

Del Acto al Hábito: una nueva mirada en la construcción del Cuidado.

From Act to Habit: a new look at construction of Care.

Lydia Madariaga Casquero ^{1,2}

Sara Herrero Jaén ^{1,4}

Adriana Cercas Duque ^{1,5}

Blanca Gonzalo de Diego ^{1,3}

1 Grupo MISKC (Universidad de Alcalá)

2 Becaria en Universidad de Alcalá (UAH)

3 Centro de Salud de Meco

4 Hospital Universitario Severo Ochoa , Madrid

5 Hospital Universitario de la Zarzuela (Sanitas)

Dirección de correspondencia: Grupo de Investigación MISKC. Departamento de Ciencias de la Computación. Escuela Politécnica Superior. Campus Científico - Tecnológico. Universidad de Alcalá. Ctra. Madrid-Barcelona, Km. 33,600

Correo electrónico: lydia.madariaga@hotmail.es

Artículo recibido el 01/07/2018

Artículo aceptado el 15/07/2018

RESUMEN

La concepción de la persona, el cuidado y, por ende, sus vidas están vinculadas a la idea de acto y hábito; entendiéndose dicho término como la repetición de actos a lo largo del tiempo. El objetivo del presente artículo es formalizar la relación entre ambos términos. Para ello se ha utilizado una metodología deductiva a través de extracción de conocimiento mediante búsqueda en fuentes bibliográficas, formalización de los términos expuestos anteriormente y educación de conocimiento por grupo de expertos. Durante la presente investigación se ha establecido una nueva relación entre estos conceptos, ampliando un nuevo entendimiento de dicha relación, abriéndose una nueva forma de entendimiento del hábito, de tal manera que supone una reinterpretación del mismo en el estudio del campo del cuidado.

Palabras clave: Cuidado; Características humana; Modelos de Enfermería; Teoría de Enfermería; Aprendizaje; Informática aplicada a la Enfermería; Teoría de Sistemas.

ABSTRACT

The conception of person, care and our live are linked to the idea of act and habit; the above mentioned term being understood as repetition of acts throughout the time. The aim of the present article is to formalize the relation between both terms. For it a deductive methodology has been in use across extraction of knowledge to slant search in bibliographical sources, formalization of the exposed terms previously and education of knowledge for group of experts. During the present investigation, a new relation has been established between these concepts, extending a new understanding of the above mentioned relation, there being opened a new form of understanding of the habit, in such a way that he supposes a reinterpretation of the same one in the study of the field of care.

Key word: Care; Human Characteristics; Models, Nursing; Nursing Theory; Learning; Nursing Informatics; Systems Theory.

Introducción

Nos vemos inmersos en el mundo de la publicidad, que, a través de anuncios publicitarios en diversos medios, facilitan el establecimiento de la percepción de unas necesidades que no se relacionan con la supervivencia de forma directa (son, en esencia, innecesarias) pero que, por la sociedad en la que vivimos, se acaban convirtiendo en necesarias para el día a día de las personas ⁽¹⁾. De esta manera, se establecen unos cánones ideales, a los cuales las personas quieren aproximarse, preestableciendo así unos hábitos que se verán plasmados en la vida diaria de la persona. A través de esta reflexión acerca de los hábitos se aborda dicha investigación.



Ya desde la antigüedad se ha llevado a cabo una exaltación de la importancia del cuidado, ya que se interpreta como aquello imprescindible e inherente a la persona. ⁽²⁾⁽³⁾

Además, diversos autores estudian el cuidado desde la filosofía, entre ellos encontramos a Platón que establece que para el cuidado de sí es necesario el conocimiento de sí, como se puede apreciar en sus textos. ⁽⁴⁾

Ya en el siglo XIX Hegel propone un proceso dialéctico por el cual la realidad logra realizarse a sí misma y alcanzar una situación superior, proponiendo el proceso dialéctico amo-esclavo. De esta forma surge una lucha que concluye con la imposición de unos (los amos) y la derrota de otros (los esclavos). ⁽⁵⁾⁽⁶⁾

Aunando dicho proceso dialéctico en una misma persona encontramos a M. Heidegger que define el ser-arrojado al mundo como Dasein, el cual se caracteriza a su vez por dos tipos de vida: la auténtica y la inauténtica, siendo dicho tipos de vida necesarios para el desarrollo de los resultados que se muestran en el presente artículo. ⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾

