

# Niveles de espiritualidad y futuro trascendental de acuerdo a las preferencias terapéuticas. ¿Estas temáticas habitan los espacios terapéuticos?

*Levels of Spirituality and Transcendental Future According to Therapeutic Preferences. Do These Dimensions Reside in Therapeutic Spaces?*

Julieta Cabrera Leites

Facultad de Psicología, Universidad de la República, Uruguay

Víctor Ortuño

Facultad de Psicología, Universidad de la República.



Análisis y Modificación de Conducta

**VOL. 51. Número 189 (2025)**

ISSN 0211-7339

<http://dx.doi.org/10.33776/EUHU/amc.v51i189.9239>

Editorial  
Universidad  
de Huelva



● ● ● ●

## Niveles de espiritualidad y futuro trascendental de acuerdo a las preferencias terapéuticas. ¿Estas temáticas habitan los espacios terapéuticos?

Levels of Spirituality and Transcendental Future According to Therapeutic Preferences.  
Do These Dimensions Reside in Therapeutic Spaces?

### Resumen:

La espiritualidad se ha asociado con efectos positivos en la salud mental y física, aunque la mayoría de los estudios se centran en poblaciones con enfermedades crónicas. Este trabajo analiza la relación entre espiritualidad, perspectiva temporal de futuro trascendental y preferencias terapéuticas en personas sin patologías. La muestra estuvo integrada por 207 estudiantes universitarios ( $M = 28,96$ ;  $DT = 9,31$ ), en su mayoría mujeres (90,3%). Se administraron la Daily Spiritual Experience Scale, la Transcendental-Future Time Perspective Scale y un cuestionario sociodemográfico sobre experiencias psicoterapéuticas. Los análisis no paramétricos indicaron que quienes recurrieron a terapias alternativas (de forma exclusiva o combinadas con terapias tradicionales) mostraron niveles más elevados de espiritualidad y futuro trascendental que quienes utilizaron únicamente terapias tradicionales. Los hallazgos resaltan la importancia de reconocer el rol de la espiritualidad y temporalidad en la práctica psicoterapéutica por su influencia en las elecciones y el sentido vital.

### Palabras claves:

Espiritualidad; preferencias terapéuticas; perspectiva temporal; ansiedad de futuro; sentido de vida.

### Abstract:

Spirituality has been associated with positive effects on mental and physical health, although most studies have focused on populations with chronic illnesses. This study analyzes the relationship between spirituality, transcendental-future time perspective, and therapeutic preferences in individuals without pathologies. The sample consisted of 207 university students ( $M = 28.96$ ;  $SD = 9.31$ ), mostly women (90.3%). The Daily Spiritual Experience Scale, the Transcendental-Future Time Perspective Scale, and a sociodemographic questionnaire on psychotherapeutic experiences were administered. Nonparametric analyses indicated that individuals who sought alternative therapies (either exclusively or in combination with traditional therapies) showed higher levels of spirituality and transcendental future than those who relied solely on traditional therapies. The findings underscore the importance of recognizing the role of spirituality and temporality in psychotherapeutic practice, given their influence on choices and life meaning.

### Keywords:

Spirituality; therapeutic preferences; time perspective; future anxiety; life meaning.

Fecha de recepción: 29 de septiembre de 2025

Fecha de aceptación: 27 de octubre de 2025

Correspondencia: [julieta.cabrera@psico.edu.uy](mailto:julieta.cabrera@psico.edu.uy)



## Introducción

La espiritualidad ha sido un concepto abordado por múltiples disciplinas a lo largo de la historia, cuya investigación ha incrementado con el paso del tiempo de forma que los estudios sobre su impacto en la salud y bienestar se han convertido en un constructo relevante para aquellos que exploran el comportamiento humano. Hoy en día, gracias a las presentes investigaciones se pudo revelar el impacto de la espiritualidad en la salud de las personas, desde el comienzo del siglo XXI la visión de la misma ha sido transformada a causa del creciente interés de diversas disciplinas por integrar una atención holística a las mismas (Delaney, 2005). Se han desarrollado estudios sobre espiritualidad que se centran, en su mayoría, en su vínculo con la salud, especialmente en el contexto de enfermedades crónicas o de situaciones que generan restricciones en la vida de las personas. Asimismo, diversos instrumentos han sido creados para medir dicha dimensión (Dapuetto, 2013). En una investigación para evaluar la perspectiva espiritual en personas con cáncer terminal, pacientes hospitalizados no terminales y personas sanas, se reveló que el primer grupo de personas indicó mayor perspectiva espiritual que los restantes (Reed, 1987). A su vez, se concluyó que la espiritualidad no sólo se presenta en personas con padecimientos graves. Otro estudio exploró la espiritualidad en la vida cotidiana de los sujetos y se demostró que la perspectiva espiritual es un recurso muy importante para el afrontamiento de las dificultades diarias que presentan los procesos vitales (Underwood, 2011).

