa que se compone fenomenológicamente de tres elementos fundamentales: la percepción de un peligro inminente, una actitud de espera ante este

peligro y un sentimiento de desorganización, junto con la consciencia de una total indefensión ante el peligro. (p. 257)

Ciñéndonos más al tema de nuestra investigación, la *ansiedad ante la muerte* puede definirse como una reacción emocional que se produce al percibir señales de peligro o amenaza, reales o imaginadas pueden desencadenarse ante (Tomás Sábado y Gómez Benito, 2003, p. 258):

- 1.- Estímulos ambientales como cadáveres, cementerios, etc.;
- 2.- Estímulos situacionales que se hayan condicionado por asociación de los anteriores y sean capaces de provocar una respuesta condicionada
- 3.- Estímulos internos de la persona, como pensamiento o evocación de imágenes relacionadas con la muerte propia o ajena. Nos encontramos con una sociedad, siendo mortal, rechaza la muerte.

La ansiedad ante la muerte es un combinado de, como mínimo, cuatro componentes (Lonetto y Templer, 1988, p. 53);

- 1- Preocupación por las reacciones intelectuales y emocionales ante la muerte
- 2- Preocupación por el cambio físico
- 3- Percatarse del paso del tiempo
- 4- Preocupación por el dolor y el estrés que acompañan a la enfermedad y a la muerte.

La ansiedad y los miedos que provocan la muerte, se van a reflejar en mayor o menor grado dependiendo de la historia propia de cada uno, de la cultura en la que vive el individuo y de la manera en que haya afrontado anteriormente los cambios y las transformaciones vividas.

La ansiedad ante la muerte está constantemente presente en la vida de una persona, aunque no siempre será consciente de la presencia de este sentimiento. En ocasiones se podría decir que la ansiedad ante la muerte, es ansiedad al cambio y a la separación.

Hay algunas variables que se consideran condicionantes o que están asociadas con la ansiedad ante la muerte. Según Tomás-Sábado y Gómez Benito (2003) son el género, la edad, la personalidad, la ocupación, el estado de salud, la religiosidad y la conducta suicida.

En relación a la ansiedad ante la muerte y género, la mayoría de las investigaciones han llegado a la conclusión de que las mujeres presentan mayor ansiedad que los hombres. Esta tendencia se sigue cumpliendo en las investigaciones, incluso se afirma que es un fenómeno universal, pues se ha estudiado a mujeres de diferentes edades, se han seleccionado muestras interraciales de ancianos, mujeres de raza negra y blanca, sujetos japoneses y australianos, estudiantes, población árabe, sujetos anglosajones etc., y las investigaciones dictan los mismos resultados.

Para aproximar una explicación a esta relación entre el género y la ansiedad ante la muerte, es que las mujeres expresan con mayor habilidad sus sentimientos y admiten los sentimientos de preocupación con mayor facilidad.

En relación con la edad, según Tomás - Sábado y Gómez Benito (2003, p.261) afirman que:

(..) Tanto la edad como la madurez psicosocial correlacionan negativamente con la ansiedad ante la muerte, de manera que a mayor madurez psicosocial y mayor edad, menor ansiedad.
(...) Las personas mayores de todos los grupos piensan en la muerte más a menudo pero se muestran menos ansiosos ante ella que los sujetos más jóvenes.

El hecho de que a mayor edad menor ansiedad, quizá se deba a que la persona mayor tiene más aceptada su propia muerte, tiene menor calidad de vida y nivel de salud, mayor religiosidad, mayor experiencia en pérdidas anteriores o menores expectativas de vida. Este cúmulo de factores junto con el hecho de que ya han vivido acontecimientos desagradables, se traduce en un trauma menor ante la muerte.

Respecto a la ansiedad ante la muerte y la personalidad, las investigaciones concluyen que las características individuales de personalidad influyen sobre la ansiedad por ejemplo rasgos de personalidad como la sociabilidad, emocionalidad, agresividad, percepción del paso del tiempo, tensión, etc.

Otra de las variables, ansiedad ante la muerte y ocupación, es que la naturaleza del trabajo que el individuo realice afecta. Es decir no es lo mismo no tener ningún contacto con la muerte a tenerlo, como puede ser el personal sanitario o trabajadores funerarios.

En cuanto a la ansiedad ante la muerte y el estado de salud, el hecho de padecer alguna enfermedad no refleja necesariamente una mayor ansiedad.

Otra variable relacionada con la ansiedad ante la muerte es la religiosidad, y es uno de los aspectos que más se ha estudiado respecto a la ansiedad. Aquellos que esperan otra vida después de la muerte, que tienen una creencia religiosa presentan menor grado de ansiedad ante la muerte, pues ellos esperan obtener la vida eterna. Es por ello por lo que las creencias religiosas podrían ser una respuesta a la angustia que provoca a los individuos la idea de desaparecer.

Hoy en día, podemos decir que la ansiedad es la principal generadora de los miedos y fobias que sufrimos en nuestra vida diaria. Más concretamente la que sea crea ante la muerte es por el miedo a no

poder vivir todo aquello que uno se imagina realizar a lo largo de la vida cara el futuro, a saber qué será de la gente a la que quieren y a las cuales ya no volverán a ver más, el hecho de dejar de sentir para siempre, el miedo a que sus seres queridos se olviden de ellos, etc.

Cada vez los trastornos de ansiedad aparecen en edades más tempranas y se descubre con frecuencia el miedo a la muerte, y se convierte en el principal motivo por el que los jóvenes toman la iniciativa de acudir a un especialista.

El hecho de tener demasiado miedo a la muerte se refleja, en ocasiones, en personas que en su infancia y adolescencia recibieron unas muestras de apego demasiado sobreprotectoras y esto conlleva a una inseguridad en sí mismo de mayor por el hecho de, que cuando eran pequeños siempre necesitaban de los padres para explorar el entorno, produciéndose así también un miedo a la separación.

Pero ésta ansiedad, va disminuyendo con el paso de los años, conforme las personas van viviendo más tiempo y más momentos en su vida.

Para concluir, según Baltasar Gracián (2006), "la muerte para los jóvenes es un naufragio y para los viejos es llegar a puerto"

5. METODOLOGÍA

TIPO DE INVESTIGACIÓN

Como bien se puede apreciar desde el comienzo, nuestra investigación, según los objetivos que perseguimos, es de tipo **descriptiva**, ya que lo que intentamos es plantear cómo es hoy en día la realidad social de los jóvenes entre 20 y 29 años y las personas mayores con edades comprendidas entre 75 y 84 años respecto a cómo viven la ansiedad ante la muerte.

Según la finalidad de la investigación, podemos afirmar que se trata de una investigación **pura o básica** que se realiza con el fin de aumentar nuestros conocimientos teóricos, y poder realizar la verificación de nuestras hipótesis planteadas al comienzo de la investigación, que son las siguientes:

1. Los jóvenes presentan mayor ansiedad ante la muerte que las personas mayores.
2. En el Centro se reflejara menor ansiedad respecto a la población que reside en el barrio de San José.

Según el alcance temporal, nuestro estudio es **seccional o transversal**, ya que se caracteriza por ceñir la recogida de la información necesaria a un único momento en el tiempo y se lleva a cabo de una sola vez.

Según las fuentes que hemos utilizado a la hora de recopilar la información necesaria, podemos hablar de una **investigación mixta**, ya que utilizamos la investigación primaria y secundaria de forma complementaria, ya que la investigación secundaria suele ser un paso necesario para la mayor parte de los análisis de la realidad social. También hay que mencionar el tipo de información con la que hemos trabajado, que en nuestro caso es la mayor parte **información primaria** porque es obtenida de primera mano por nosotras como

investigadoras que somos y por tanto aseguramos que es información inédita.

Y por último, según el marco en el que se realiza nuestra investigación, podemos señalar que es ***de campo***, ya que esta investigación se realiza en contacto directo con la muestra que hemos seleccionado como motivo de estudio como son los jóvenes y las personas mayores.

MUESTRA" DE LA POBLACIÓN SELECCIONADA. REPRESENTATIVIDAD DE LAS UNIDADES DE OBSERVACIÓN SELECCIONADAS DETERMINACION DEL METODO DE MUESTREO

Generalmente encontramos dos tipos de muestras:

1. Probabilísticas
2. No probabilísticas

Las primeras son aquellas en las que se sabe la probabilidad de los individuos de ser incluidos en la muestra, y las no probabilísticas son aquellas en las que la probabilidad de los individuos de ser incluidos en la muestra no se sabe.

Dentro de las muestras probabilísticas se encuentra nuestro muestreo, que es por cuotas.

En este tipo de muestreo, se asigna un número de entrevistas a realizar a personas que reúnan las características determinadas que hemos planteado, seleccionándolas de manera aleatoria.

DETERMINACION DEL TAMAÑO DE LA MUESTRA

La población objeto de estudio, como ya hemos reflejado, es la población mayor y joven que residan tanto en barrio de San José y el Centro de Zaragoza, cuya cifra numérica es de $N = 21.995$ habitantes.

Aplicando la fórmula de Domenech y M (1981), nos corresponden 384 cuestionarios a pasar a nuestra población objeto de estudio, y decidimos redondear a 400 por manejar una cifra más cómoda.

Haciendo un desglose de la cifra total, son 13.325 habitantes en San José, de los cuales 7.362 son jóvenes y 5.963 ancianos.

En cuanto al Centro, son 9.670 habitantes, de los cuales 4.581 son jóvenes y 5.062 ancianos.

Una vez reflejados estos datos, es cuando planteamos la muestra, y según Antoni (2008, p. 2):

Es la parte de la población con la que se realiza la investigación o el estudio.

El hecho de trabajar con muestras no es el ideal, sino más bien un condicionante. Por lo general, no se trabaja con las poblaciones por el coste de tiempo, de dinero y por la dificultad de acceso a cada uno de los individuos. (...).

Cuando se trabaja con muestras hemos de garantizar la representatividad con la población de la cual ha sido extraída. De esta manera, la porción de población que nos informa representará con mayor precisión a dicha población. (...)

También se puede destacar que gracias al uso de muestras, los datos son recogidos de una manera más rápida y los resultados son analizados en un período óptimo.

Para calcular el número de personas que formaran nuestra muestra, aplicamos una fórmula para poblaciones finitas de Domenech y M (1981):

$$n = \frac{N \cdot z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 (N - 1) + z^2 \cdot p \cdot q}$$

En nuestra investigación hemos fijado un nivel de confianza (fiabilidad) del 95%, lo que supone un intervalo igual a +/- 1,96 y tolerado un máximo error muestral de +/- 0.05 (5%).