El cuidado como esencia de la disciplina enfermera

Por otro lado, el cuidado a su vez en esta trabajo de investigación ha sido analizado desde la disciplina enfermera. Cabe mencionar la definición del mismo que propone Collière la cual lo entiende como un acto necesario para satisfacer un conjunto de necesidades con la finalidad de mantener la vida. ⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾

Dichas necesidades son abordadas por distintas maestras enfermeras. En primer lugar mencionaremos las 14 necesidades inherentes e indispensables a las personas propuestas por V. Henderson. ⁽¹²⁾

D. Orem abordará las necesidades estableciendo lo necesario, los Requisitos de Autocuidado Universal; definiendo así el autocuidado como una acción deliberada y consciente que realiza la persona para satisfacer esos necesarios. ⁽¹²⁾⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾

M. Rogers, conceptualiza el cuidado como la interacción armoniosa entre el campo de energía del ser humano y del entorno. ⁽¹²⁾⁽¹⁵⁾⁽¹⁶⁾

A sí mismo, Betty Neuman, apoyada en la teoría de sistemas, entiende que toda persona está formada por sistemas más pequeños. ^{(12) (17)}

De esta manera, como puede verse todo cuidado implica un acto, siendo el siguiente apartado del artículo.

Según la Real Academia de la Lengua Española se entiende acto en una de sus acepciones como “*Lo real, lo que es determinación o perfección de la potencia*” y a su vez hábito como “*Modo especial de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes, u originado por tendencias instintivas.*” ⁽¹⁸⁾

Lo que nos aporta la disciplina enfermera en cuanto al hábito y al acto

Siguiendo a la maestra Colliere defiende que todo cuidado es un acto de vida y que dichos actos crean hábitos: “...las diferentes posibilidades de responder a estas necesidades vitales crean e instauran **hábitos** de vida propios de cada grupo” ⁽¹⁰⁾, se puede decir que, si esos actos se prolongan en el tiempo, se transformarán en hábitos.

A sí mismo, Dorothea Orem, añade una serie de premisas para que una persona lleve a cabo un acto de cuidados, a través de las limitaciones de acción. ⁽¹²⁾⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾⁽²²⁾

También encontramos a Martha Rogers que interpreta el hábito como el patrón, siendo este lo que da significado al campo de energía. ⁽⁷⁾⁽¹⁵⁾⁽¹⁶⁾

A su vez, el modelo propuesto por Leininger estudió la cultura como punto de partida para el cuidado, y con ello, para la instauración de hábitos. ⁽¹²⁾

Por otro lado en cuanto al campo de la axiomática del cuidado propuesto por el Dr. Santamaría García y la Dra. Jiménez Rodríguez se han de tratar dos de los axiomas en el presente artículo por su relevancia en la investigación realizada “*el cuidado genera memoria*” ⁽²¹⁾, es decir todo acto de cuidado generará un recuerdo y posibilitará la creación de una significación.

Y, “*el cuidado es energía*” ⁽²²⁾, ya que todo acto lleva asociado un gasto energético y la instauración de nuevas necesidades, que conformarán un ciclo de necesidad-competencia. ⁽¹⁴⁾⁽¹⁵⁾⁽²²⁾

Para poder hacer una aproximación a dichos términos ha sido imprescindible abordar distintas concepciones del tiempo a través de la mitología griega, ya desarrollados por la especialista Fernández Batalla en sus estudios doctorales sobre el cuidado. ⁽¹⁹⁾

Por un lado encontrando a Cronos, dios del tiempo secuencial, es decir, cronológico. En este tipo de tiempo las acciones pasadas se vuelven obsoletas y sin sentido al alcanzar el objetivo que se busca. ⁽¹⁹⁾⁽²⁰⁾

Por otro lado tenemos al dios Aión, dios de la eternidad siendo aquel que no contempla los objetivos ni los planes, sino que nos invita a la acción que tenga sentido en sí misma. (19)(20)

También encontramos a Kairos, es el semidiós caprichoso de la oportunidad que pasa rápidamente, representa el momento adecuado que puede cambiar el destino de las personas, estos dioses son necesarios para poder hacer una conceptualización que nos permita aproximarnos a los resultados. (19)(20)

El aprendizaje, aquello necesario para poder crear hábitos

Como premisa, para poder establecer el hábito es necesario poseer memoria, y con ello capacidad para aprender (24), desde la Real Academia de la Lengua Española se entiende aprendizaje como “*adquisición por la práctica de una conducta duradera*”. (18)

A través de la filosofía se ha abordado el aprendizaje, siendo Platón el filósofo que describe que conocer supone recordar, ya que el alma ha estado con anterioridad en el mundo de las Ideas. A través de este autor se comprende el conocimiento como algo previo a la experiencia. (4) (6) (22)