Desde un punto de vista psicológico, se entiende que la espiritualidad brinda herramientas que permiten fortalecer el yo y se constituyen como estrategias de regulación emocional. Se ha demostrado que esta dimensión proporciona resultados positivos en personas que padecen trastornos de ansiedad, fobias, ataques de pánico, entre otros (Ledezma et al., 2010).

## Espiritualidad

Desde una perspectiva etimológica, el término *espiritualidad* deriva del latín *spiritus*, asociado con la acción de respirar o exhalar, y vinculado con el mundo interior, lo afectivo y lo vivencial (Quiceno et al., 2009). Asimismo, se conecta de manera directa con lo trascendente (Emmons, 1999; Volker, 2006). No obstante, cuando hablamos de espiritualidad nos encontramos con la dificultad de definirla de una sola forma, lo cual expone la ambigüedad del término y su historia vinculada estrechamente a las creencias y prácticas religiosas. En la actualidad, nos encontramos cada vez más con el contraste de ambos conceptos, esto podría relacionarse a la diferenciación que realiza Pargament (1999) entre religión interiorizada e institucionalización de la religión. La primera, la define como los sentimientos, actos y experiencias de los hombres individuales en su soledad. Y la segunda es referida a un constructo atravesado por lo institucional, lo organizacional e ideologías que implican dogmas y sistemas de creencias. Albanese (2013, citado en Apud et al., 2022) plantea que la religión se concibe como un sistema de símbolos conformado por credo, código y *cultus*. En contraste, la espiritualidad puede manifestarse con o sin prácticas religiosas, ya que no necesariamente supone pertenecer o vincularse a instituciones organizadas (Reed, 1987). En este sentido, coincide con la idea expresada por Pargament (1999) de "ser espiritual sin ser religioso"

En una investigación realizada en Uruguay con practicantes de budismo en la Soka Gakkai (Apud et al., 2022), uno de los testimonios refleja un "desencanto con el cristianismo", atribuible a respuestas consideradas insuficientes frente a interrogantes sobre la vida y la muerte.

En este contexto, los términos “Espíritu” y “espiritualidad” emergen como una forma de cuestionamiento frente a los dos modelos predominantes de religión tradicional (Cornejo, 2012). En consonancia con esta perspectiva, se ha señalado que la espiritualidad, a diferencia de la religión, se vincula con la laicidad (Quiceno et al., 2009). Otro estudio indicó que los niveles elevados de espiritualidad generan cambios y mejoras en la salud mental y física de personas médicamente enfermas, ancianos así como pacientes hospitalizados (Pargament et al., 2004). Es importante destacar que son escasos los estudios de espiritualidad en personas sin ningún tipo de patologías y esta dimensión como tal es muy fructífera para ser estudiada.

Asimismo, el tiempo como constructo, ha sido una temática fascinante desde los inicios de la psicología. En las últimas décadas ha resurgido el interés por el estudio del tiempo psicológico, entendido como la manera en que las personas experimentan el tiempo de forma subjetiva y cómo esta vivencia influye tanto en sus conductas como en sus motivaciones individuales (Ortuño, 2020).

### *Temporalidades subjetivas*

Resulta pertinente introducir el concepto de tiempo, dado que al hablar de perspectiva temporal nos referimos a la manera subjetiva en que los individuos interpretan su propia vida, proyectándose mentalmente hacia un pasado y un futuro psicológicos (Timoszyk-Tomczak & Bugajska, 2019). Zimbardo y Boyd (1999) distinguen cinco perspectivas temporales: pasado positivo, pasado negativo, presente hedonista, presente fatalista y futuro. Además, posteriormente proponen considerar el *futuro trascendental* como una sexta dimensión, definida como la representación del tiempo posterior a la vida, es decir, las creencias personales acerca de lo que ocurre después de la muerte del cuerpo físico. Este planteo transforma de manera significativa la forma en que las personas conciben la muerte, interpretan la vida y orientan sus conductas. Por ello, los autores sostienen que se trata de un aspecto del tiempo psicológico, ya que esta perspectiva amplía las proyecciones hacia un horizonte infinito, donde la existencia se entiende más allá de la mortalidad.

La perspectiva temporal de futuro trascendental (PTFT) implica una comprensión de que la vida no termina con la muerte, sino que continúa en algún tipo de realidad más allá de nuestra comprensión actual. Esta perspectiva nos permite encontrar significado y propósito en la vida y en la muerte, ya que lo que hacemos en nuestra vida actual tiene potencialmente un impacto en nuestra vida después de la muerte. Está directamente relacionada a los sistemas religiosos existentes, debido a que ambos conectan a las personas con aspectos que tienen que ver con la existencia del alma y la existencia del ser *postmortem*. Sin embargo, para Ortuño (2020) la PTFT no es una característica *sine qua non* de las personas religiosas, de hecho tal como presentaremos más adelante en el presente estudio, tiene una estrecha relación con las personas con alto grado de espiritualidad sin necesariamente ser parte de algún tipo de religión institucionalizada.

