

Cultura y envejecimiento desde la perspectiva de género: mujeres mayores de edad

Victoria Sau

Dra. Psicología
Profesora Jubilada
U.B.

La prolongación en años de la esperanza de vida en la sociedad occidental da lugar a cambios y transformaciones en el *proyecto* de dicha vida, así como en el *estilo* que del mismo se deriva. Estos cambios afectan de modo diferencial a hombres y mujeres en razón del factor género que a ambos les concierne, muy especialmente en esta etapa de la existencia humana que, dicho sea de paso, no se agota en conceptos tales como "vejez" o "tercera edad", a los que los nuevos conceptos de salud, de tecnología al alcance de todas las personas, y de capacidad de información dejan en gran parte obsoletos.

El concepto "mayoría de edad" que se les atribuye en el título se refiere a que en el presente, a pesar de los aspectos negativos de género que todavía quedan por extinguir, las mujeres han alcanzado por fin el status de ciudadanas de pleno derecho que les correspondía y que en un pasado no lejano se les había negado. La psicología en concreto no puede dejar de observar y tener en cuenta de qué manera, en lo colectivo y en lo particular, el pasado y el futuro se solapan en un presente complejo en el que hay que saber separar el grano de la paja y tener la visión y la flexibilidad suficientes para actuar en cada caso en consecuencia.

Las páginas que siguen son una reflexión sobre estos "factores de riesgo" que planean todavía sobre ambos sexos, en este caso dirigida específicamente al colectivo de las mujeres por el plus de dificultad que pesa todavía sobre el mismo.

Efectos de la división sexual-genérica del trabajo

Hombres

- Desempeñan un trabajo único: mecánico, bombero, minero, administrativo, cocinero, etc.

- Dicho trabajo goza de consideración social. De ella se derivan los restantes apartados.
- El trabajo es remunerado. Hay leyes y convenios al respecto.
- Se puede dejar o cambiar de trabajo si conviene: preferencia por otro diferente; por el mismo pero mejor remunerado; por enfermedad (invalidez parcial); por excedencia.
- Se puede reclamar ante la ley la pérdida del puesto de trabajo, la cual puede ser objeto de indemnización o de reinserción en el mismo u otro semejante. (Sindicatos).
- Goza de temporalidad. Tiene un horario, unos turnos, etc. Derecho a días festivos, vacaciones, permisos.
- No estereotipado. Se puede elegir: no es una condena. En la Baja Edad Media e incluso después el hijo "heredaba" el oficio del padre, incluso el de verdugo. Esto es impensable en una sociedad moderna y democrática.
- Tiene un final con su debida prestación económica: la jubilación.

Mujeres

- Trabajos múltiples y simultáneos: limpieza general, cocina, plancha, crianza física, socialización, economía doméstica, cuidados personales, gestiones varias.
- No tiene consideración de trabajo social en el sentido económico y político de la palabra. De lo cual se derivan los puntos siguientes.
- No se puede sustituir: es asignado.
- No es remunerado. El ama de casa cobra en especie pero no en dinero (alimentación, vestido, techo). Ello supone pobreza e imposibilidad de ser contribuyente.
- Se trabaja a tiempo completo para un pequeño grupo: la familia.

- No es posible dejarlo o sustituirlo porque se paraliza la vida del grupo. Responsabilidad extrema que crea ansiedad e impotencia. De ahí los casos de fuga del hogar de aquellas mujeres que rechazaban esta situación pero no disponían de alternativas a la misma.
- Estereotipado. Aunque no tiene rango social la sociedad *espera* que cada mujer lo cumpla, y lo cumpla bien. Hay una vigilancia informal al respecto. Genera sentimientos de inadecuación y de culpa.
- Atemporal. No tiene horarios fijos, ni turnos. La disponibilidad es absoluta. No hay permisos, ni festivos ni vacaciones. Es más, las mujeres no tienen un tiempo *propia mente suyo*. El que a pesar de todo se dedican a si mismas lo viven con culpa y ansiedad, no como un derecho.
- No tiene un final: no existe la jubilación ni derecho a prestación económica alguna.