Sin embargo, para Aristóteles todo conocimiento proviene de la experiencia; estableciendo que se aprende a través de interacciones y asociaciones con el ambiente. (6)(23)

A su vez, desde la psicología distintas corrientes de pensamiento han abordado el estudio del aprendizaje, entre estas encontramos el conductismo, el cognitivismo y el constructivismo. (24)(25)

El conductismo refiere que el aprendizaje se iguala a los cambios que se producen en la conducta observable. Se podría decir que el aprendizaje se logra cuando se demuestra o se exhibe una respuesta apropiada a continuación de la presentación de un estímulo ambiental específico. (25)(26)

Por otro lado, el cognitivismo dio importancia a los procesos cognitivos más complejos (el lenguaje, el razonamiento...), buscan entender qué es lo que está pasando en la mente del que aprende. Podría decirse que se entiende el aprendizaje como un cambio relativamente frecuente en las asociaciones o representaciones mentales como resultado de la experiencia. ⁽²⁴⁾ ⁽²⁶⁾

El constructivismo es la corriente que da un paso más en la explicación del aprendizaje, defendiendo que el aprendizaje es la creación de significados a partir de la experiencia. De tal modo que la mente filtra lo que nos llega del mundo para producir su propia y única realidad. ⁽²⁶⁾

Material y método

El presente estudio empleó metodología deductiva mediante extracción de conocimiento a partir de análisis de fuentes bibliográfica y educación de conocimiento a través de discursatio con expertos.

El tiempo de estudio de la presente investigación transcurrió de septiembre de 2017 a junio de 2018. A continuación, se presenta la metodología específica.

En una primera fase se realizó una extracción del conocimiento acerca de los términos hábito y acto recurriendo a fuentes primarias, entre las que se encuentran: la Real Academia de la Lengua Española, la axiomática del cuidado, y el trabajo de Fin de Máster realizado por la máster Gonzalo de Diego, así como otras obras filosóficas que apoyaron la presente investigación. Dicha fase se llevó a cabo de septiembre de 2017 a marzo de 2018.

Posteriormente en una segunda fase se realizó la formalización del conocimiento mediante educación con expertos a través de un método de reuniones y entrevistas. Dicho grupo de expertos contó con un Doctor en Computación, dos especialistas en Enfermería

de Familia y Comunidad, 2 másteres en Informática Multidisciplinar, 3 másteres en Gestión y Aplicación de Conocimiento del Autocuidado en Enfermería. La presente fase duró desde marzo de 2018 a mayo de 2018.

Por último, como tercera fase se llevó a cabo el establecimiento de la relación entre los términos acto y hábito, la formalización de dicha relación y, para finalizar, la validación de dicha relación por el grupo de expertos anteriormente mencionado. Dicha fase abarcó desde mayo de 2018 a junio de 2018.

Resultados

Conceptualización del término acto en el campo del cuidado.

Como se ha comentado en la introducción el *cuidado es energía*, y, por ende, el acto de cuidado conformaría una trasmisión energética, de tal forma, que implica una entrada de energía y una salida de la misma, siendo dicha energía puesta en juego para satisfacer una necesidad. Por ello, se puede definir acto como una *transmisión energética para la satisfacción de una necesidad* ([Figura 1](#)). ⁽¹⁴⁾

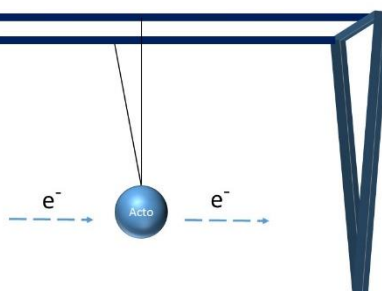


Figura 1- Acto como transferencia energética. Elaboración propia.

Por otra parte, todo acto de cuidado se realiza para satisfacer una necesidad, estas necesidades se cubrirán de forma secuencial y cíclica, siendo un continuo proceso de necesidad- competencia ([Figura 2](#)) ⁽¹⁵⁾ ⁽²²⁾

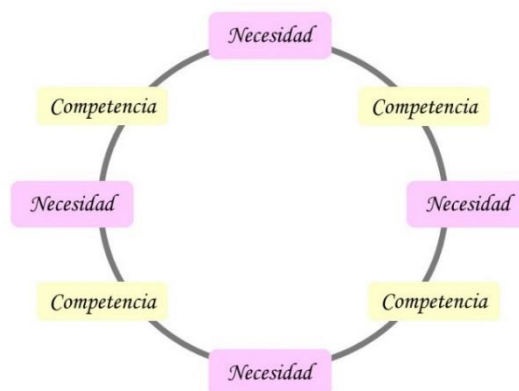


Figura 2 - Círculo necesidad-competencia. Elaboración propia.