Siendo:

→ N = el número de personas pertenecientes a nuestros barrios objeto de estudio

→ z = el valor para una confianza del 95% que es 1'96; considerado en el caso más desfavorable; es el valor que se utiliza en la mayoría de los trabajos de investigación.

→ p = es la probabilidad de cada una de las respuestas (si existe o no ansiedad ante la muerte). Al ser desconocido su valor, en la mayoría de los casos se suele interpretar como que " p " toma el valor 50%

→ $q = 1 - p$

→ e = es el error máximo de la estimación, considerado al 5%. La precisión de la estimación la estimaremos pues en un $\pm 5\%$.

Para calcular el número exacto de personas a encuestar que debemos realizar en cada barrio y a cada grupo de población, hemos realizado la siguiente regla de tres:

--

Si el total de la población de San José y Centro de Zaragoza son 21.995 y corresponden realizar 400 cuestionarios, para hallar el número de personas que debemos encuestar en la zona Centro, será:

$9.670 \times 400 = 3.868.000$; $3.868.000 / 21.995 = \underline{176}$
cuestionarios en total.

Si para 9.670 personas que residen en el Centro con las características que hemos indicado corresponden 176 personas, para 4.581 personas jóvenes de esa zona, habrá que realizar los siguientes:

$$4.581 \times 176 = 806.256 \quad ; \quad 806.256 / 9.670 = \underline{83 \text{ cuestionarios a jóvenes.}}$$

Si para 9.670 personas que residen en el Centro con las características que hemos indicado corresponde que se encueste a 176 personas, para 5.062 personas mayores de esa zona, corresponderá encuestar:

$$5.062 \times 176 = 890.912 \quad ; \quad 890.912 / 9.670 = \underline{92 \text{ cuestionarios a personas mayores.}}$$



Si el total de la población de San José y Centro de Zaragoza son 21.995 y corresponde encuestar a 400 individuos, para hallar el número de cuestionarios que debemos hacer en el barrio de San José, 13.325 personas, serán:

$$13.325 \times 400 = 5.330.000 \quad ; \quad 5.330.000 / 21.995 = \underline{242 \text{ cuestionarios en total.}}$$

Si para 13.325 personas que residen en el Barrio de San José con las características que hemos indicado corresponde encuestar a 242 sujetos, para 7.362 personas jóvenes de esa zona, habrá que realizar los siguientes:

$$7.342 \times 232 = 1.781.604 \quad ; \quad 1.781.604 / 13.325 = \underline{133 \text{ cuestionarios a jóvenes.}}$$

Si para 13.325 personas que residen en el Barrio de San José con las características que hemos indicado le corresponden 242 cuestionarios, para 5.963 personas mayores de esa zona, habrá que encuestar a:

$5.963 \times 242 = 1.443.046$; $1.443.046 / 13.325 = \underline{108 \text{ cuestionarios a personas mayores.}}$

Hemos pasado 416 cuestionarios a nuestra población objeto de estudio, puesto que en algunas de las operaciones nos aparecían decimales y decidimos redondearlos para evitar los decimales.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA OBTENCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Para llevar a cabo nuestro Trabajo de Fin de Grado, tomamos como referencia anteriores estudios sobre el tema para poder hacernos una idea de cómo guiar nuestro estudio y así llevar un orden para lograr realizar un buen trabajo de investigación.

DOCUMENTACIÓN

Nuestro punto de partida en esta investigación, ha sido consultar e informarnos sobre los temas de interés que guardan relación con nuestra investigación, sobre todo jóvenes, personas mayores y ansiedad ante la muerte en rasgos generales.

Es la primera toma de contacto con el problema a estudiar y es aquí cuando realizamos una búsqueda de referencias, consulta bibliográfica y acercamiento preliminar a los jóvenes y a las personas mayores puesto que son nuestro objeto de estudio.

ENCUESTA

Otra técnica que hemos manejado a la hora de recogida de la información necesaria para elaborar el estudio es la encuesta.

Según la definición de Iguzquiza (2002, p.36), "la encuesta personal es el procedimiento mediante el cual un entrevistador administra un cuestionario a un entrevistado dentro de un limitado periodo de tiempo y en presencia de él".

Una de las razones por las que hemos optado por esta técnica de recogida de información es porque gracias a ella es fácil acceder a toda la población y es el procedimiento más efectivo para acrecentar la colaboración de la población en nuestro cuestionario.

Otra razón es porque a la hora de pasar el cuestionario, el hecho de que el entrevistado interrumpa la entrevista una vez comenzada es muy poco probable y se reduce el número de respuestas evasivas.

En la encuesta personal se realiza una interacción entre el investigador y el encuestado personalmente en la que éste último responde a las preguntas que el investigador plantea en la encuesta de manera clara y concisa.

OBSERVACIÓN

Es el proceso de recopilación de datos e información básica que utilizan nuestros sentidos para observar hechos y realidades sociales de la actualidad en el contexto real donde desarrollan sus actividades.

En ella ha participado nuestra muestra seleccionada como sujetos observados. Los medios que son los sentidos, los instrumentos que sirven de apoyo de los sentimientos (cuaderno de notas, cuestionario, etc.) y el marco teórico que sirve de guía para la observación.

ESTADÍSTICA UTILIZADA

La estadística empleada en esta investigación para hallar resultados, es la *estadística descriptiva* cuyo objetivo es describir y analizar los rasgos de un conjunto de datos, en este caso de nuestra población objeto de estudio.

Gracias a ello podremos obtener conclusiones sobre las características de dicho conjunto analizado y sobre las relaciones que pueda haber con otras poblaciones, en este caso jóvenes y personas mayores.

Obteniendo la comparación entre estos dos tipos de población es como obtendremos resultados y podremos refutar o verificar la hipótesis planteada al inicio de la investigación.

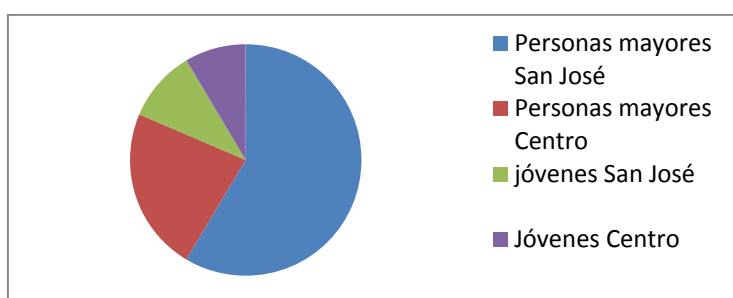
Este tipo de estadística, cuenta con una distribución de frecuencias, es decir, muestra el número de veces que ocurre cada observación.

Existen tres tipos de frecuencias:

1. Absoluta: aquella que mide la cantidad de veces que ocurre el "acto". En este caso, el número de personas mayores y jóvenes que hay en el Centro y San José.
2. Relativa: se divide la frecuencia absoluta de cada "acto", entre el total de "actos". Es decir, entre personas mayores y jóvenes.
3. Porcentual: se multiplica la frecuencia relativa por 100.

Una vez hallados los resultados mediante este tipo de estadística, lo reflejaremos a través diagramas de sectores. Tienen forma circular y representa frecuencias, expresadas en porciones proporcionales a las frecuencias.

Por ejemplo:



Fuente: Elaboración propia

PROGRAMAS INFORMÁTICOS, ESTADÍSTICOS

Para la redacción de esta investigación hemos empleado el programa informático *Microsoft Word 2010*.

Es una plataforma que sirve para procesar datos, crear artículos, revistas, etc. Es uno de los procesadores de texto más difundido por el mundo. Además permite manejar idiomas, hacer uso de sus correcciones de ortografía y es una plataforma sencilla y predecible. También, incluir ilustraciones y fotografías, así como insertar gráficos, mapas o tablas.

Es un programa con el que nos sentíamos cómodas y teníamos un buen manejo de él. De esta manera presentaríamos la investigación de una manera atractiva y ordenada.

Para hacer el estudio de los resultados, escogimos el programa informático *Microsoft Excel 2010*. Permite crear tablas y calcular y analizar datos. Se denomina *software de hoja de cálculo*. Este programa permite crear tablas que calculan de una manera automática los totales de los valores numéricos que se han introducido. A partir de ahí también te permite crear gráficos simples con los resultados hallados.

Por este motivo, nos pareció el programa informático adecuado para llevar a cabo la estadística descriptiva que queríamos aplicar en la investigación, representada a través de diagramas sectoriales.

LA ESCALA DE ANSIEDAD ANTE LA MUERTE (DAS)

La encuesta que vamos a realizar mediante el cuestionario que vamos a pasar a nuestra población objeto de estudio, es un instrumento de medida de la ansiedad ante la muerte consta de 15 ítems.

Recibe el nombre, Escala de Ansiedad ante la Muerte, *Death Anxiety Scale (DAS)* (Templer 1970).

En las últimas décadas, el tema de la ansiedad ante la muerte ha sido estudiado a través de técnicas proyectivas, cuestionarios, entrevistas, estudio de diarios, etc. Pero en los diversos estudios siempre aparecía la misma dificultad en cuanto a la medición de la actitud ante ella ya que son diversas las variables que inciden en este tema.

De hecho existen diversos índices y escalas que miden la ansiedad ante la muerte: la escala del Miedo a la Muerte de Boyar, Jerone Boyar en 1964; la escala del Miedo a la Muerte de Collett-Lester en 1969; la escala de Preocupación por la Muerte de Dickstein en 1972; el Índice de Temor de Kreiger, Epsting y Leitner en 1974; la escala de Ansiedad ante la Muerte del MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) en 1967; la escala de Ansiedad ante la Muerte (DAS) en 1970, etc.

Es por ello por lo que no se ha logrado un modelo a nivel universal que consiga unificar los aspectos teóricos y metodológicos de la psicología de la muerte.

Aunque no se haya conseguido un instrumento único para medir la ansiedad ante la muerte, el más popular y usado con más frecuencia en trabajos de investigación sobre este tema es la escala de *DAS*.

Esta escala, tiene sus comienzos en los años 1967, 1969 y 1970, de la mano del autor I. Templer.

Parte de cuarenta elementos que describían la ansiedad ante la muerte, pero posteriormente se determinaría la validez a través de

un psicólogo clínico, dos estudiantes graduados de psicología clínica y cuatro capellanes de un hospital público. Se dio la validez a esos 40 elementos mediante la votación del 1 al 5, siendo 1 "irrelevante para la ansiedad ante la muerte" y 5 "muy estrechamente asociado con la ansiedad ante la muerte".