### *¿Por qué interesa articular la espiritualidad con la temporalidad?*

Podemos encontrar un gran número de investigaciones que tienen como objetivo el estudio de la espiritualidad y sus efectos sobre distintas enfermedades en el cuerpo físico (Dapuerto, 2013; Pargament, 2004; Reed, 1987, entre otros). Pero son limitados aquellos estudios que

exploran dicha temática en personas sin patologías. Observamos que la espiritualidad es un campo rico para explorar desde una mirada psicológica y también temporal.

Pargament, psicólogo con una extensa trayectoria en el tema, destaca que la espiritualidad posee recursos valiosos que pueden enriquecer la práctica y comprensión psicológica (Pargament, 1999). Para numerosas personas, la espiritualidad, así como las inquietudes relacionadas con el futuro trascendental y los interrogantes acerca de lo que ocurre tras la muerte del cuerpo físico, constituyen temáticas de interés que pueden emerger en el contexto psicoterapéutico. Este tipo de preocupaciones suelen abordarse con frecuencia en espacios no convencionales, comúnmente denominados "terapias alternativas". Dichas prácticas, también conocidas como terapias alternativas y complementarias, comprenden un conjunto de métodos e intervenciones que inciden en los procesos de salud y enfermedad, diferenciándose de los enfoques predominantes en la medicina occidental. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2013), en Europa más de 100 millones de personas han recurrido en los últimos años a este tipo de terapias. Desde una perspectiva científica y psicológica, los profesionales de la salud mental deben estar preparados para abordar estos temas con atención y de manera sensible, a la vez, estar dispuestos a trabajar con los pacientes en su búsqueda de significado y propósito.

### *Objetivos e hipótesis del estudio*

El presente estudio tiene como objetivo principal investigar la espiritualidad y su relación en las perspectivas temporales. En términos de objetivos específicos consiste en:

- Explorar posibles diferencias a nivel de espiritualidad, religiosidad y futuro trascendental entre las personas que eligen terapias alternativas vs. aquellos que eligen terapias tradicionales

Exponer la relevancia de la espiritualidad en los procesos terapéuticos de las personas.

Por otro lado, se espera responder a preguntas tales como; ¿Existe una elevada propensión de estudiantes que recurren a terapias alternativas? y ¿Los mismos usuarios que recurren a las terapias alternativas, las utilizan en complementariedad a las tradicionales?

El estudio se estructura según el planteo de la siguiente hipótesis:

- H1: Las personas que eligen terapias alternativas presentan niveles de espiritualidad más elevados que aquellas personas que solo eligen terapias tradicionales.
- H2: Las personas que utilizan terapias alternativas presentan valores más elevados de Futuro Trascendental que aquellas que solo utilizan terapias tradicionales.
- H3: Existen diferencias en el nivel de espiritualidad entre aquellos que consideran a la figura de dios en comparación con aquellos que no la consideran.

## Método

### *Muestra*

El estudio fue realizado con una muestra de 207 estudiantes universitarios con edades comprendidas entre los 18 y 57 años ( $M = 28,96$ ,  $DT = 9,31$ ), de los cuales 187 son mujeres (90,3%), 18 varones (8,7 %) 1 persona (0,5%) se identificó en la categoría "otro" y 1 persona (0,5%) prefirió no responder. En cuanto el estado civil, 137 (66,2%) están solteras, 39 (18,9%) en unión libre, 22 (10,6%) están casados y 9 (4,3%) son divorciados.

### *Instrumentos*

#### *Cuestionario sociodemográfico*

Fue elaborado un cuestionario sociodemográfico con el objetivo de recoger información sobre los participantes, indagando sobre la edad, género y carrera universitaria. Explorando también experiencias psicoterapéuticas, como las terapias de tipo tradicional (Psicoanálisis, Gestalt, Sistémica, entre otros) y las alternativas (como el reiki, tarot, registros akáshicos, entre otros).

#### *Daily Spiritual Experience Scale (DSES, Underwood, 2011)*

Es una escala que mide las experiencias trascendentes en la vida diaria de las personas. Incluye constructos tales como el asombro, gratitud, paz interior y creencias que trascienden los límites de lo religioso. Se han hecho traducciones en alrededor de 40 idiomas y fue utilizada en más de 200 artículos científicos. En el presente estudio se utilizó su adaptación al idioma español en la investigación realizada en México (Sanchez et al., 2010). Está compuesta por 16 ítems, los primeros 15 puntúan en una escala de tipo *Likert* (del 1 al 6) desde "muchas veces al día" a "nunca", en el presente estudio se modificó el orden de las puntuaciones para facilitar la interpretación de los participantes puesto a que los cuestionarios utilizados anteriormente se ordenaban de forma ascendente, para así evitar la confusión de los mismos. La escala presenta una consistencia interna alta de .90 en su versión original.