De tal manera, que se creará un *sentimiento de necesidad*, relacionado con la percepción de la necesidad por la propia persona (antes de realizar una acción), se pone la *competencia en juego* (se lleva a cabo el acto) y tras esto se *crea una nueva necesidad* (después de haber satisfecho esa necesidad en la que se ha puesto en juego dicha competencia); este proceso se lleva a cabo de forma cíclica e ininterrumpida en el proceso de la vida, ya que la satisfacción de una necesidad, poniendo en juego la competencia, lleva asociada a sí mismo la creación de nuevas necesidades ([Figura 3](#)). ⁽¹⁵⁾ ⁽²²⁾



Figura 3- Fases del acto. Elaboración propia.

Aunando el ciclo del acto y los postulados propuestos por Avedis Donabedian, autor que propone una aproximación a la secuencia de un proceso para la valoración de su calidad estableciendo las partes que lo forman, podría decirse que ⁽²⁷⁾⁽²⁸⁾⁽²⁹⁾:

- La *fase de sentimiento de necesidad* estará relacionada con la estructura.
- La *fase de competencia puesta en juego* podría relacionarse con el proceso.
- Y la *fase de nueva necesidad* podría relacionarse con el resultado.

Asumiendo todo lo anteriormente expuesto, se puede decir que un acto es una *transferencia energética para la satisfacción de una necesidad*, produciéndose un ciclo constante de realización de actos, que a su vez se instaura en un ciclo mayor de necesidad-competencia propio del cuidado ([Figura 4](#)).

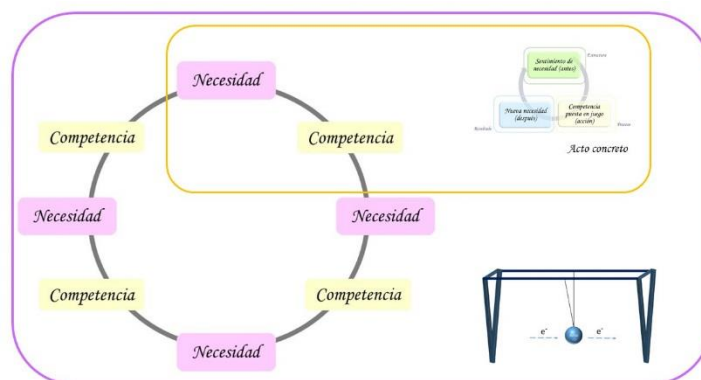


Figura 4- Formalización de acto en el campo del cuidado. Elaboración propia.

Conceptualización del término hábito en el campo del cuidado.

Respecto a la conceptualización del término hábito se volvió a la definición de la RAE, en el que se seleccionará aquello referente a las **tendencias instintivas**, es decir, a la propia naturaleza de persona, la necesidad. ⁽¹⁸⁾

Entendiendo dicha necesidad a través de la maestra Dorothea Orem como lo necesario, es decir los RAU anteriormente abordados, distinguiendo de ella la expresión de la misma, relacionada con cómo se satisface dicha necesidad. ⁽¹³⁾

Siguiendo una línea de interpretación kantiana estos objetivos apriorísticos (RAU) representarán la cosa en sí (noúmeno), diferenciándose de la expresión de dicha necesidad (fenómeno) que sería la relacionada con los actos que las personas realizan para cubrir las necesidades. ⁽³⁰⁾

Volviendo a la definición propuesta por la RAE de hábito se podría decir que es un **modo especial**, entendiendo especial como “*singular o particular, que se diferencia de lo común o general*”. ⁽¹³⁾

Por otro lado, se entiende significación como “*Acción y efecto de significar o significarse*.” ⁽¹²⁾, y a su vez significarse es “*Hacerse notar o distinguirse por alguna cualidad o circunstancia*”. ⁽¹³⁾

De tal manera, que será especial dicho modo de actuar a raíz de la significación que se dé a un acto.

Si la significación es construida por la persona, y como no hay dos personas iguales, se puede concluir que:

Hay tantas significaciones como personas hay en el mundo.