Los 40 elementos iniciales planteados son (Lonetto y Templer, 1988, p. 112,113):

1. Me pongo un poco triste cuando se aproxima mi cumpleaños.
2. Tengo mucho miedo a morirme.
3. No me da miedo hacerme viejo.
4. Pienso en la muerte cada día.
5. Raramente me viene a la cabeza la idea de la muerte.
6. Me sobresalta leer que ha muerto una persona famosa.
7. No me afecta demasiado ir al entierro de un amigo.
8. Siento un poco de tristeza cuando, en otoño, caen las hojas de los árboles.
9. No me pone nervioso que la gente hable de la muerte.
10. Me horroriza que he de sufrir una operación.
11. No tengo ningún miedo a morirme.
12. No estoy especialmente temeroso de llegar a tener cáncer.
13. Creo que se deberían construir más refugios contra un ataque nuclear.
14. No estoy excesivamente preocupado porque les pase algo de mis seres queridos.
15. Odio que se maten gatos y perros, aunque sea por fines científicos.
16. Me da poco miedo ir en avión.
17. Me siento mal, de golpe, cuando alguien usa la palabra "muerte".
18. No me molesta nunca la idea de la muerte.

19. Me gustaría mucho llegar a viejo, de más de 90 años.
20. Me siento mal en cuanto entro en un hospital.
21. Cuando niño, me preocupaba más por la muerte que la mayoría de los niños.
22. No me preocupa especialmente haber de pasar por cementerios.
23. A menudo me siento mal cuando el tiempo pasas tan rápidamente.
24. Me da miedo morir de una muerte dolorosa.
25. Me filosofía de vida me permite reconciliarme con la muerte.
26. El tema de la otra vida me preocupa mucho.
27. Me espanta tener un ataque de corazón.
28. Me gusta ver los programas de crímenes misteriosos de la televisión.
29. No me dan miedo los lugares altos.
30. A menudo pienso que la vida es realmente muy corta.
31. No me gusta ver cómo las velas se queman poco a poco.
32. Me pone mal leer cosas sobre las plagas y las enfermedades horribles de la Edad Media.
33. Me estremezco cuando la gente habla de la Tercera Guerra Mundial.
34. Nunca me han preocupado los ladrones y maleantes por la noche, mientras estoy acostado,
35. La visión de un cadáver me horroriza.
36. No me afecta mucho ver sangre.
37. Me siento mal cuando contemplo un crucifijo en una iglesia.
38. Durante un tiempo tuve miedo a los fantasmas.
39. Pienso que el futuro no me depara nada que temer.
40. No tengo miedo a los microbios.

Una vez votado, quedaron 15 ítems como los más representativos para el estudio de ansiedad ante la muerte, y son los que forman actualmente la escala de DAS.

1.- Tengo miedo a morirme	<u>V</u>	F
2.- Apenas pienso en la muerte	V	<u>F</u>
3.- No me pone nervioso que la gente hable de la muerte	V	<u>F</u>
4.- Me asusta el pensar que he de sufrir una operación	<u>V</u>	F
5.- No tengo ningún miedo a morirme	V	<u>F</u>
6.- No tengo especialmente miedo a tener cáncer	V	<u>F</u>
7.- No me molesta nada pensar en la muerte	V	<u>F</u>
8.- A menudo me siento mal cuando el tiempo pasa tan rápidamente	<u>V</u>	F
9.- Me da miedo morir de una manera dolorosa	<u>V</u>	F
10.- El tema de la vida después de la muerte me preocupa mucho	<u>V</u>	F
11.- Me asusta el que me pueda dar un ataque al corazón	<u>V</u>	F
12.- A menudo pienso que la vida es realmente corta	<u>V</u>	F
13.- Me estremezco cuando la gente habla de la Tercera Guerra Mundial	<u>V</u>	F
14.- La visión de un cadáver me horroriza	<u>V</u>	F
15.- Pienso que el futuro no me depara nada que temer	V	<u>F</u>

Fuente: Death Anxiety Scale (DAS), Templer, 1970.

De esos 15 ítems, 9 que puntúan verdadero, y seis que puntúan falso, demuestran que la persona encuestada tiene ansiedad ante la muerte.

6.- ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

A continuación, una vez hallados los resultados de los cuestionarios que hemos proporcionado a nuestra población objeto de estudio, trataremos de hacer un análisis de los resultados obtenidos, comparando los colectivos (personas mayores y jóvenes), y los distritos (San José y el Centro).

Hemos redondeado los porcentajes obtenidos a números enteros aunque en las tablas del anexo II figuran los resultados estadísticamente obtenidos

Para el análisis de los resultados iremos desmenuzando cada una de las preguntas del cuestionario de la Escala de Ansiedad ante la Muerte, y así conseguir una mayor comprensión y una comparación más detallada.

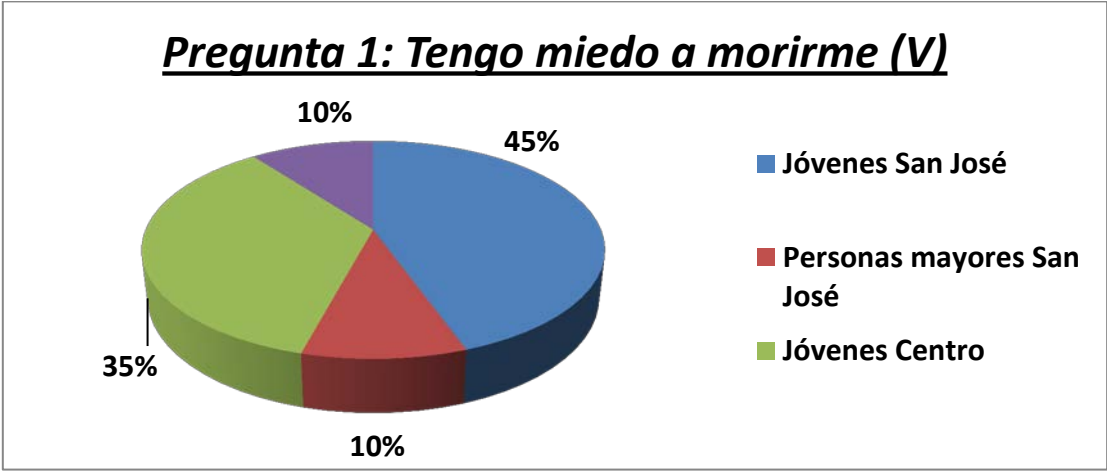
Comenzamos con la primera pregunta: Tengo miedo a morirme. En ella se cuestiona si el sujeto tiene miedo a morir. Según la Escala de Ansiedad ante la Muerte, en caso de contestar *verdadero*, el individuo refleja ansiedad.

Como se puede observar, ante esta pregunta los jóvenes del barrio de San José con un 45% reflejan mayor ansiedad que los del Centro con un 35%.

Respecto a las personas mayores de ambos distritos reflejan un menor grado de ansiedad, y haciendo una comparación entre el barrio de San José y el Centro, prácticamente podemos observar que no hay apenas diferencia, con un 10% cada uno.

Haciendo una comparación entre personas mayores y jóvenes, tanto del barrio de San José como del Centro, observamos que el 80% de los jóvenes presentan ansiedad ante esta pregunta, frente al 20 % restante que pertenece a las personas mayores. Por tanto, podemos

asegurar que los jóvenes tienen más miedo a morir que las personas mayores.



Fuente: Elaboración propia

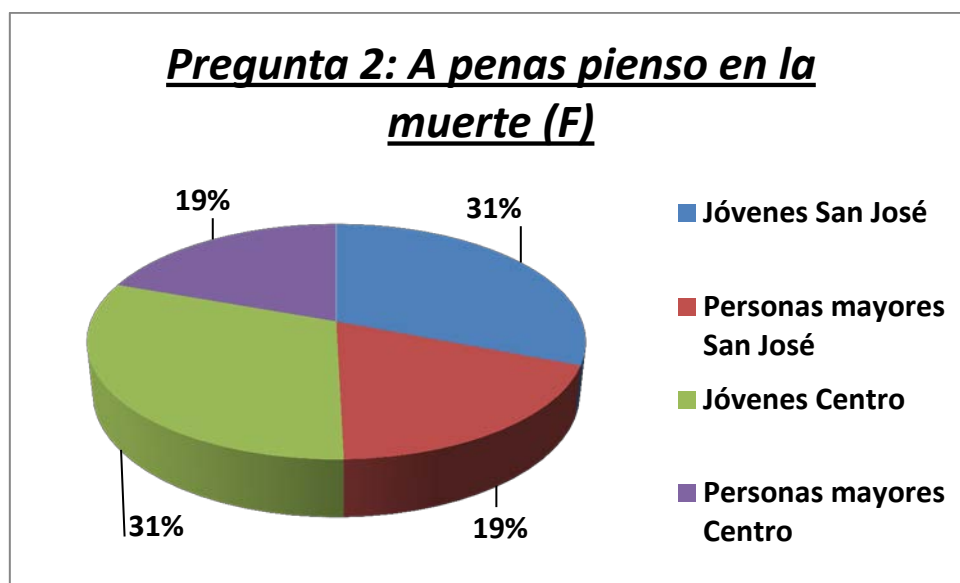
En relación a la segunda pregunta: Apenas pienso en la muerte, según el cuestionario de la Escala de Ansiedad ante la Muerte, si el sujeto responde *falso*, refleja ansiedad, es decir, piensan en la muerte.

Observando el gráfico podemos afirmar que los jóvenes reflejan aproximadamente el mismo grado de ansiedad tanto del Centro como de barrio de San José, es decir, el 31% de los jóvenes piensan en la muerte.

En cuanto a las personas mayores también se refleja un grado de ansiedad similar, siendo un 19% de los ancianos de cada distrito son los que contestaron que sí pensaban en la muerte.

Si observamos el comportamiento de los jóvenes y de las personas mayores, podemos afirmar que éste último colectivo presenta menor ansiedad respecto del primero, es decir un 38% de las personas mayores piensan en la muerte, frente al 62% de los jóvenes.

Nos resulta curioso destacar de este gráfico la similitud de los resultados obtenidos tanto en ambos colectivos como en ambos distritos.