#### *Transcendental-future time perspective scale (PTFT, Boyd & Zimbardo, 1997)*

Compuesta por 10 ítems en formato *Likert* (del 1 al 5) que busca medir la perspectiva temporal de futuro trascendental, es decir, explorar las creencias de las personas sobre la existencia después de la muerte del cuerpo físico. La escala ha sido aplicada y adaptada en países como Portugal (Ortuño, et al., 2013), Estonia (Seema, Sircova, & Baltin, 2014) y Uruguay (Cabrera & Ortuño, 2023). Utiliza ítems como por ejemplo "Solo mi cuerpo físico va a morir alguna vez" y "La teoría de la evolución explica adecuadamente los orígenes de la especie humana". En su versión original, presenta elevados niveles de consistencia interna ( $\alpha = .87$  y de estabilidad test-retest .86).

## Procedimientos y Análisis de datos

Para recolectar los datos, se aplicaron los instrumentos mencionados previamente, mediante una plataforma de encuesta virtual (Formulario en línea de Google). Al inicio se presentó la hoja de información acerca de la investigación realizada así como el consentimiento informado, en estos se comunicaron los objetivos del estudio y el carácter confidencial, anónimo, y voluntario de su participación.

Los datos obtenidos a través de los cuestionarios fueron procesados y analizados utilizando el programa *Statistical Package for the Social Sciences* versión 25 (IBM SPSS Statistics). Se emplearon estadísticos descriptivos generales (media, desviación típica y frecuencia). Para explorar la normalidad de las distribuciones de las variables numéricas en estudio se aplicó el estadístico de Kolmogorov-Smirnov. La comparación de medianas se realizó mediante la prueba U de Mann-Whitney, mientras que la asociación entre las variables numéricas fue explorada con el estadístico Rho ( $\rho$ ) de Spearman. El tamaño del efecto en las comparaciones de tendencia central se calculó siguiendo las recomendaciones de Erceg-Hurn y Mirosevich (2008), utilizando además el estadístico  $d$  de Cohen como medida de magnitud. Finalmente, la consistencia interna de las escalas y subescalas se evaluó a través del coeficiente alfa ( $\alpha$ ) de Cronbach.

## Resultados

En primer lugar se presentan los resultados descriptivos de las preguntas realizadas en el cuestionario sociodemográfico, así como de los diferentes instrumentos de evaluación psicológica empleados en el estudio. En segundo lugar, se presentan las comparaciones de tendencia central en todas los instrumentos de evaluación psicológica empleados en diferentes variables de agrupación que fueron evaluadas. En términos formales, las comparaciones fueron realizadas con estadísticos no paramétricos pero con el fin de facilitar la interpretación de los resultados por el lector, en la Tabla 2 se presentan los valores medios o sumas de puntajes de estas mismas variables. En último lugar, se presentan las asociaciones entre estas mismas variables, mediante un análisis de correlación.

### *Resultados descriptivos a nivel de psicoterapia, espiritualidad y otras dimensiones temporales*

Se indagó a los participantes si habían concurrido al psicólogo en el pasado, de las 207 personas, 177 (85%) indicaron que sí y 33 (15%) no. De estos que respondieron afirmativamente, 84 (40%) declararon estar actualmente en tratamiento psicológico y 122 (59%) no.

Con respecto al tipo de abordaje terapéutico (de corte tradicional), 84 (41%) participantes concurren actualmente al psicólogo. En relación a las terapias alternativas se encontró que 74 (35%) personas afirmaron haber concurrido a algún tipo de terapia alternativa. Por último, 56 (27%) participantes aseguraron acudir a ambos tipos de terapias.

Asimismo, 140 (67%) de los participantes indicaron que es importante que la psicoterapia este basada en evidencia científica. Los restantes, 38 (18%) respondieron que no.

Como se puede observar en la Tabla 1, ninguna de las puntuaciones de los instrumentos empleados presentó una distribución normal de acuerdo a los re-



sultados en la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov ( $p < .05$ ).

## Tabla 1

*Estadísticos descriptivos y consistencia interna de las dimensiones en estudio (N = 207)*

	M	DT	Mdn	$p$	$\alpha$
Futuro trascendental	3.07	0.91	3.10	,076	.87
Espiritualidad	2.66	1.26	2.20	,000	.95
Espiritualidad sin la palabra "dios"	3.09	1.13	3.00	,002	.85
Espiritualidad con la palabra "dios"	2.23	1.53	1.30	,000	.97

*Nota.* El valor  $p$  refiere a la significancia estadística de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.

## Diferencias entre sexos

Se establecieron comparaciones en las diferentes dimensiones psicológicas en estudio (preferencias terapéuticas, futuro trascendental y espiritualidad) con respecto al género de los participantes. En la de PTFT que evalúa Futuro Trascendental ( $p < .05$ ), donde el grupo Femenino presentó valores más elevados ( $M = 2,67$ ,  $DT = 1,08$ ) comparativamente al grupo Masculino ( $M = 3,11$ ,  $DT = ,89$ ). Este último, en relación al género de las personas obtuvo un tamaño del efecto mediano de 0,36.