Siguiendo los postulados del filósofo Heidegger, y apoyándose en la distinción entre la vida auténtica e inauténtica se establecen dos tipos de hábitos (6) (7) (8) (9):

Los auténticos: aquellos que son generadores, que son decididos por la propia persona en favor de la vida (entendida esta como la no muerte).

A su vez, y el contrario que las anteriores encontramos los hábitos inauténticos, que se establecen en la sociedad, es lo que se podría denominar como “aceptado”, aquello que está impuesto dentro de la cultura.

Tras lo anteriormente expuesto se comprobó que del acto al hábito no interviene exclusivamente el tiempo, sino que lo que marcará el paso de acto al hábito es la significación. Por ello, se planteó el siguiente esquema en el que se aprecia el cambio del tiempo por la significación (Figura 5).

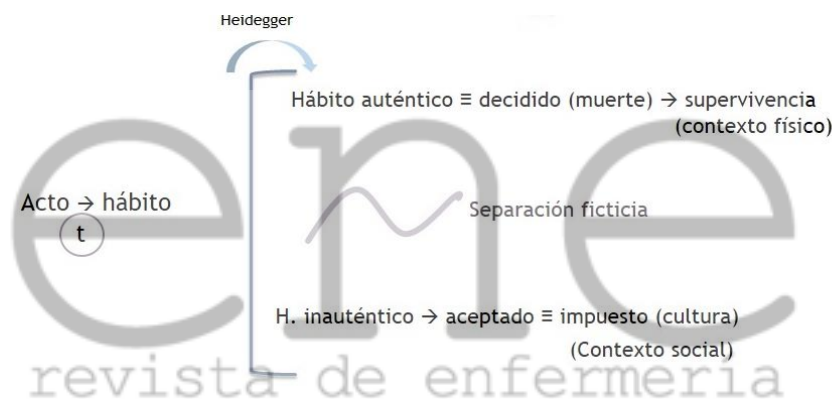


Figura 5- Interpretación del hábito. Elaboración propia

Formalizar la relación entre hábito y acto en el campo del cuidado.

Tras todo lo anteriormente expuesto se deduce que se instaurará un hábito en una persona cuando se incorpore dicho acto dentro del sistema de cuidados, es decir, la repetición de actos por sí solos si no se corresponde con una significación establecida en la memoria de la persona, no se introducirán dentro de otros sistemas y, por ende, no formará un hábito (Figura 6). De tal forma, que no se creará una significación de un acto de cuidado.

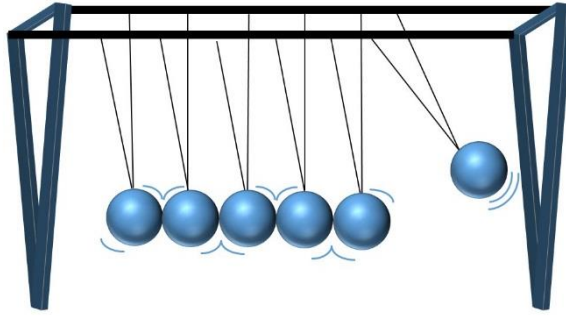


Figura 6- Representación de la relación entre acto y hábito. Elaboración propia.

Por todo lo expuesto anteriormente, la introducción de un hábito en el sistema de cuidados de la persona supone la significación de un acto, es decir, es más que el propio acto en sí, de tal forma que dejará un recuerdo en la memoria (entendida tal como la significación que se ha ido produciendo de los recuerdos, y por ende, de los actos vividos) de tal manera que esa persona sentirá la necesidad de volver a repetirlo o recordarlo ([Figura 7](#)).