Fuente: Elaboración propia

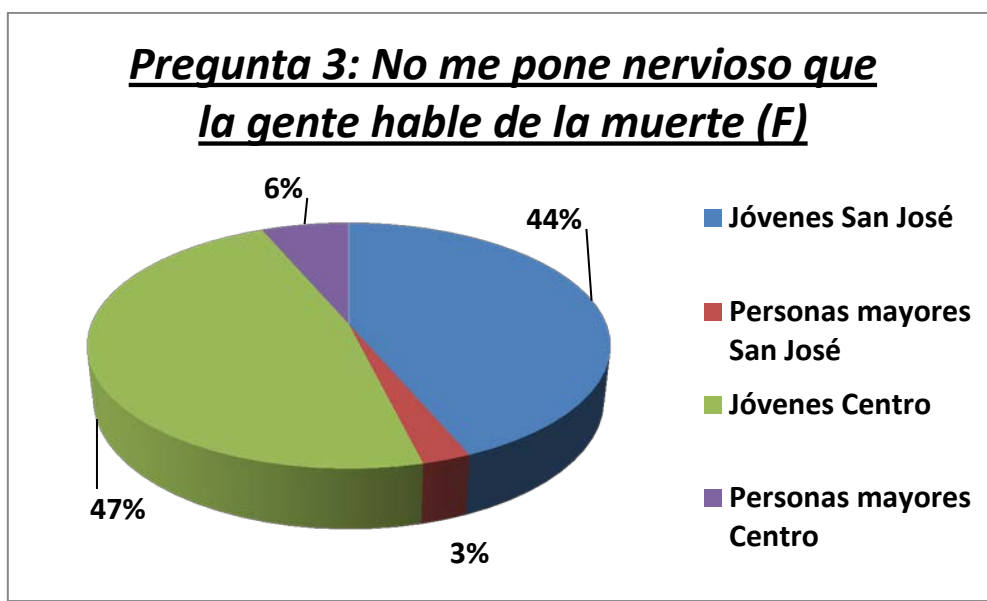
Con respecto a la tercera pregunta: No me pone nervioso que la gente hable de la muerte, según la Escala de Ansiedad ante la Muerte, si el sujeto responde *falso*, refleja ansiedad, es decir, al sujeto le pone nervioso que la gente hable de la muerte.

Analizando los jóvenes del Centro y de San José, se puede observar en el gráfico que lo primeros, con un 47%, reflejan mayor ansiedad que los jóvenes de San José con un 44 %, aun siendo mínima esa diferencia.

Comparando a las personas mayores de los dos distritos estudiados, es mayor la ansiedad que presentan en el Centro con un 6%, respecto al 3% que reflejan las personas mayores del barrio de San José.

Juntando a los jóvenes de ambos distritos, nos encontramos un porcentaje elevado que refleja en ansiedad en esta respuesta, son un 91%.

En cambio, llama la atención el porcentaje de personas mayores pero en este caso en el sentido contrario, únicamente un 9% del total de este colectivo refleja ansiedad en esta pregunta.



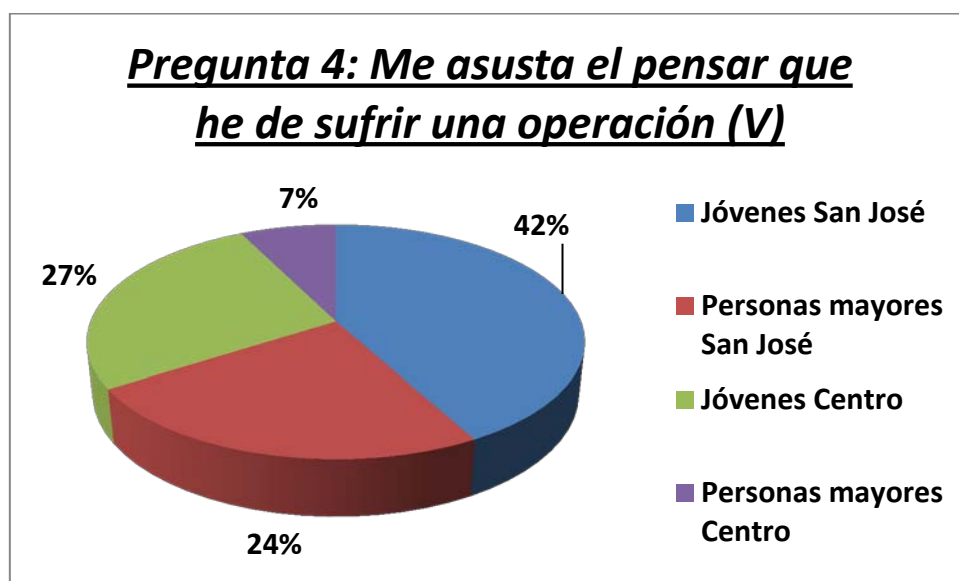
Fuente: Elaboración propia

La pregunta 4: Me asusta el pensar que he de sufrir una operación, según la escala DAS de Templer, si el individuo contesta *verdadero* refleja en su respuesta que tiene ansiedad, es decir, al sujeto sí le asusta el pensar que pueda sufrir una operación.

Haciendo un análisis del gráfico, observamos en relación a los distritos estudiados que las respuestas analizadas presentan mayor diferencia que en preguntas anteriores. El 42% de los jóvenes de San José afirma que le asusta pensar que pueda sufrir una operación, y en cambio de los jóvenes del Centro únicamente responden de manera afirmativa el 27 %.

Respecto a la relación entre las personas mayores y los distritos, la diferencia también es mayor que en preguntas anteriores, pues tan solo el 7% de la población mayor del centro encuestada reflejan ansiedad ante el hecho de sufrir una operación frente al 24% de San José.

Analizando los resultados, y en este caso comparando los dos colectivos, observamos que el 69% de los jóvenes presentan ansiedad ante esta cuarta pregunta, mientras que tan solo es el 31% de las personas mayores las que les produce ansiedad.



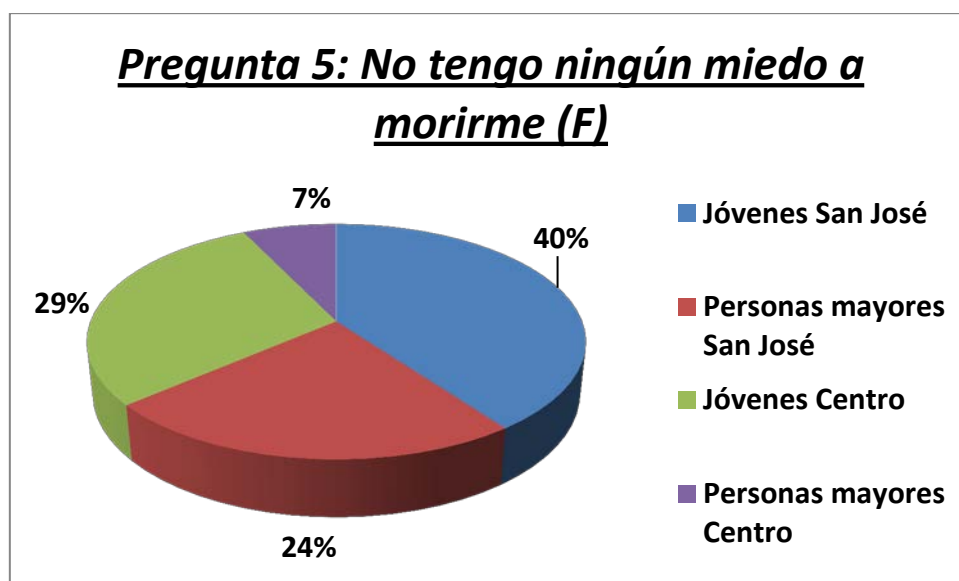
Fuente: *Elaboración propia*

En cuanto a la pregunta 5: No tengo ningún miedo a morirme, según la Escala de Ansiedad ante la Muerte, en caso de contestar *falso*, el individuo presenta ansiedad ante esta pregunta, es decir, sí que se tiene algún miedo a morir.

Respecto a los jóvenes, tanto del Centro como de San José, se refleja en el gráfico una distancia porcentual mayor que en otras respuestas. Los jóvenes del Centro, un 29% refleja ansiedad en su contestación, frente al 40% de los de San José, siendo muy superior los jóvenes que consideran que sí tienen algún miedo a morir.

También se observa diferencia en las contestaciones de las personas mayores de los distintos distritos. Los encuestados del barrio de San José, un 24% refleja que tiene algún miedo a morirse, frente al 7% de las personas mayores del Centro. Éstos últimos reflejan menor grado de ansiedad.

Comparando jóvenes y personas mayores sí se acentúan las diferencias, puesto que el 69% de los jóvenes encuestados reflejan ansiedad en esta quinta pregunta, y en cambio las personas mayores, es el 31% los que reconocer que sí tienen algún miedo morir.



Fuente: Elaboración propia

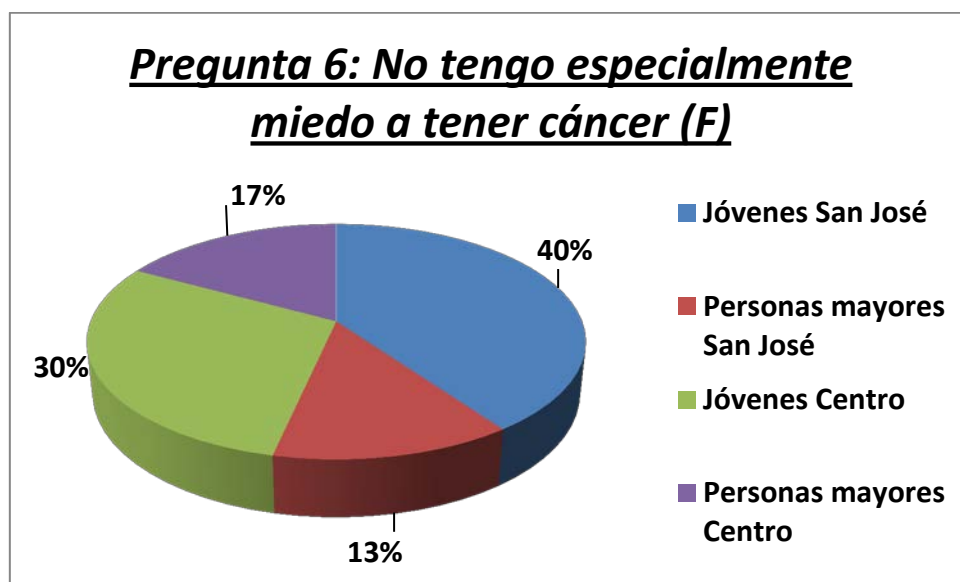
Respecto a la pregunta 6: No tengo especialmente miedo a tener cáncer, según el análisis de la escala DAS de Templer, si el individuo responde *falso* es que refleja ansiedad, es decir, la persona encuestada sí tiene miedo a tener cáncer.

Si observamos los resultados reflejados en el gráfico, los jóvenes de San José reflejan mayor ansiedad con un 40%, frente al 30% de los jóvenes del Centro.

Y analizando a las personas mayores en ambos distritos, se observa como las personas encuestadas en San José reflejan menor ansiedad que las del Centro, con un 13% y 17% respectivamente.

Comparando las respuestas obtenidas por ambos colectivos, una vez más los jóvenes presentan mayor ansiedad, es decir, tienen más miedo a padecer cáncer que las personas mayores.