## Diferencias entre perfiles psicoterapéuticos

A través de la comparación realizada con el estadístico U de Mann-Whitney, en relación a la variable "Actualmente concurre a terapia", no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las diferentes dimensiones psicológicas en estudio, excepto en la escala que mide el Futuro trascendental de las personas (PTFT), donde las personas que afirman concurrir a terapia presentan valores medios más bajos ( $M = 2,93$ ,  $DT = ,91$ ) que aquellas que no concurren a terapia ( $M = 3,17$ ,  $DT = ,90$ ), con un tamaño del efecto mediano de 0,41.

En cuanto a la creencia de los participantes sobre la necesidad de que las terapias estén fundamentadas en evidencia científica, se observó que quienes consideran que no es necesario mostraron puntuaciones más elevadas en Futuro Trascendental y Espiritualidad, en comparación con aquellos que sí consideran indispensable el respaldo científico en la terapia.

Por último, aquellos participantes que experimentaron terapias alternativas (de forma aislada o en conjunto con alguna terapia tradicional) presentaron valores más elevados que aquellos que solo han experimentado terapias tradicionales en relación al Futuro Trascendental con un tamaño del efecto alto de 1.73 y las tres puntuaciones de espiritualidad. Estas tres comparaciones de mediana son estadísticamente significativas por lo menos a un valor de  $p < .01$ .



**Tabla 2**

*Comparación de tendencias centrales (M, DT) de TFTP y DSES.*

	T. Tradicionales		T. Alternativas			
	M	DT	M	DT	<i>p</i>	<i>d</i>
Futuro trascendental	2,9	,91	3,3	0,80	,001	1,73
Espiritualidad	2,5	1,1	2,8	1,1	,007	0,53
DSES con la palabra dios	2,1	1,4	2,4	1,4	,01	0,56
DSES sin la palabra dios	3,0	1,1	3,3	1	,04	1,21

### *Asociación entre las dimensiones en estudio*

A continuación se presentan los análisis de correlación realizados (ver Tabla 2). Y por último, en lo que refiere al nivel de Espiritualidad la asociación con la edad es positiva y débil ( $p = .22$ ,  $p < .01$ ) en la puntuación global, así como en las puntuaciones específicas del instrumento (con y sin dios).

Para espiritualidad y Futuro trascendental (PTFT) la correlación es positiva y fuerte ( $p = .71$ ,  $p < .01$ ). Asimismo, el padrón de asociaciones de las puntuaciones específicas de espiritualidad (sin dios y con dios) es muy similar con las otras variables en estudio. No obstante, se encuentra una correlación más elevada de PTFT y DSES con la palabra dios ( $p = .71$ ,  $p < .01$ ) que sin dios ( $p = .64$ ,  $p < .01$ ).

Un aspecto para el cuál la autora llama la atención refiere a la resistencia a nivel social y cultural que existe con la palabra "dios". Underwood (2011) presenta resultados diferenciales con respecto a dos posibles puntuaciones del instrumento: i) suma de todos los ítems que incluyen la palabra dios y ii) suma de todos los ítems que excluyen la palabra dios (Underwood, 2011). Tomando sus sugerencias, en el presente estudio la DSES se analiza con recurso a tres puntuaciones: Total de los ítems, ítems que no incluyen la palabra dios y solo ítems que incluyen la palabra dios. En este sentido, lo que refiere a la evaluación del nivel de espiritualidad de los participantes, encontramos que existe un nivel de espiritualidad más elevado en el instrumento DSES sin la palabra dios ( $M = 3,09$ ) que con ella ( $M = 2,23$ ). Con respecto a los participantes que no están interesados en que las terapias están basadas en evidencia científica y los niveles de futuro trascendental, se mostró un tamaño del efecto mediano de 0,36. Lo mismo sucedió con las personas con mayores niveles de espiritualidad, el grupo mostró un tamaño mediano 0,38.

Por último, en el análisis de las correlaciones entre DSES en su versión original y las subdimensiones de espiritualidad con y sin la palabra dios, se encontró que la asociación de la escala original con la DSES "sin dios" no solo es positiva y fuerte ( $p = .94$ ,  $p < .01$ ) sino que presenta valores más elevados que "sin dios" ( $p = .90$ ,  $p < .01$ ). La correlación es menor cuando asociamos ambas subdimensiones ( $p = .75$ ,  $p < .01$ ).

**Tabla 3**

*Correlaciones entre edad, futuro trascendental y espiritualidad ( $\rho$  de Spearman)*

	1	2	3	4
1. Edad	–			
2. Futuro trascendental	0,1	–		
3. Espiritualidad	,22**	,71**	–	
4. Espiritualidad sin la palabra “dios”	,23**	,64**	,94**	–
5. Espiritualidad con la palabra “dios”	,19**	,71**	,96**	,79**

Nota.  $p < .01$  (bilateral).  $p < .05$  (bilateral).

## Discusión

El propósito de esta investigación es analizar la espiritualidad y su vínculo con las preferencias psicoterapéuticas, poniendo el foco en las posibles diferencias entre quienes optan por terapias tradicionales y quienes se inclinan por terapias alternativas, así como en la importancia que la espiritualidad adquiere dentro de los procesos terapéuticos. Con este objetivo, se aplicó una batería de instrumentos de evaluación psicológica destinada a examinar las variables pertinentes.

