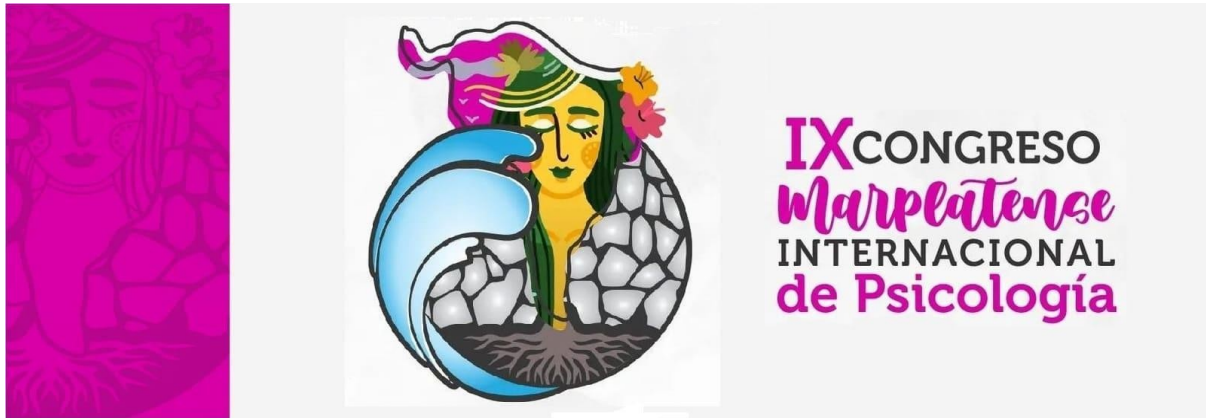




Titulo

El impacto de la pandemia en la vida de las mujeres mayores

Autorxs:

Urquijo, María Agustina

Soliverez, Verónica Corina

Giuliani, María Florencia

Mails de contacto

agusurquijo@hotmail.com

Institución y/o lugar de referencia:

Facultad de Psicología

Resumen:

En los últimos años se ha comenzado a pensar la vejez como un momento de desarrollo, en el cual no solo hay pérdidas sino también ganancias. Cada envejecer transcurrirá de acuerdo a la historia de vida de cada persona y cómo se fueron desarrollando las áreas biológica, psicológica y social. Es el interjuego entre estas tres dimensiones el que permite comprender de manera dinámica e integral a las personas mayores en su continuidad. Por ser seres del lenguaje la cultura determina, desde momentos muy tempranos de la vida, roles específicos para varones y mujeres. A lo largo del curso vital las mujeres desarrollan mayor flexibilidad ante estos roles debido

a que suelen habitar más cantidad de espacios al jugar un papel primordial en el ámbito doméstico a la vez que se insertan laboralmente y participan activamente en lo social.

La pandemia por Covid-19, y el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio (ASPO) tuvo un fuerte impacto socioemocional en toda la población y en las personas mayores en particular. Las emociones son una parte fundamental de la vida social, constituyen una fuente de información sobre uno mismo, los otros y el medio ambiente. Las experiencias emocionales son consideradas como un aspecto fundamental del funcionamiento humano cuyo análisis resulta necesario para comprender la conducta humana a lo largo del curso vital. Las emociones están estrechamente relacionadas con la salud física y mental de las personas mayores, pero además se encuentran en constante interacción con los procesos cognitivos, influyendo en gran medida sobre la toma de decisiones. Una adecuada regulación emocional permite que las personas puedan sostener su identidad. Durante la pandemia se generaron restricciones específicas para las personas mayores por ser considerados un grupo de riesgo. Esta relación entre edad y riesgo refuerza un estigma en relación a las personas mayores que afecta la construcción de su identidad en torno a ideas de fragilidad, dependencia, deterioro e inactividad, así como también a la representación social de la vejez.