Efectos psicológicos del ejercicio del trabajo tal y como se presenta en el apartado I

Mujeres

- Roles de *interior*: radio de acción corto. Dificultades para trasladarse a puntos más alejados de lo habitual en la ciudad.
- Desempeño en el *ámbito privado*: la información circula entre pocas personas.
- Información social escasa y sesgada.
- Dependencia. Permisos para... (salidas con amigas, visitas a familiares no muy próximos, para compras de alguna relevancia, etc.)
- Dedicación personalizada, cara a cara, sin que medien elementos objetivables: un mostrador, una balanza, una camilla, un ordenador...
- Función forzosamente expresiva (Parsons): afectividad unidireccional hacia los demás. Unívoca: sin reembolso o reciprocidad. No son aceptados el enfado y menos todavía la ira.

Hombres

- Roles de exterior: radio de acción largo. Permite largos traslados, incluso fuera de la ciudad.
- Desempeño en el *ámbito público*: la información, sus fuentes, es amplia y diversificada. Es abundante y directa.

- Independencia. Autonomía para la acción.
- Dedicación posicional: como padre, marido, empleado, obrero, profesional.
- Función instrumental (Parsons y Bales 1955). Recibe más afectividad de la que proporciona. Esto le permite expresar ira o enfado sin que experimente remordimientos y sentimientos de culpa.

Género y salud mental

Los estereotipos de género son perjudiciales para ambos sexos, pero los hombres los defienden con más rigidez debido a los beneficios y privilegios que les están asociados, especialmente en términos de *relaciones de poder*, que les sitúan en posiciones más ventajosas (Burin 1998).

Las psicoterapias de familia con orientación de género son de origen feminista. Es una aportación de la que conviene no prescindir. En ellas se tienen en cuenta:

- los roles de género.
- los estereotipos.
- las relaciones de poder.
- La violencia de género.

Las líneas generales que proponen estas terapias son:

- Reconocimiento subjetivo de que la supuesta *neutralidad* deseada en el/la terapeuta no es tal. Aquellos aspectos de la cultura que vamos dejando atrás por inadecuados u obsoletos han dejado improntas en nuestro estilo de pensamiento.
- Las mujeres, en especial las de mediana y mayor edad, tienen más dificultades para acceder a los recursos sociales y económicos (más analfabetas que analfabetos; menos acostumbradas a actuar en el "exterior"; menos conscientes de sus problemas porque a menudo los consideran inherentes a su condición femenina).
- Suprimir la parcialidad que permite "culpabilizar" de sus problemas a la propia víctima. La comprensión de los hechos ha de contemplar la perspectiva de género en cuanto a la subordinación, por ejemplo en los casos de violencia familiar o de estados depresivos de las mujeres. La psicoterapia no debe ser cómplice ni de aquélla ni de ésta.
- La *depresión* no es un rasgo típico de la personalidad femenina. Se sabe ya en psicología que

uno de los factores que la producen es el exceso de roles de interior unido a los pocos o ninguno que ejerce de exterior, que compensarían de los primeros (participación en la vida pública de su localidad o distrito, en asociaciones culturales, contacto con los servicios públicos, bien municipales u otros. Dedicación a una afición largo tiempo renunciada, etc.). A cierta edad, la acumulación de inconvenientes resultado de este "sistema de género" puede desembocar en estados depresivos que, para mayor agravante, no son tratados teniendo en cuenta lo dicho anteriormente ya que la situación de las mujeres es considerada por los/as profesionales de la salud sin experiencia en la psicología del género "natural" y no "cultural".

- La *indefensión aprendida* (Seligman 1975) es un psicodiagnóstico diferencial a tener en cuenta, Su sintomatología coincide casi punto por punto con la propia de la depresión sin serlo. Las personas (mujeres y hombres) han podido tener experiencias que les indican "que no vale la pena tomar iniciativas para un cambio porque dicho cambio es imposible: estaba escrito que no se produciría". Muchas mujeres, convencidas ellas mismas de que su situación es invariable, renuncian por anticipado a tener confianza en el futuro y realizar cualquier gestión al respecto. Es importante no confundir *indefensión aprendida con depresión*, y ayudar a la persona a des-aprender una resignación equivocada.
- Los estilos de pensamiento patriarcales refuerzan los argumentos masculinos basados en la lógica y la razón en contra de la experiencia femenina. Desvalorización de las opiniones de las mujeres ("eres tonta", "no sabes lo que dices") o prohibición de manifestarlas ("tú calla", "de eso no entiendes").

Salud psicofísica y belleza

La salud física y psíquica son fuentes de belleza a cualquier edad.