Mediante los resultados obtenidos se puede observar que los niveles de espiritualidad son más elevados en las personas que concurrieron a algún tipo de terapia alternativa. Los mismos parecen confirmar nuestra predicción para la primera hipótesis (Las personas que eligen terapias alternativas presentan niveles de espiritualidad más elevados que aquellas personas que solo eligen terapias tradicionales). Este patrón puede deberse a la elección de las personas hacia los modelos de terapias que no están institucionalizados con un sesgo “místico” característico de las llamadas pseudociencias. De acuerdo con Apud (2017), el movimiento holístico emerge en el marco de la búsqueda de nuevas formas de medicina y prácticas alternativas que incorporan una visión espiritual del bienestar y la idea de “retornar a la naturaleza”. Aunque no existe una delimitación precisa entre psicoterapias y terapias alternativas, estas últimas pueden vincularse con el concepto de *Spiritualities of Life* propuesto por Heelas (2006), en tanto representan espacios que priorizan la esencia del sujeto y su dimensión interior, al margen de las normas institucionales. Tal como se señaló previamente, la religión y la espiritualidad constituyen constructos distintos. Frente a los paradigmas institucionales que encarna la religión –frecuentemente asociados con lo restrictivo y con la imposición de determinadas creencias e ideologías– surge una respuesta social crítica (Cornejo, 2012). En contraste, la espiritualidad se distancia de estos modelos al evidenciar sus limitaciones y abrir un espacio para la reflexión sobre la propia vida y la búsqueda de respuestas internas (Pargament et al., 2004).

Siguiendo esta misma línea, también se reveló mediante una comparación con la prueba U de Mann-Whitney que las personas con mayores niveles de espiritualidad se interesan menos en las terapias basadas en evidencia científica que las que presentan menores niveles de espiritualidad. Esto también afirma la preocupación de varios autores (Roudinesco 2005; Cornejo, 2012; Griera y Urgel, 2002), por la ausencia de información que hay sobre estas prácticas en relación a los efectos de las mismas. Sin embargo, encontramos que el 35% de los estudiantes universitarios concurren a algún tipo de espacio alternativo a los tradicionales. Esto expone una importante tendencia a sus usos y prácticas; desde un punto de vista psicológico, es importante prestar atención a esta importante proporción. De este modo, podríamos decir que

los niveles de espiritualidad potencialmente impactan en los tipos de terapias que buscan las personas.

Por otro lado, es interesante observar cómo los niveles de espiritualidad son más bajos en lo que refiere a los ítems que incluyen la palabra dios, comparativamente a aquellos que no hacen mención a la figura de dios. Lo cual, corrobora la última hipótesis (existen diferencias en el nivel de espiritualidad entre aquellos que consideran a la figura de dios en comparación con aquellos que no la consideran). Como mencionamos anteriormente, esto podría deberse a una resistencia de las personas debido a la relación que existe con la religión y la institucionalización de lo espiritual (Pargament, 1999), lo cual revela cierto condicionamiento para expresar lo que es trascendental en la utilización de esta escala. Asimismo condice con un estudio que analizó a personas en España, donde encontraron que los ateos obtuvieron puntajes más altos de espiritualidad en comparación de aquellos que se identifican a sí mismos como cristianos (Sanchez et. al, 2010).

Ortuño, Paixão y Janeiro (2011) también hallaron diferencias significativas entre estudiantes religiosos y no religiosos, en el sentido de que aquellos que manifestaban algún tipo de creencia religiosa exhibieron mayores valores de futuro trascendental. Asimismo, observamos en los resultados un nivel más elevado de Futuro trascendental para quien probó terapias alternativas en contraste a quienes no eligen esos tipos de espacios. En este sentido, se confirma la segunda hipótesis (Las personas que utilizan terapias alternativas presentan valores más elevados de Futuro Trascendental que aquellas que solo utilizan terapias tradicionales). Lo cuál representa una importante caracterización del perfil temporal de las personas con preferencias por terapias alternativas.

De este modo, vemos mayor intensidad en el vínculo de la espiritualidad y futuro trascendental cuando incluimos la palabra dios, este instrumento se asocia a el tiempo infinito, que a menudo va más allá de nuestra imaginación y se basa en una fe profunda, lo cual se podría relacionar con la construcción de lo que significa dios para la cultura, específicamente para la sociedad uruguaya.

A diferencia de lo señalado por Tornstam (2005), quien sostiene que el proceso de trascendencia se desarrolla en la adultez tardía, en el presente estudio no se halló una relación entre el futuro trascendental y la edad de los participantes. Sin embargo, sería pertinente que investigaciones posteriores realicen comparaciones entre distintos grupos etarios con el fin de comprender mejor cómo puede variar este constructo a lo largo del ciclo vital, considerando además que la muestra analizada en este trabajo estuvo compuesta mayoritariamente por adultos jóvenes.