Un 70% de los jóvenes responden de manera negativa ante esta pregunta, frente al 30% de las personas mayores.



Fuente: Elaboración propia

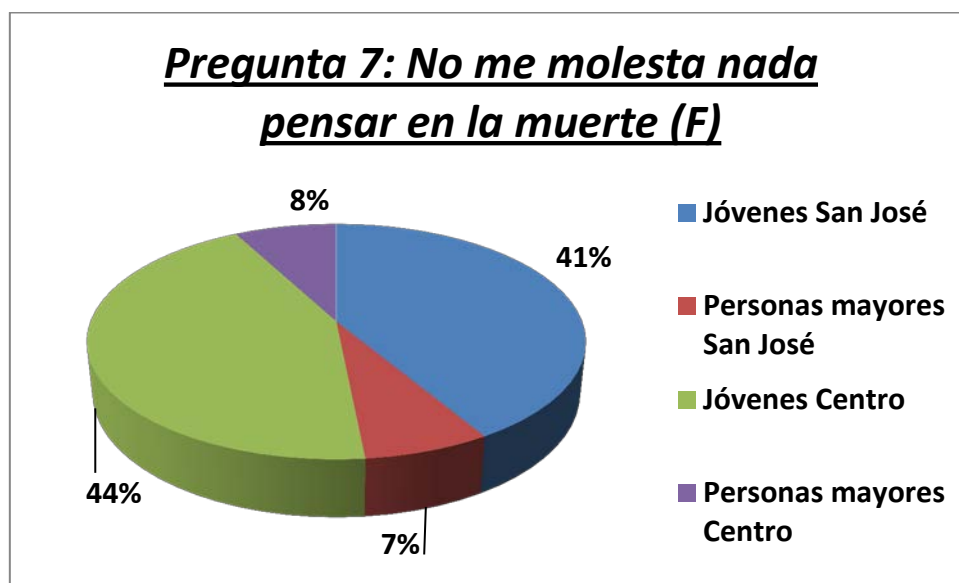
La pregunta 7: No me molesta nada pensar en la muerte, según la escala de Ansiedad ante la Muerte que hemos usado en nuestra investigación, si la persona contestar *falso* es que refleja ansiedad, es decir, al sujeto encuestado le molesta pensar en la muerte.

En las respuestas obtenidas en esta pregunta, apenas hay diferencia entre los resultados en relación a los distritos pero sí a los colectivos.

En cuanto a los jóvenes de San José, un 41% de los encuestados reflejan ansiedad ante esta pregunta, al igual que el 44% de los jóvenes del Centro.

Las personas mayores apenas muestran diferencia en sus respuestas, pues los del Centro responden un 8% que les molesta pensar en la muerte, al igual que los del barrio de San José con un 7%.

Haciendo la comparación entre ambos colectivos, es cuando se reflejan claramente las posiciones de cada uno. Los jóvenes, con un 85% reconocen que sí les molesta pensar en la muerte, y en cambio las personas mayores tan solo a un 15% les produce ansiedad el pensar en este tema.



Fuente: Elaboración propia

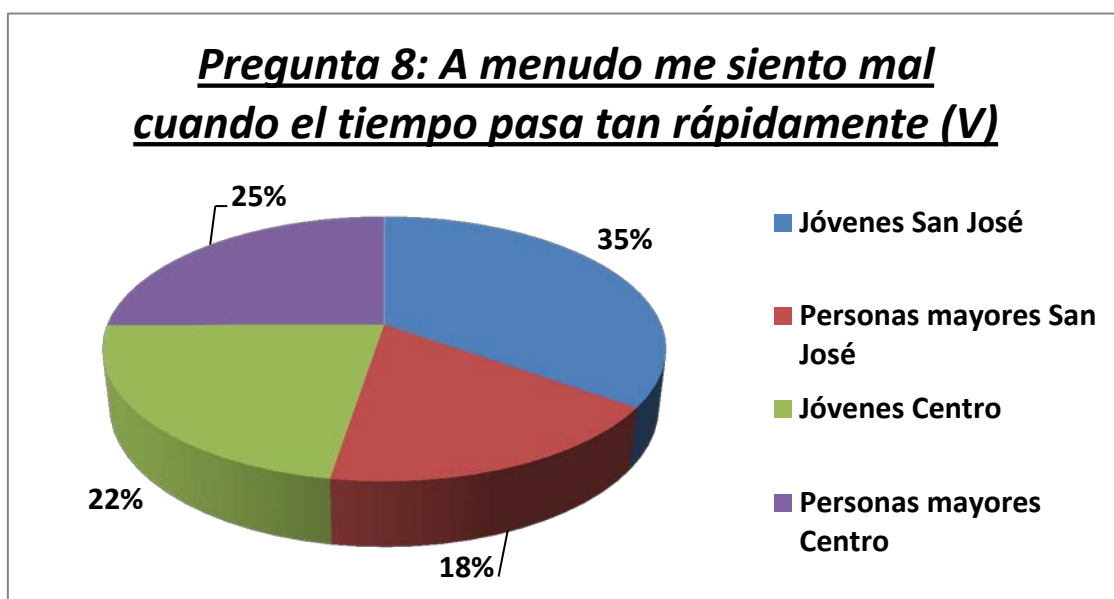
Analizando, según la escala DAS de Templer, la pregunta 8: A menudo me siento mal cuando el tiempo pasa tan rápidamente, si la persona encuestada contesta *verdadero* está reflejando ansiedad en su respuesta. El individuo se sienta mal cuando el tiempo pasa tan rápidamente.

En esta pregunta prácticamente no hay diferencias en los resultados hallados por colectivos, son porcentajes bastante similares.

En relación a los jóvenes y distritos sí que se reflejan diferencias, pues los encuestados en San José responden un 35% que sí se sienten mal a menudo cuando el tiempo pasa tan rápidamente, frente al 22% de los jóvenes del Centro.

En cuanto a las personas mayores, un 25% de los encuestados del Centro reflejan ansiedad ante esta pregunta, al igual que el 18% de las personas mayores del barrio de San José.

Analizando los dos colectivos, se puede observar que la diferencia es menor que en preguntas anteriores. Un 43% de las personas mayores reconocen que se sienten mal con el paso del tiempo, frente al 57% de los jóvenes que responden de una manera afirmativa ante esta pregunta.



Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la pregunta 9: Me da miedo morir de una manera dolorosa, según la Escala de Ansiedad ante la Muerte, en caso de contestar *verdadero*, el individuo presenta ansiedad ante esta pregunta, es decir, sí que se tiene algún miedo a morir de manera dolorosa.

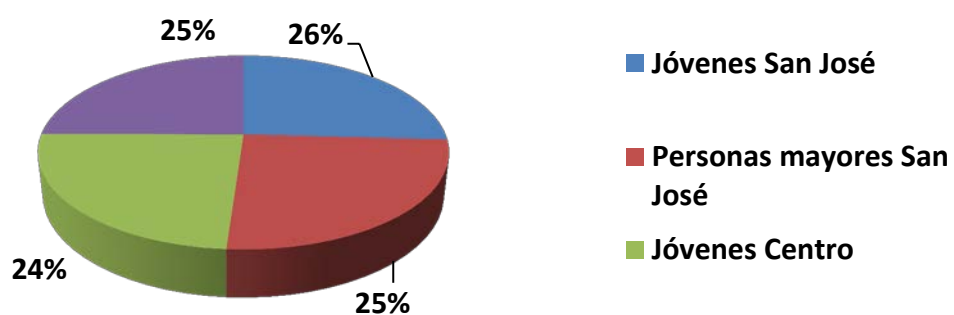
Si nos paramos a observar los porcentajes pertenecientes a cada colectivo y a cada zona, se puede comprobar que no hay apenas diferencia ya que son muy parecidos.

Con respecto al porcentaje de los jóvenes del barrio de San José, podemos decir que presentan mayor grado de ansiedad, con un 26% frente a los jóvenes del Centro, con un 24%. La diferencia entre ellos es casi inexistente ya que la mayoría de los jóvenes de ambos distritos padecen miedo ante este hecho.

Con respecto a las personas mayores, encontramos exactamente la misma situación que con los jóvenes anteriores. Observamos que las personas mayores de la zona Centro de Zaragoza representan el 25% de nuestra muestra al igual que las personas mayores del barrio de San José.

Podemos afirmar que el porcentaje de cada colectivo representa casi la totalidad de respuestas afirmativas frente a nuestra pregunta, con lo que se puede decir que casi casi el total de nuestros encuestados tiene miedo a morir de una manera dolorosa.

Pregunta 9: Me da miedo morir de una manera dolorosa (V)



Fuente: Elaboración propia

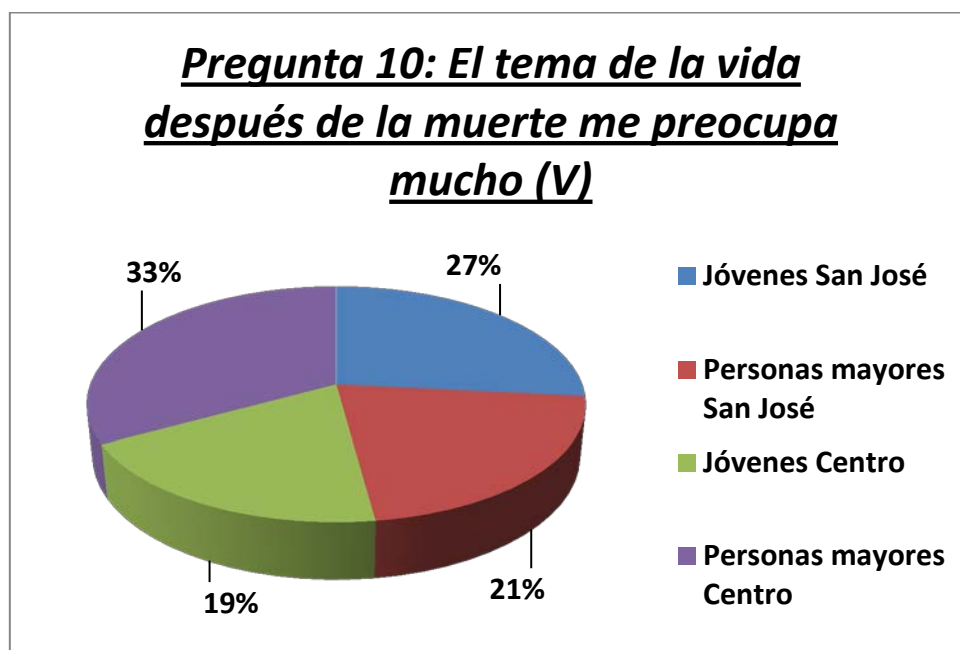
Con respecto a la pregunta número 10: El tema de la vida después de la muerte me preocupa mucho, según la Escala de Ansiedad ante la Muerte, si el sujeto responde *verdadero*, refleja ansiedad, es decir, al sujeto le preocupa mucho el tema de que pasará después de morir.