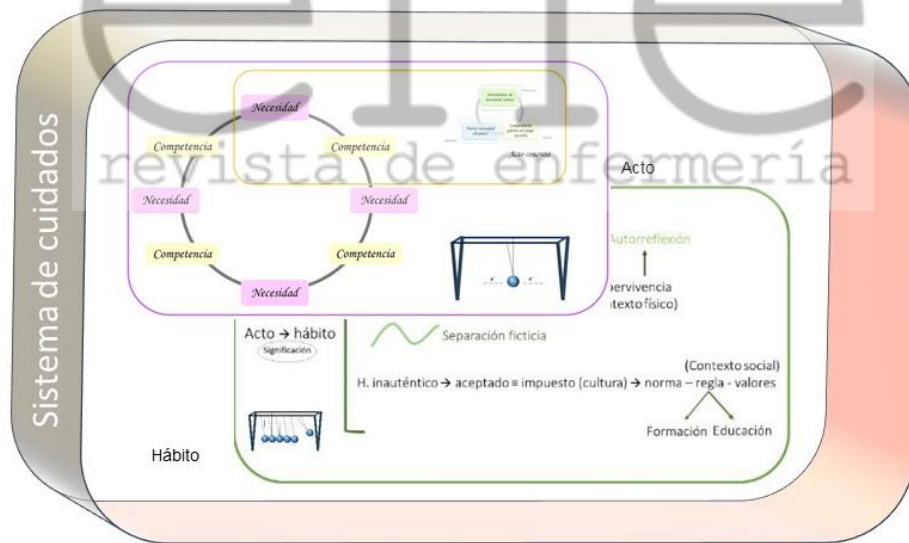


Figura 7 - Incorporación del acto y hábito en el sistema de cuidados. Elaboración propia.

Desde la concepción del tiempo propuesta anteriormente se obtuvo como resultado que desde Kronos el hábito se establece en función la finalidad que aporta el acto de cuidado establecida en un eje temporal lineal ([Figura 8](#)).

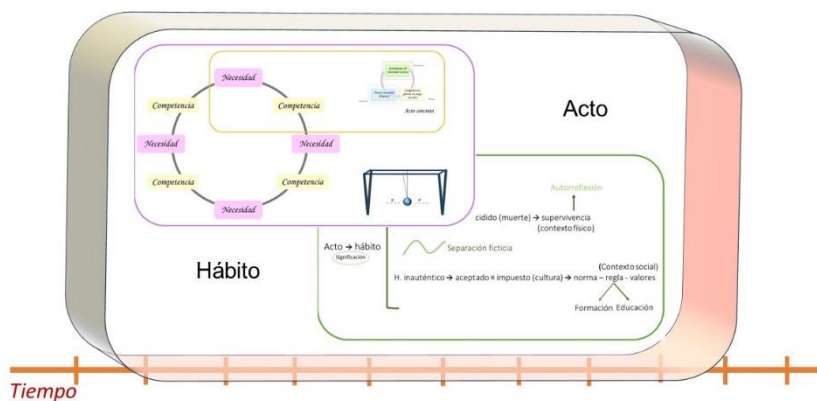


Figura 8 - Construcción de hábito a través de Kronos. Elaboración propia.

Sin embargo, desde Aión se elegirán aquellos actos, que tengan una significación en sí mismos, de tal manera que se conseguirá percibir el tiempo de forma cíclica y continúa valorando cada acto como único, no solamente por el fin al que acerca, sino por el mero hecho de hacerlo, e incluso de no hacerlo (Figura 9).

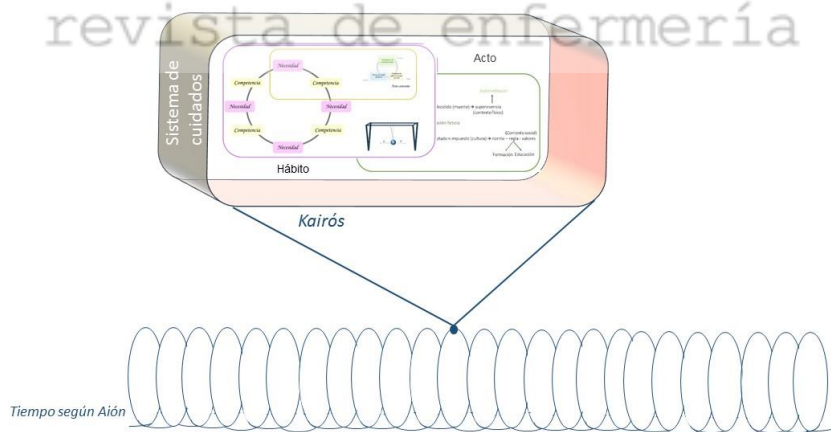


Figura 9 -Representación del hábito a través de Aión. Elaboración propia.

Dicho hábito supone la significación y esta solo se puede producir en la persona por ello se ha creído relevante añadir a la misma (Figura 10).

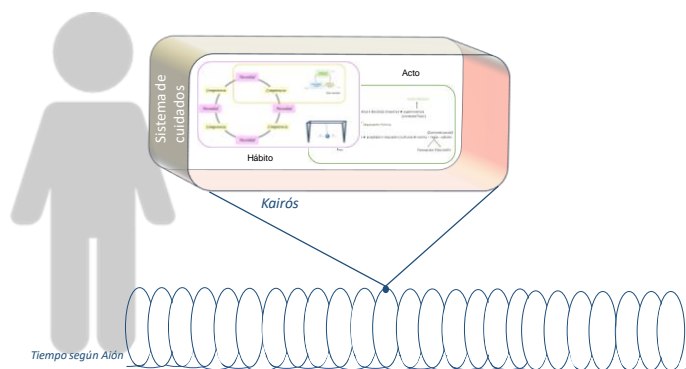


Figura 10- Interpretación del hábito añadiendo a una persona. Elaboración propia.