Aunque la literatura sobre la relación entre espiritualidad y perspectivas temporales aún es limitada, resulta pertinente considerar ambos constructos debido a la asociación observada, especialmente entre la espiritualidad y la dimensión del futuro trascendental. De acuerdo con Timoszyk-Tomczak y Bugajska (2019), la trascendencia implica principalmente la internalización de valores y modelos, así como el desarrollo espiritual. En esta línea, los hallazgos coinciden con lo planteado por Boyd y Zimbardo (1997), quienes destacan la estrecha vinculación entre el futuro trascendental y la espiritualidad.

En las comparaciones de las diferentes dimensiones psicológicas con el sexo de los participantes, podemos observar las preferencias que tienen las personas sobre los tipos de terapias donde se hace referencia a experiencias pasadas, presentes y futuras, en este caso, las mujeres presen-

taron valores más elevados que el grupo masculino, lo que representa una preferencia por un enfoque más orientado hacia la categoría temporal de pasado. Por otro lado en la perspectiva temporal de futuro trascendental, vemos como las mujeres tienden a tener más en cuenta la vida *post mortem*, este resultado coincide con la investigación realizada por Ortuño y cols. (2013). En la perspectiva temporal del futuro trascendental el tiempo se vuelve infinito y comprende la capacidad de visualizar la vida después de la muerte del cuerpo físico. Podríamos decir que modifica las formas en las que nos comportamos en el tiempo presente (Zimbardo & Boyd, 2005), integra también valores y hace que el paso de la vida humana sea más fácil de aceptar (Timoszyk-Tomczak & Bugajska, 2019). O de lo contrario, los miedos y las rumiaciones que existen en base a los pensamientos ansiógenos que existen en base a la propia muerte.

### *Limitaciones del estudio y estudios a futuro*

En relación a la perspectiva temporal, fue estudiado lo trascendental pero no lo trascendente, lo cuál es una característica intrínseca de la PTFT. Futuros estudios pueden incluir ítems que consideren la dimensión trascendente de la vida después de la muerte, tal como proponen por ejemplo Timoszyk-Tomczak & Bugajska (2019) con su instrumento el Inventario de Perspectiva Temporal Trascendente y Trascendental (IPTTT), el cuál ya cuenta con estudios exploratorios en territorio nacional (Martinez et al., 2024).

Un aspecto a considerar para estudios futuros consiste en el desarrollo de un estudio más completo a nivel psicométrico de los instrumentos de evaluación utilizados en este trabajo. La mayoría de estos están siendo utilizados por primera vez en el contexto nacional. Muy en particular la PTFT de la cuál se dieron los primeros pasos para su adaptación lingüística y cultural para Uruguay.

También, trabajar con estudiantes universitarios abre la puerta a futuro para la pregunta acerca de si existen diferencias entre diferentes formaciones universitarias en lo que refiere a la necesidad de que las terapias esten apoyadas por evidencia científica. Lo mismo sucede con relación a la preferencia por optar por terapias clásicas y/o alternativas.

### *Conclusión*

El interés por conocer los efectos de la espiritualidad y la temporalidad como constructos, y el auge de investigaciones científicas que logran cuantificarlas, han permitido dar cuenta de la existencia de estas entidades y sus efectos.

El estudio permite visibilizar el interés que tienen los sujetos por aquellas prácticas alternativas y por los espacios que habilitan y promueven perspectivas consideradas espirituales. Asimismo, se demostró la elección hacia este camino a pesar de la carencia de un marco teórico y evidencia científica que presentan este tipo de terapias, en este sentido, se percibe la demanda de las personas hacia la búsqueda de sentidos y experiencias trascendentes, preguntándonos los efectos que generan en su salud mental y muy en concreto en los procesos de cura. Pese a las críticas de muchos autores de este modelo holístico, su existencia y elevada concurrencia por parte de los usuarios es clara.



Por otro lado, observamos cierta resistencia ante los modelos institucionalizados y la asociación de la religión con la figura de dios, dando una tonalidad abstracta ante la exploración de las fronteras de lo trascendental.

También, nos habilita a reflexionar sobre los límites de las psicoterapias y la apertura del abordaje en estos temas preguntándonos si las corrientes psicológicas dan lugar a las mismas. Sabemos que muchas prácticas espirituales forman parte de la vida diaria de las personas, donde atraviesan la subjetividad y constituyen una temática importante en su contexto. Esto podría presuponer una necesidad de integrar dichos aspectos en las terapias elegidas individualmente por los pacientes. Pensar en incluir la espiritualidad y el futuro trascendental en las preferencias terapéuticas de los sujetos, en el proceso de toma de decisión sobre qué, cómo y quién implementará la psicoterapia ubica al consultante no solo en un lugar activo en el proceso sino que también valora sus intereses individuales pudiendo expresar su espiritualidad libremente.