Cada edad tiene su estilo de belleza. Además, el concepto ha variado también al mismo tiempo que lo hacia la sociedad en su conjunto. Han aumentado los cuidados de higiene y estética. Si la mujer se tiene a sí misma en buena-alta estima, se mirará con amor, cuidará su aspecto, y vivirá su edad con arreglo al "estilo" que ella le vaya imprimiendo. Hay mujeres que han tenido -y tienen- que pedir permiso a la familia para cortarse o teñirse el pelo... y bien no se lo han dado o no se han atrevido ellas a tomar la decisión.

Sin *amor propio* no puede haber buena salud. De ahí la importancia de erradicar ciertos mitos negativos para una buena autoestima de las mujeres. Véase la desmitificación de algunos de ellos:

La menopausia es un suceso "normal" en la vida de una mujer. Sencillamente, se ha agotado el "stock" de células sexuales con el que nace dotada cada niña. En la vida, también en la física, hay un tiempo para cada cosa, y es bueno y saludable saber reconocer esos tiempos para vivirlos lo mejor posible. En este punto, mucho cuidado con la medicalización "contra natura".

El que la mujer haya sido tradicionalmente vista en exclusiva como objeto sexual y como madre real y potencial, hace que se atribuya a la etapa de la menopausia la pérdida de aquellos valores por los que pudo sentirse "alguien": belleza y seducción, y fertilidad. En realidad, antes que perder la mujer ha entrado en otra etapa del proceso que es la vida para toda la humanidad. La fórmula es que lo que se "pierde" por un lado, se gana por otro: autonomía sobre el propio cuerpo, fin de las preocupaciones por embarazos no deseados, poder olvidarse del "día del mes" entre otras. ¿Qué hay que vigilar la osteoporosis? Por supuesto, aunque no todas las mujeres la sufren. Pero como se vigilan la dentadura, el colesterol y la tensión arterial. Los cuidados han de prodigarse a lo largo de toda la vida, aunque cada etapa tenga algunos que le son específicos.

Otro importante mito a despejar es el de el *síndrome del nido vacío*. La idea de que las mujeres se desestabilizan cuando los/as hijos/as abandonan el hogar porque han alcanzado la edad de emanciparse es mayoritariamente falsa. Cuando pueden hablar sinceramente, sin temor a ser censuradas, suelen confesar que estaban deseando tener la casa para ellas mismas (ropas, libretas, músicas, teléfono, invadiendo el entorno), que están agotadas de tanto hacer comidas al gusto y a la hora de cada cual, en una palabra, que ya iba siendo hora. En ocasiones, si la vida matrimonial no ha sido afortunada, el quedarse en casa cara a cara con un compañero con el que no hay comunicación o hacia el que se tiene resentimiento, puede empeorar las cosas. En este caso la prole hacía de mampara para ocultar un drama de otra índole. Pero incluso en muchos de esos casos las mujeres saben buscarse ocupaciones y distracciones fuera del hogar que las compensan de la frialdad de la pareja y les producen satisfacciones que estando toda la familia en casa no se podían permitir.

La sobre-maternidad obligatoria agobia a las mujeres e infantiliza a los hijos e hijas.

Tiempo libre. Descansar por fin de los roles asignados. Razones de salud aconsejan que las personas mayores, sin dejar de estar activas, no trabajen como antes. Las pesadas tareas del hogar —todas lo son— deben disminuir y las mujeres encontrarse con menor trabajo y más ayuda para hacerlo. Los accidentes del hogar son muy numerosos como demuestran las estadísticas al respecto. A ciertas edades, la probabilidad aumenta: quemarse con la plancha, salpicarse de aceite hirviendo, caer de la escalera limpiando los altos de un armario o colocando una cortina. La sensación de “tener tiempo” y decidir cómo usarlo, algo que siempre les faltó a las mujeres, no sólo no las preocupa sino que es fuente de salud.

Las mujeres mayores ¿una carga económica?

Desde una mirada exclusivamente economicista, todas las personas, hombres y mujeres, llegadas a la edad de la jubilación están de más, porque hay que pagarles una pensión (por la que han cotizado durante muchos años) y proporcionales atenciones médicas y sociales. Si el modelo de sociedad es unívoco en este sentido, toda la gente mayor es una carga y está de más.

Si imaginamos por un momento que de una sociedad desaparecen de pronto todas las personas mayores de sesenta o sesenta y cinco años, la sensación de vacío y el desequilibrio de fuerzas es tan grande como si de repente desaparecieran las criaturas.