Discusión y conclusiones

La presente investigación está íntimamente ligada a la investigación de la máster Gonzalo de Diego, el cual busca introducir en un sistema robótico las fases del proceso de realización de un acto de cuidados, a través de las limitaciones de acción, de tal manera que establece los pasos que se han de realizar imprescindiblemente para la realización de este, que incluyen tanto las fases de preocupación como de ocupación. ⁽²²⁾

El campo de la robótica supone la creación de sistemas robóticos orientados hacia el automatismo, referente al ámbito procedimental este tipo de robots se pueden ver en distintas revistas de diferente impacto (*Nature, Science...*), al igual que en revistas de uso habitual por personas no investigadoras (*Muy Interesante, El País...*) de tal manera que el sistema robótico realiza las acciones que tiene programadas sin tener en cuenta el entorno. A partir de esto, el robot no será capaz de crear hábitos, ello implicará un automatismo, pero no un hábito (entendiendo dicho término como se muestra en la presente investigación), y, por ende, abordará la programación procedimental, dejando de lado el mundo de las significaciones.

En cuanto a los resultados planteados es posible establecer la existencia de una relación entre el acto y el hábito en el campo del cuidado.

A raíz de lo anteriormente expuesto y aunándolo con las limitaciones de acción propuestas en la teoría de la maestra Dorothea Orem y posteriormente abordado por el doctor Santamaría García ⁽¹³⁾ ⁽¹⁴⁾, se podría decir que si se estudia el hábito como repetición de actos se abordará solamente la limitación de acción del querer, pero los actos no se hacen solo por motivación para la acción, sino que también requieren de conocimiento y habilidades para que un acto se lleve a cabo. De tal manera, que al estudiar el hábito como repetición de actos solo estamos viendo el plano del querer, siendo una visión parcial de la realidad, por ello se han de abordar cada una de las limitaciones de acción, para poder entender que el hábito no es la mera repetición de actos, si no que va más allá.

Algo que ya se contempla en la religión cristiana, tratándose en las misas que se realizan diariamente, parafraseando la Biblia: “*Yo confieso ante Dios todopoderoso y ante vosotros, hermanos, que he pecado mucho de pensamiento, palabra, obra y omisión*” ⁽³¹⁾, es decir, en dicha afirmación se ve plasmado las distintas formas de pecado, que relacionándolas con las limitaciones de acción se podría contemplar que en el pensamiento encontramos la voluntad de querer hacer algo, en la palabra la posibilidad de poder llevar a cabo un acto, en el obrar la posibilidad de hacer y en omisión el no hacer, entendido como el dejar de hacer un acto.

Dicha investigación se enmarca en la visión del cuidado propuesta por el grupo MISKC, en concreto por la conceptualización de la trayectoria de la persona a través de las investigaciones de la especialista Fernández Batalla, aunándolo con el concepto de circunstancia propuesto por la máster Domínguez del Campo ⁽³²⁾.

Por ello, cambiar el paradigma en cuanto al entendimiento del hábito en el campo del cuidado posibilitará un alejamiento del paradigma sanitario el cual creado desde la perspectiva cartesiana entiende el hábito como repetición de acciones.

De esta manera se buscarán nuevas formas de aproximación a dicho término, permitiendo así la valoración de significaciones y con ello, el cambio en las mismas, y no meramente la repetición de actos.