Los porcentajes de la respuesta a esta pregunta ya no son tan similares y podemos encontrar claras diferencias entre ellos.

Con respecto a los jóvenes de barrio de San José, un 27% contesta que sí le preocupa el tema de la vida después de la muerte, frente a un 19% de la zona Centro que niegan dicha preocupación.

Seguidamente, observamos que son las personas mayores del Centro de Zaragoza, con un 33% que sienten mayor preocupación que las personas mayores del barrio de San José, con un 21%.

Realizando la comparación entre ambos colectivos y ambas zonas, se puede observar a primera vista que a las personas jóvenes, ya sean de San José o del Centro, reflejan menor preocupación acerca de la vida después de la muerte que las personas mayores, con un 46% y un 54% en total.



Fuente: *Elaboración propia*

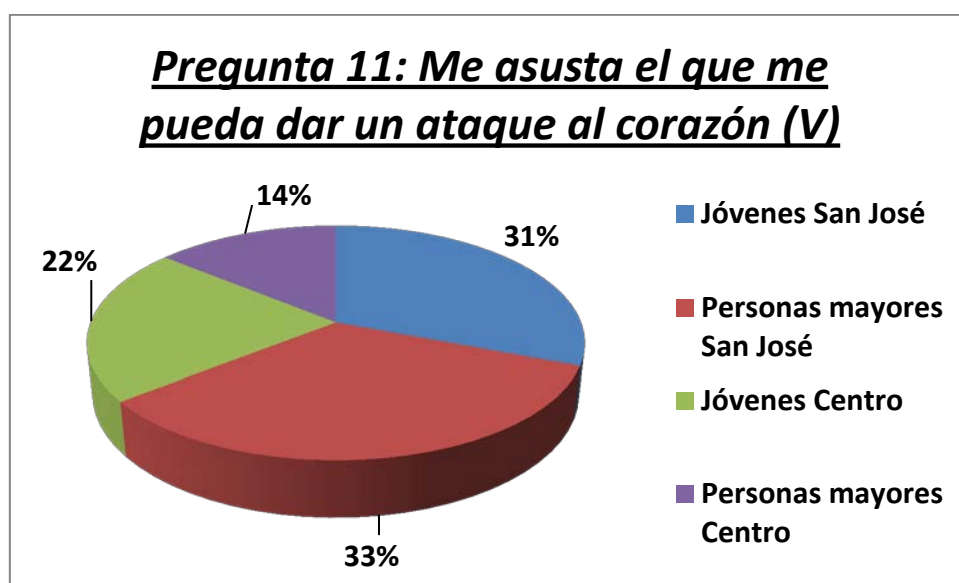
La pregunta 11: Me asusta el que me pueda dar un ataque al corazón, según la escala DAS de Templer, si el individuo contesta *verdadero* refleja en su respuesta que tiene ansiedad, es decir, al sujeto sí le asusta el pensar que le pueda dar un ataque al corazón.

Los resultados de esta grafica reflejan de forma muy clara la diferencia entre un colectivo y otro.

Las personas jóvenes de San José muestran, con un 31%, que les asusta el hecho de que les pueda dar un ataque al corazón, frente al otro 22% de la zona Centro. Entre ambos distritos, este colectivo hace el 33% del total.

Observando los porcentajes de las personas mayores del barrio de San José, 33%, vemos que es bastante más elevado que el de la zona Centro, con un 14%

A la hora de comparar ambos colectivos, se puede apreciar que las personas mayores que residen en el Centro, y los jóvenes del barrio de San José tienen casi el mismo miedo a que les pueda dar un ataque al corazón, y son las personas mayores del centro los que menos temor sienten.



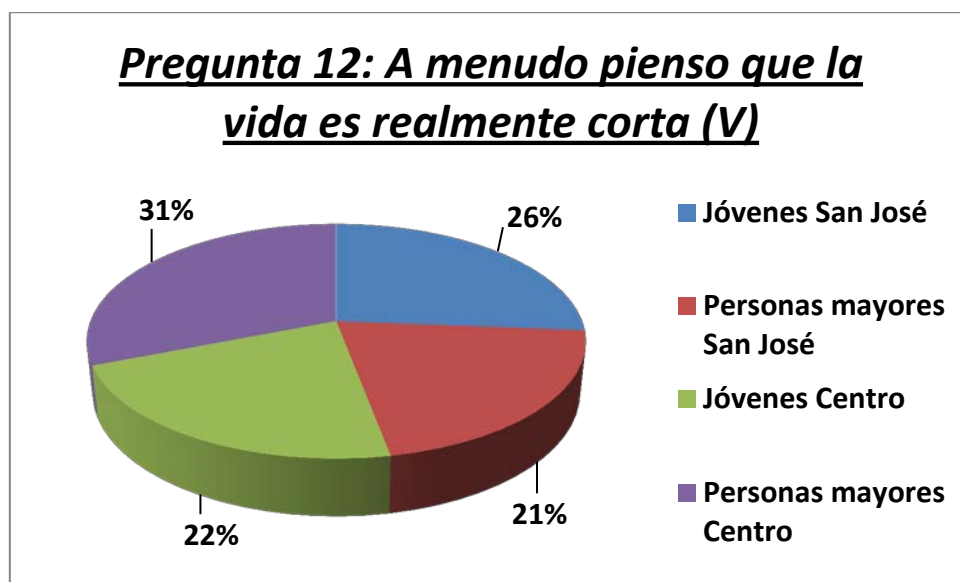
Fuente: *Elaboración propia*

Respecto a la pregunta 12: A menudo pienso que la vida es realmente corta, según el análisis de la escala DAS de Templer, si el individuo responde *verdadero* es que refleja ansiedad, es decir, la persona encuestada piensa que la vida es corta.

Los resultados entre los jóvenes del barrio de San José y los del Centro son muy similares, con un 26% y 22% respectivamente.

En cuanto a las personas mayores sobre dicha afirmación ante nuestra pregunta planteada sobre si la vida les parece que es corta, con un 21% ha contestado que sí en el barrio de San José y un 31% en la zona Centro.

Analizando ambas zonas, no se puede apreciar mucha diferencia entre ellas, únicamente en los colectivos, ya que son las personas mayores las que más piensan que la vida sea realmente corta.



Fuente: Elaboración propia

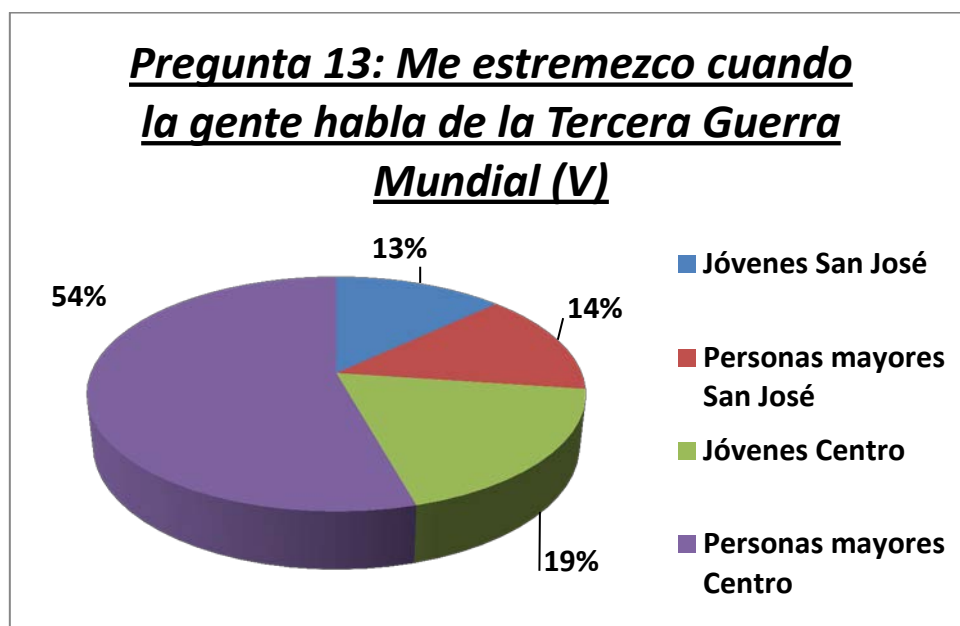
En cuanto a la pregunta 13: Me estremezco cuando la gente habla de la Tercera Guerra Mundial, según la Escala de Ansiedad ante la Muerte, en caso de contestar *verdadero*, el individuo presenta ansiedad ante esta pregunta, es decir, sí que estremece cuando escucha hablar a alguien sobre una posible Tercera Guerra Mundial.

A simple vista se puede observar una diferencia muy clara entre ambos colectivos.

Las personas jóvenes del distrito de San José que forman el 13%, junto con las de la zona del Centro 19% y so las que menos temor tiene ante esta pregunta.

Obtenemos respuestas opuestas cuando observamos al colectivo de personas mayores de cualquiera de los distritos, bien sea de la zona Centro, con un 54% o de la zona de San José, con un 14%.

Si comparamos ambos colectivos, se puede observar que son las personas mayores las que más miedo reflejan en la afirmación, con un 73% del total de nuestra muestra escogida.



Fuente: *Elaboración propia*

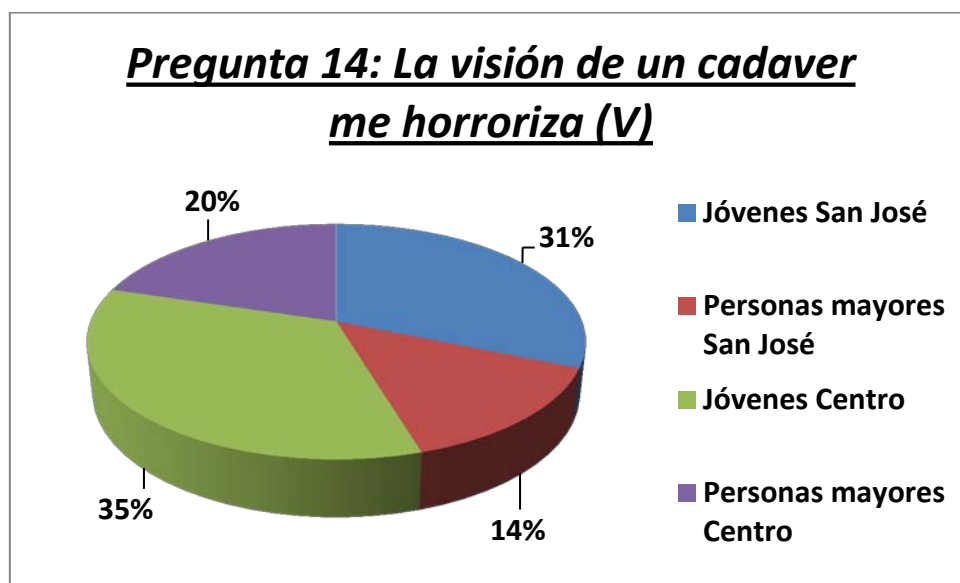
Analizando, según la escala DAS de Templer, la pregunta 14: La visión de un cadáver me horroriza, si la persona encuestada contesta *verdadero*, está reflejando ansiedad en su respuesta. El individuo se horroriza cuando ve un cadáver.