Si consideramos en cambio a las personas depositarias de valores históricos, morales, afectivos, opinativos, decisorios; condensaciones de experiencias vitales que se expanden y dan sentido a la existencia colectiva en cada palabra, en cada gesto, en cada mirada, nos damos cuenta de que son un tesoro social.

En casi todas las sociedades la esperanza de vida es mayor para las mujeres. Pero tienen más dolencias y viven económicamente peor, se suele añadir. Por supuesto que si viven más tiempo llegan a su final más envejecidas, pero no parece que esto haya que echárselo en cara como si fuera culpa suya y no del propio proceso de la vida. Tampoco lo económico es culpa suya. Las mismas reglas del juego que le asignaron las tareas del hogar sin retribución, y que le pagaron salarios más bajos por ser mujer, o que para hacer compatibles las “obligaciones” de esposa y

madre con las laborales la abocaron a oficios peor pagados, o a renunciadas a puestos de mayor responsabilidad, no tienen derecho más tarde a reprocharle que vive demasiado o que su vida resulta onerosa a las arcas del Estado.

Medir a las personas sólo en clave de dinero es ponerles un precio, como a una mercancía. Y a esto una sociedad desarrollada y civilizada debe decir sencillamente NO.

Recurrir al voluntarismo humanitarista, tampoco, salvo si se da por añadidura. No se trata de hacer caridad sino de reconocer derechos y practicar la justicia.

Superar la contradicción entre desear “larga vida” como prueba de bienestar social y lamentarse de que “se vive demasiado” porque no se contaba con ese gasto. Si hay dinero para el mantenimiento de museos y pinacotecas, para la restauración de palacios y catedrales, ¿cómo no va a haberlo para las personas? “No se hizo el hombre para el sábado sino el sábado para el hombre” dijo hace de esto ya dos mil años un pensador nacido en Nazareth.

Se suele omitir en los comentarios políticos y sociales acerca del gasto que genera el colectivo de gentes de mayor edad, que dichas personas disponen de un dinero propio que, en más o en menos, es devuelto al torrente general de la economía del país y que impulsa la industria y el comercio y crea puestos de trabajo en la sanidad, en servicios sociales, en turismo, y en la producción, transporte y distribución de todos aquellos bienes necesarios para la vida, tales como alimentación, vestido y útiles del hogar. En una palabra, es un grupo consumidor por excelencia, puesto que a mayor edad, en muchas ocasiones mayores necesidades, si bien de otra índole que en la juventud. El problema en todo caso es no cobrar lo suficiente para conseguir lo necesario, como por ejemplo un ordenador. Las personas mayores, en este caso las mujeres, están capacitadas para este paso cultural. Quien ha hecho vainicas, ha escogido ingredientes para mejorar un plato de comida, ha bordado a máquina, ha tejido a mano, ha distribuido con eficacia un presupuesto modesto para que llegara a todo, ha mantenido la red relacional de todos los miembros de dos familias más las amistades, ¿se va a amedrantar ante las nuevas tecnologías? Lo que importa es que puedan adquirirlo.

Este es el reto para el futuro: vivir más, vivir en buenas condiciones, saber estar en cada etapa de la vida, hacer valer el valor de la memoria y la experiencia y seguir proyectándose hacia delante.

Bibliografía recomendada

- Alberdi I. *La nueva familia española*. Madrid: Taurus, 1999.
- Burin M. *Las terapias familiares con orientación de género. Género y familia*. Barcelona: Paidós 1998;331-46.
- Camps V. *El siglo de las mujeres*. Col. Feminismos. Madrid: Cátedra, 1998;45.
- Colom J. *La adultez: cambios y contextos de desarrollo*. Palma: Universitat Illes Balears, 2000.
- Hyde Janet Sh. (1991). *Psicología de la mujer: la otra mitad de la experiencia humana*. Madrid: Morata, 1995.
- Jayme María, Sau V. *Psicología diferencial del sexo y el género*. Barcelona: Icaria, 1996
- Katz D (1960). *Psicología de la vejez*. Katz, et al. *Psicología de las edades*. Madrid: Morata, 1977; 123-130.
- Parsons Talcott (s/a). La estructura social de la familia. E, Fromni, et al. *La familia*. Barcelona: Península. 4ª ed. 1977;31-66.
- Sau V.(1986) *Ser mujer: fin de una imagen tradicional*. Barcelona: Icaria. 2ª ed. 1993.