## Referencias bibliográficas

- Ahmad, M., & Hidayat, R. (2019). Religiosity and transcendental future time perspective as predictors of risk taking tendency. En *ICER-PH 2018: Proceedings of the 3rd International Conference on Environmental Risks and Public Health, ICER-PH 2018, Makassar, Indonesia*.
- Apud, I. (2013). El indio fantasmal es reclutado en la ciudad. *Neochamanismo, sus orígenes y su llegada a Uruguay. Cuadernos de Antropología Social*, 38, 57-83.
- Apud, I. (2017). Science, spirituality, and ayahuasca: The problem of consciousness and spiritual ontologies in the academy. *Zygon: Journal of Religion and Science*, 52(1), 100-123.
- Apud, I., Ortuño, V., Azambuya, M. N., Pérez, E., Reimondo, M. R., González, V., Paolillo, S., & Pedraja, N. (2022). Budismo y personalidad: Estudio mixto cualitativo-cuantitativo en la Soka Gakkai Internacional del Uruguay. *Persona*, 25(2), 39-64.
- Barrera-Hernández, L. F., Corral-Verdugo, V., & Fraijo-Sing, B. S. (2021). El futuro trascendental como determinante de las conductas sustentables y la percepción de felicidad. *Revista CES Psico*, 14(1), 1-15.
- Boyd, J., & Zimbardo, P. (1997). Constructing time after death: The transcendental-future time perspective. *Time & Society*, 6(1), 35-54. <https://doi.org/10.1177/0961463X97006001002>
- Cornejo, M. (2012). Religión y espiritualidad, ¿dos modelos enfrentados? Trayectorias poscatólicas entre budistas y Soka Gakkai. *Revista Internacional de Sociología*, 70(2), 327-346.
- Dapueto, J. (2013). *Calidad de vida: Marco conceptual, operacionalización y aplicaciones clínicas*. Montevideo: Ediciones Universitarias. [http://www.universidad.edu.uy/bibliotecas/dpto\\_publicaciones.htm](http://www.universidad.edu.uy/bibliotecas/dpto_publicaciones.htm)
- Delaney, C. (2005). The spirituality scale: Holistic assessment of the human spiritual dimension. *Journal of Holistic Nursing*, 23(1), 145-167.
- Emmons, R. A., & Paloutzian, R. F. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 54, 377-402.
- Erceg-Hurn, D. M., & Mirosevich, V. M. (2008). Modern robust statistical methods: An easy way to maximize the accuracy and power of your research. *American Psychologist*, 63(7), 591-601.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4th ed.). Sage.

- González, T. (2004). Las creencias religiosas y su relación con el proceso salud-enfermedad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 7(2), 19-29. <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/2004-2b/vol7no2art2.pdf>
- Griera, M., & Urgel, F. (2002). *Consumiendo religión: Nuevas formas de espiritualidad entre la población juvenil*. Barcelona: Fundación La Caixa.
- Heelas, P. (2006). Challenging secularization theory: The growth of 'New Age' spiritualities of life. *The Hedgehog Review*, 6, 46-58.
- Kairys, A., & Liniauskaitė, A. (2012, septiembre 5-8). Transcendental time perspective and values [Comunicación oral]. *Ist International Conference on Time Perspective*, Universidade de Coimbra, Portugal.
- Ledezma, C., Rodríguez, M., De Los Ríos, F., & De Bortoli, M. (2010). Espiritualidad y ansiedad a futuro en una muestra de adolescentes. *II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XVII Jornadas de Investigación, VI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Martínez, A., Martínez, D., Apud, I., & Ortuño, V. (2024). Un viaje a través de la consistencia y estructura del IPTTT. En V. Ortuño (Ed.), *JIEP - Actas I Jornada de Investigación Estudiantil en Psicología* (p. 66). Facultad de Psicología, Universidad de la República.
- Mayoral, E. G., Underwood, L. G., Laca, F. A., & Mejía, J. C. (2013). Validation of the Spanish version of Underwood's Daily Spiritual Experience Scale in Mexico. *International Journal of Hispanic Psychology*, 6(2), 191-202. <https://www.academia.edu/9669165/>
- Organización Mundial de la Salud. Estrategia de la OMS en medicina tradicional 2014-2023. Ginebra: OMS; 2013 [Online].
- Ortuño, V. (2020). Aproximaciones a la temporalidad subjetiva: La perspectiva temporal en foco. En V. Ortuño & A. Vásquez-Echeverría (Eds.), *Psicología del tiempo: Una introducción a la temporalidad en las ciencias del comportamiento* (pp. 79-124). Montevideo: CSIC.
- Ortuño, V., Nunes Janeiro, I., Paixão, M. P., Esteves, C., & Cordeiro, P. (2017). Um novo modelo multidimensional da perspetiva temporal. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 45(3), 71-84.
- Ortuño, V., Paixão, M. P., & Janeiro, I. (2011). Diferenças na perspectiva temporal entre estudantes religiosos e não religiosos. *Actas del VIII Congresso Iberoamericano de Avaliação Psicológica*. Universidade de Lisboa.
- Ortuño, V., Paixão, M. P., & Janeiro, I. N. (2013). Tempus post mortem? Adaptação portuguesa da transcendental-future time perspective scale (TFTPS). *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31(2), 376-388.
- Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *International Journal for the Psychology of Religion*, 9(1), 3-16. [https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901_2)