Ante esta afirmación, podemos apreciar claramente cuál es el colectivo que predomina sobre el otro.

Los jóvenes de la zona Centro de Zaragoza, con un 35% superan a los de la zona de San José, con un 31%. No encontramos mucha diferencia entre ambos distritos, pero si entre los colectivos.

Con respecto a las personas mayores, los porcentajes entre los barrios no son muy diferentes, con un 14% en el de San José y un 20% en el Centro.

A la hora de realizar la comparación entre los jóvenes y las personas mayores, estas últimas se horrorizan menos ante la visión de un cadáver con un 34% del total, frente a los jóvenes, que suponen un 66%



Fuente: Elaboración propia

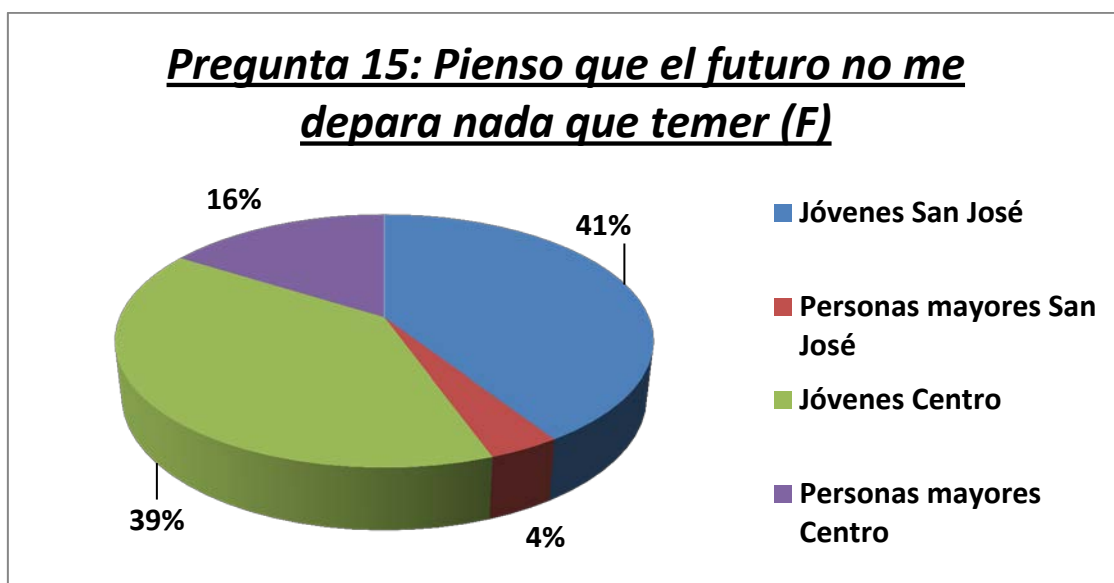
Por último, la pregunta 15: Pienso que el futuro no me depara nada que temer, según la escala de Ansiedad ante la Muerte que hemos usado en nuestra investigación, si la persona contestar *falso* es que refleja ansiedad, es decir, el sujeto encuestado piensa que el futuro si le seguirá deparando cosas que temer.

Podemos apreciar en nuestro último gráfico una notable diferencia entre ambos colectivos.

La mayoría de los jóvenes encuestados, ya sean del barrio de San José como de la zona Centro niegan la afirmación de que el futuro no les deparará nada que temer, con un 41% y un 39% respectivamente.

Sin embargo, cuando observamos al colectivo de personas mayores, no presentan ningún temor apenas al futuro, con un 16% en la zona Centro y un 4% en la zona de San José.

Comparando ambos colectivos, poco hay que decir viendo el grafico, son los jóvenes los que más temen a lo que se les pueda deparar en el futuro, con un 80% frente al colectivo de personas mayores, con un pequeño 20%.



Fuente: Elaboración propia

7.- CONCLUSIONES

En primer lugar, y para poder llegar a plantear nuestras reflexiones acerca de esta investigación, es necesario recordar la hipótesis que diseñamos al comienzo de ésta: ***los jóvenes presentan mayor ansiedad ante la muerte que las personas mayores y que en el Centro se reflejará menor ansiedad respecto a la población que reside en el barrio de San José.***

Tras encuestar a nuestra muestra poblacional de 416 individuos, podemos decir que la hipótesis planteada se cumple en un 86,6% en cuanto a que los jóvenes reflejan mayor ansiedad ante la muerte.

De los 15 ítems que aparecen en la encuesta, recordando que eran 9 verdaderos y 6 falsos, no coinciden con esta resolución dos de ellos.

El primero pertenece a la pregunta número 12: *A menudo pienso que la vida es realmente corta.* La respuesta que reflejaría ansiedad sería *verdadero*, pero en cambio nuestra muestra de jóvenes del barrio de San José y de la zona Centro han contestado un 48% que sí piensan que la vida es realmente corta, pero el porcentaje es inferior al que reflejan las personas mayores con un 52%.

En nuestra opinión, encontramos explicación ante esta respuesta en el hecho de que las personas mayores ya han vivido más experiencias a lo largo de los años, y es por ello por lo que se dan cuenta de que realmente la vida pasa rápido. En cambio, los jóvenes todavía no son conscientes de ese paso, pues todavía ven muchos años por delante y poco recorrido hecho a lo largo de la vida.

El segundo ítem que aparece en la encuesta y que no se cumple por parte de la población joven escogida, es el de la *pregunta número 13: Me estremezco cuando la gente habla de la Tercera Guerra Mundial.*

La respuesta que según Templer (1988) reflejaría ansiedad ante la muerte es *verdadera*, y las personas mayores que han sido

encuestadas en la ciudad de Zaragoza tanto del barrio de San José como de la zona Centro, han respondido en un 68% que sí se estremecen al hablar de una Tercera Guerra Mundial, frente al 32% de la población joven.

Creemos que esta respuesta de la población mayor se debe a que, quizá la mayor parte de los encuestados han vivido de cerca una guerra o las consecuencias que esta deja tras su paso.

Es por ello por lo que se confirma en un 86,6% en vez de en un 100% la primera parte de nuestra hipótesis, puesto que en las preguntas 12 y 13, hemos obtenido mayor ansiedad por parte de las personas mayores que por parte de los jóvenes.

Respecto a la segunda parte de nuestra hipótesis, *que la población de la zona Centro refleja menos ansiedad que los del barrio de San José*, podemos decir una vez analizados los resultados que no se cumple, pues únicamente se confirma en un 46,6%.

Cuando lo planteamos, pensamos que quizá podrían influir los recursos socioeconómicos y culturales con los que cuenta la zona Centro de la ciudad de Zaragoza, frente a los del barrio de San José.

Una vez confirmada parte de nuestra hipótesis en un 86,6%, y refutada la segunda parte con un 46,6%, podemos pasar a analizar si hemos conseguido los objetivos marcados al inicio de esta investigación.

Recordaremos que el objetivo general era ***conocer la ansiedad que provoca la muerte, haciendo una comparación entre los resultados hallados en jóvenes de 20 a 29 años y personas mayores de 75 a 84 años en la ciudad de Zaragoza, en el barrio de San José y en el Centro.***

Y los objetivos específicos eran:

- Objetivo específico 1: analizar el impacto que tiene la muerte en jóvenes de 20 a 29 años en la ciudad de Zaragoza.
- Objetivo específico 2: analizar el impacto que tiene la muerte en personas mayores de 75 a 84 años en la ciudad de Zaragoza.
- Objetivo específico 3: comparar qué colectivo presenta mayor ansiedad ante este tema.

Comprobamos que los objetivos, tanto el general como los específicos, han sido cumplidos con éxito a lo largo de nuestra investigación, pues hemos conseguido conocer la ansiedad que la muerte les genera a nuestra población objeto de estudio, y gracias a ello poder así comparar los colectivos escogidos.

Comenzamos esta investigación porque nos nace el interés por conocer qué impacto tenía la muerte en los colectivos seleccionados, si realmente era tal y como pensábamos.

Estamos ante una cultura que rechaza la muerte, la sociedad lo muestra como tema "tabú", y con ello solo se consigue alejarse más a la hora de comprenderla y asumirla.

El tema de las actitudes y reacciones humanas ante la muerte tiene un indudable interés, a pesar de que a la mayoría de la sociedad no le parece tan fascinante.

A pesar de no despertar ese interés por este tema a la mayoría de las personas, en las últimas décadas, se le ha dedicado cada vez más investigaciones en relación a la ansiedad que la muerte produce a distintas edades, y esto motivó nuestro tema ya que gracias a ello, se han puesto en marcha mecanismos que hacen reducir la ansiedad provocada cuando la muerte se acerca.

La educación sobre la muerte y la formación en cuidados paliativos que han recibido algunos profesionales sanitarios, han hecho reducir los niveles de ansiedad, y con ello lograr una actitud más positiva en las personas mayores, enfermos terminales y mejorar la eficiencia en el trato por parte del profesional al paciente y su familia.

Estos mecanismos se han puesto en marcha gracias a factores como el aumento de la esperanza de vida, el envejecimiento de la población y la creciente institucionalización de la muerte, que ha hecho crear nuevas perspectivas para el cuidado de las personas en el proceso de muerte, formación rigurosa en cuidados paliativos y desarrollar técnicas para el afrontamiento y manejo de los miedos y ansiedades propios de cada uno.

Para finalizar y tal y como hemos destacado a lo largo de la investigación y han afirmado diversos autores, las personas tenemos miedo al proceso de morir más que a la muerte en sí.

También hemos aprendido que, en ocasiones, el miedo y la ansiedad se produce ante la incertidumbre de no saber cuándo va a llegar la muerte, a pesar de comprender que es un hecho que acabará sucediendo.

La autoconciencia, es decir, que seamos conscientes y asumamos que la muerte es algo natural, es el punto de partida de una madurez emocional que enriquecerá nuestra existencia.