Bibliografía

1. Raga Gil, J. T. (1976). La publicidad como instrumento económico. *Revista de economía política*, 139.
2. Boff, L. (2008). *Saber cuidar*. Trotta.
3. Fernandez Batalla, M. (1 de febrero de 2017). Cuento del Ciclo del Continuum del Cuidado: El fantasma del Pasado. Obtenido de El diagnóstico enfermero: www.eldiagnosticoenfermero.es/?m=1
4. Platón. (2008). *Alcibíades I. Diálogos VII*. Madrid: Biblioteca Clásica Gredos.
5. Kojewnicoff, A. (1982). *La dialéctica del amo y del esclavo en Hegel*. Buenos Aires : La Pléyade.
6. Marías, J. (1980). *Historia de la filosofía*. Madrid: Hunab Ku.
7. Domínguez del Campo, M., & Jiménez Rodríguez, M. (2017). FORMALIZACIÓN DEL BINOMIO PERSONA - ENTORNO: UNA APROXIMACIÓN ALGEBRÁICA EN CUIDADOLOGÍA. *ENE, Revista de Enfermería*, 11(3). Consultado de <http://www.ene-enfermeria.org>
8. Nieto Franco F, Santamaría García JM. El surge como propuesta de humanización en el cuidado. *ENE, Revista de Enfermería* 2016;10(3)
9. Heidegger, M. (1997). *Ser y Tiempo*. (Rivera J. E. Trad.). Santiago de Chile: Universitaria.
10. Collière, M. F. (2009). *Promover la vida*. México: McGrawHill.
11. Fernández Batalla, M., Rodríguez, L., Santamaría García, J., Gómez González, J., González Aguña, A., Monsalvo San Macario, E. Conceptualización de la toma de decisiones en el cuidado: acercamiento desde la vacunación. *ENE, Revista de Enfermería* 2015;9(3).

12. Raile Alligood, M. (2015). *Modelos y teoría en enfermería*. Barcelona: ElServier.
13. Orem, D. (1993). *Modelo de Orem: Conceptos de Enfermería en la práctica*. Barcelona: Masson-Salvat Enfermería.
14. Santamaría García, J. M. (2008). Investigación deductiva, representación lógica e implementación computacional sobre las limitaciones de acción del Autocuidado según el modelo de Dorothea Orem ;tesis;. Alcala de Henares, Madrid: Universidad de Alcalá
15. Monsalvo San Macario, E., & Fernández Batalla, M. (2017). FORMALIZACIÓN DEL EQUILIBRIO COMO MOTOR DEL CUIDADO. ENE, Revista de Enfermería, 11(3). Consultado de <http://www.ene-enfermeria.org>
16. Rogers, M. (1970). *An introduction to the theoretical basis of nursing*. Philadelphia: Davis Company.
17. Fernández Batalla M, Jiménez Rodríguez M. Documentación de casos clínicos a través de una herramienta computacional: un estudio de credibilidad y eficiencia. ENE, Revista de Enfermería 2015;9(1)
18. Real Academia Española. (30 de enero de 2018). Obtenido de <http://dle.rae.es/?id=DgIqVCc>
19. Fernández Batalla, M. (14 de Noviembre de 2018). El AC en Salud: implementación en servicios en el entorno familiar y comunitario. Alcalá de Henares., Madrid, España: Máster en Gestión y Aplicación del Conocimiento del Autocuidado en Enfermería.
20. Campillo, A. (1898). *Aión, chrónos y kairós. La concepción del tiempo en la Grecia Clásica*. Pamplona: UNED de Bergara.
21. Santamaría García, J. M., & Jiménez Rodríguez, M. L. (2016). Los axiomas del cuidado.
22. Gonzalo de Diego, B. (2017). FORMALIZACIÓN DEL CUIDADO PROPIO: IMPLEMENTACIÓN ROBÓTICA DE SISTEMA REGULADOR BASAL. ENE, Revista de Enfermería, 11(3). Consultado de <http://www.ene-enfermeria.org>

23. Santamaria Garcia, J. M., & Satamaría Pérez, A. (2015). Bases filosóficas para el estudio del cuidado. UAH: Grupo MISKC.
24. Navarro Guzmán, J. I. (1993). *A prendizaje y memoria humana: Aspectos básicos y evolutivos*. Madrid: McGraw- Hill.
25. Claxon, G. (2001). *Aprender el reto del aprendizaje continuo*. Barcelona: Paidós.
26. Baddeley, A. (1998). *Memoria humana teoría y práctica*. S.I.: McGraw- Hill.
27. Donabedian, A. (2001). Estructura, proceso y resultado de la atención sanitaria. *Revista de Calidad Asistencia*.
28. Donabedian, A. (1988). The quality of care. How can it be assessed? *JAMA*, 1743 - 1748.
29. Herrero Jaén, S. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: Impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. *Ene revista de enfermería*, 10(2). Obtenido de <http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/630>
30. Kant, E. (2003). *Crítica a la razón Pura*. Losada.
31. Biblia Católica . (2018). *Biblia Católica*. Obtenido de Biblia Católica: <https://www.bibliacatolica.com.br/es/>
32. Dominguez del Campo, M. (2016). El autogobierno: una aproximación conceptual a la toma de decisiones y a la voluntad en el camino del cuidado. *Ene revista de enfermería*.