Para reducir la ansiedad que la muerte crea, y que así se ha reflejado en nuestra investigación, nos parece interesante plantear que es necesario para reducir los niveles de ansiedad, continuar impartiendo una formación en cuidados paliativos a los profesionales, así como desarrollar una educación emocional que haga cambiar la perspectiva de la vida siendo consciente de la muerte, tratando de comprender la muerte sin que duela tanto la ausencia.

A pesar de haber cumplido los objetivos, a lo largo de la investigación nos hemos encontrado con algún obstáculo que nos complicó de manera puntual el desarrollo de nuestro estudio.

Nos referimos a la elaboración de las 416 encuestas, pues es un número elevado y fue costoso encontrar a tanta gente dispuesta a colaborar con nosotras.

Nos sorprendió la predisposición de la población joven frente a las personas mayores, pues en un principio pensamos que sería más complicado acceder a éstos primeros.

Observamos cómo la población mayor era reacia en ocasiones a contestar a nuestra encuesta al tratarse del tema de la muerte y la ansiedad que ésta produce. Muchos de ellos mostraban su rechazo desde el principio, y en ocasiones, algunos abandonaron la encuesta una vez comenzada debido a que se sentían incómodos tratando dicho tema.

Nos sorprendió la escasa colaboración por parte de alguna institución puesto que nos rechazaron una autorización que nos permitía acceder a los Centros de Día que pertenecían al Ayuntamiento. Aunque sentimos la necesidad de destacar la amabilidad del personal del Centro de Convivencia para mayores Francisco de Goya, a pesar de no poder acceder a los usuarios.

Además, en alguna residencia pública de la tercera edad también se negó a colaborar con nosotras, alegando que los usuarios se desestabilizaban al rellenar las encuestas, ya que en ocasiones no entendían las preguntas y se ponían nerviosos.

Éste hecho hizo que se ralentizara nuestra investigación.

8.- BIBLIOGRAFÍA

- Ander Egg, E. (1987). Técnicas de investigación social. Buenos Aires: Humanitas.
- Ayuntamiento de Zaragoza. Observatorio Municipal de Estadística (s.f.) Recuperado 11 de Marzo 2014, de <http://demografia.zaragoza.es/>
- Ayuso Sánchez, L., González – Anleo Sánchez, J.M., González – Anleo, J., González Blasco, P., González Sanz, G., López Ruiz, J.A. y Valls Iparraguirre, M. (2010). Jóvenes españoles 2010. -Madrid: Fundación SM.
- Bericat, E. (1988). La integración de los métodos cuantitativo y cualitativo en la investigación social. Significado y medida. (1ª ed.). Barcelona: Ariel sociología.
- Brown César, J. (2009). Los jóvenes y el temor a la muerte en la encuesta nacional de juventud 2005. Revista Bien Común, 15, 81 – 85.
- Callejo Gallego, J., Del Val Cid, C., Gutiérrez Brito, J. y Viedma Rojas, A. (2009). Introducción a las técnicas de investigación social. Madrid: Universitaria Ramón Areces.
- Casal, J., Feixa, C., Figueras, M., Planas, A., Romani, O., Saura, J.R., Soler, P. y Trilla, J. (2010). Jóvenes y riesgos. ¿Unas relaciones ineludibles?. Barcelona: Bellaterra SL.
- Fericgla, J. (1992). Envejecer. Una antropología de la ancianidad. Barcelona: Anthropos. Editorial del hombre.
- Fernando Nazaret, A. (2011). Actitud y Ansiedad ante la Muerte, Perspectivas Evolutivas de adolescentes, adultos mayores y personal de cuidados paliativos. Universidad Nacional de San Luis, Facultad de Ciencias Humanas, Argentina.

- Gala León, F.J., Lupiani Jiménez, M., Raja Hernández, R., Guillén Gestoso, C., González Infante, J.M., Villaverde Gutiérrez, M^a.C., Sánchez, I. (2002). Cuaderno de Medicina Forense, 30, 39 – 50.
- Giró Miranda, J. (2006). Envejecimiento activo, envejecimiento en positivo. Logroño: Universidad de la Rioja. Servicio de publicaciones.
- Iguzquiza, V. (2002). Tipos de encuestas y diseños de investigación. Navarra: Universidad pública de Navarra.
- Ellgring, H. y García Rodríguez, B. (2004). Los motivos y las emociones en la vejez. Madrid: UNED ediciones.
- Lonetto, R. y Templer, I.D. (1988). La ansiedad ante la muerte. Barcelona: Temis S.A.
- López Castedo, A., Sueiro Domínguez, E. y López García, M. (2004). Ansiedad ante la muerte en la adolescencia. Revista gallego – portuguesa de psicoloxia e educación. 11 (9), 241 – 254.
- Moya y Faz, F.J. (2007). Ansiedad ante la muerte en el sujeto anciano. Tesis doctoral. Universidad Católica de Murcia, Facultad de Ciencias de la Salud, Murcia.
- Ruiz Bueno, A. (2008). La muestra: algunos elementos para su confección. Revista d´Innovació i Recerca en Educació (REIRE). 1, 75 – 88.
- Ruiz Miguel, A. (2009). Jóvenes y compromiso ciudadano. Madrid: Pablo Iglesias.
- Sandín, B. (1997). Ansiedad, miedos y fobias en niños y adolescentes. Madrid: Dykinson S.L

- Santa María Vallejo, L. (2006, 2008). La muerte en el anciano. Master Intervención en Calidad de Vida de Personas Mayores, UNED.
- Sevilla Casado, M. (2013). Cuidando en cercanía de la muerte. Aportaciones desde la teoría fundamentada. Tesis doctoral. Universitat Rovira i Virgili, Departament d'Infermeria, Barcelona.
- Tomás – Sábado, J., Gómez Benito, J. (2003). Variables relacionadas con la ansiedad ante la muerte. Revista de psicología general y aplicada, 56 (3), 257-279.
- Uribe-Rodríguez, A.F., Valderrama, L., Durán Vallejo, M., Galeano-Monroy, C. y Gamboa, K. (2008). Diferencias evolutivas en la actitud ante la muerte entre adultos jóvenes y adultos mayores. Revista Acta Colombiana de Psicología, 11 (1), 119-126.
- Vargas Mendoza, J.E. (2009). Ansiedad y miedo a la muerte. México: Asociación Oaxaqueña de psicología AC.

9.- ANEXOS

ANEXO I

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE LA MUERTE DE TEMPLER (1970)

DEATH ANXIETY SCALE (DAS)

INSTRUCCIONES: Por favor, responda a cada una de las siguientes afirmaciones marcando con una X la respuesta (V= verdadero o F= Falso) con la que más se identifique.

1.- Tengo miedo a morirme	V	F
2.- Apenas pienso en la muerte	V	F
3.- No me pone nervioso que la gente hable de la muerte	V	F
4.- Me asustar el pensar que he de sufrir una operación	V	F
5.- No tengo ningún miedo a morirme	V	F
6.- No tengo especialmente miedo a tener cáncer	V	F
7.- No me molesta nada pensar en la muerte	V	F
8.- A menudo me siento mal cuando el tiempo pasa tan rápidamente	V	F
9.- Me da miedo morir de una manera dolorosa	V	F
10.- El tema de la vida después de la muerte me preocupa mucho	V	F
11.- Me asusta el que me pueda dar un ataque al corazón	V	F
12.- A menudo pienso que la vida es realmente corta	V	F
13.- Me estremezco cuando la gente habla de la Tercera Guerra Mundial	V	F
14.- La visión de un cadáver me horroriza	V	F
15.- Pienso que el futuro no me depara nada que temer	V	F

Fuente: Death Anxiety Scale (DAS), Templer (1988).

ANEXO II

Tablas con los resultados hallados de los 416 cuestionarios
porcentuales exactos:

Pregunta 1: Tengo miedo a morirme

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	44,51%
Personas mayores San José	9,67%
Jóvenes Centro	35,48%
Personas mayores Centro	10,32%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 2: Apenas pienso en la muerte

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	30,89%
Personas mayores San José	18,70%
Jóvenes Centro	30,89%
Personas mayores Centro	19,51%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: FALSO

Pregunta 3: No me pone nervioso que la gente hable de la muerte

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	43,58%
Personas mayores San José	2,56%
Jóvenes Centro	47,43%
Personas mayores Centro	6,41%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: FALSO

Pregunta 4: Me asusta el pensar que he de sufrir una operación

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	42,04%
Personas mayores San José	23,86%
Jóvenes Centro	26,70%
Personas mayores Centro	7,38%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 5: No tengo ningún miedo a morirme

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	39,91%
Personas mayores San José	23,76%
Jóvenes Centro	29,14%
Personas mayores Centro	7,17%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: FALSO

Pregunta 6: No tengo especialmente a tener cáncer

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	40,09%
Personas mayores San José	13,36%
Jóvenes Centro	29,49%
Personas mayores Centro	17,05%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: FALSO

Pregunta 7: No me molesta nada pensar en la muerte

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	41,40%
Personas mayores San José	7,03%
Jóvenes Centro	43,75%
Personas mayores Centro	7,81%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: FALSO

Pregunta 8: A menudo me siento mal cuando el tiempo pasa tan rápidamente

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	34,88%
Personas mayores San José	17,67%
Jóvenes Centro	22,32%
Personas mayores Centro	25,11%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 9: Me da miedo morir de una manera dolorosa

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	25,87%
Personas mayores San José	25,23%
Jóvenes Centro	23,96%
Personas mayores Centro	24,92%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 10: El tema después de la vida me preocupa mucho

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	26,59%
Personas mayores San José	21,27%
Jóvenes Centro	19,14%
Personas mayores Centro	32,97%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 11: Me asusta el que me pueda dar una ataque al corazón

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	30,81%
Personas mayores San José	33,51%
Jóvenes Centro	21,62%
Personas mayores Centro	14,05%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 12: A menudo pienso que la vida es realmente corta

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	26,27%
Personas mayores San José	20,78%
Jóvenes Centro	21,96%
Personas mayores Centro	30,98%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 13: Me estremezco cuando la gente habla de la Tercera Guerra Mundial

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	13,04%
Personas mayores San José	14,13%
Jóvenes Centro	18,47%
Personas mayores Centro	54,34%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 14: La visión de un cadáver me horroriza

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	31,25%
Personas mayores San José	14,06%
Jóvenes Centro	34,37%
Personas mayores Centro	20,31%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: VERDADERO

Pregunta 15: Pienso que el futuro no me depara nada que temer

COLECTIVO	Nº INDIVIDUOS
Jóvenes San José	40,87%
Personas mayores San José	3,64%
Jóvenes Centro	39,41%
Personas mayores Centro	16,05%

→ Respuesta que refleje ansiedad ante la muerte: FALSO