El presente trabajo, en el marco de una investigación en curso, tiene como finalidad exponer los resultados preliminares acerca del impacto emocional que la pandemia ha tenido en la vida de las mujeres mayores. El estudio realizado es de tipo descriptivo con metodología cualitativa. La población en estudio son mujeres que poseen 65 años o más, que no presentan deterioro cognitivo significativo y que viven en sus hogares particulares. De una muestra total de 20 mujeres, se les administró de manera presencial una entrevista semiestructurada a 10 de ellas. El eje de indagación fue la experiencia emocional vivenciada durante la pandemia. Los resultados evidencian diferentes grados de impacto y/o relevancia de la pandemia en las trayectorias vitales. Por un lado, se destaca que las mujeres mayores atravesaron, en algunos casos, eventos que sucedieron de manera sincrónica a la pandemia pero que fueron tan o más relevantes que la pandemia en sí, dejando a este suceso global en segundo plano. Mientras que, en otros casos, la pandemia afectó negativa e intensamente su experiencia emocional. En varios casos se destaca cómo recurrir a

experiencias y recursos previos fueron de utilidad para sobrellevar el aislamiento. En síntesis, se observa una amplia variabilidad de la calidad e intensidad de la experiencia emocional de las mujeres mayores durante la pandemia, ya que se encuentran relatos que la califican como un periodo de grandes ganancias, otros que mantienen cierta neutralidad y por último aquellos que describen grandes pérdidas.

Eje Temático:

Gerontología: psicogerontología; programas socio preventivos para adultos mayores, atención psicológica directa e indirecta a la dependencia en la vejez

Subtema:

Palabras claves:

Palabras clave: envejecimiento – emociones – pandemia – genero – roles.

Trabajo (máximo 8 paginas- incluida bibliografía y gráficos)

Desarrollo

Cada sociedad y cada cultura presenta un significado particular acerca de lo que considera es la vejez (Iacub, 2015) es por ello que la vejez es una construcción social que asumirá determinadas características de acuerdo al imaginario social de cada cultura. En este proceso el sujeto tiene una posición activa en su desarrollo ya que debe responder a una serie de cambios que se van sucediendo con el paso del tiempo. Estos procesos de continuidad y cambio no afectan de la misma manera a todas las personas. Por ello el envejecimiento es diferencial y si bien cada persona posee plasticidad, su trayectoria evolutiva estará signada por la manera en que puedan aceptar estos cambios y adecuarse a ellos sin renunciar a sus deseos. En este proceso adaptativo, las personas implementan estrategias de selección, optimización y compensación (Villar, 2005). Las mismas pueden desplegarse de manera consciente o no como de forma pasiva o activa. La forma en que este proceso se pone en marcha va a depender de los recursos y la historia de cada persona como de las

oportunidades del contexto y va a influir de manera directa en la calidad e intensidad de las emociones con las que se vivencie el envejecimiento.

El envejecimiento está marcado por el género y, además, está estructurado socialmente. El género es una estructura social que ordena la cultura (Aguirre & Scavino, 2018), como los lugares y roles que asumen varones y mujeres. Mientras que los varones tradicionalmente han ocupado espacios sociales, públicos, las mujeres deben luchar por obtenerlo, a la vez que son responsables del ámbito privado (Yuni, 2008). La feminización de la vejez a causa de una mayor expectativa de vida en comparación a los varones, genera que muchas de ellas queden ubicadas como responsables de las tareas de cuidado, aun en edades avanzadas, tanto de la generación anterior como de la posterior a ellas. Al mismo tiempo, el imaginario social identifica a los varones como evitadores o supresores de sus emociones (Giuliani, 2021) al vincular la masculinidad con la potencia y el desapego emocional (Iacub, 2014). Por otro lado, la cultura favorece a que las mujeres se posicionen de manera más abierta a las experiencias de tipo emocional y generen respuestas que impliquen expresar y reflexionar acerca de las emociones vivenciadas con el fin de regularlas (Hoeksema, 2012).

Así como la cultura establece diferentes roles de género, también proporciona una serie de ritos y costumbres para tramitar una pérdida. Si bien muchas pérdidas son claras y visibles, otras pérdidas pueden considerarse ambiguas. Pauline Boss (2001) desarrolla el concepto de pérdida ambigua para dar cuenta de aquellas pérdidas que son vividas como indeterminadas. Estos vínculos pueden aparecer ausentes físicamente y presentes psicológicamente, o ausentes psicológicamente y presentes físicamente. Esta paradoja deja al sujeto en una posición de espera y de un duelo que no puede ser elaborado al no concretarse la pérdida. Estas personas por diferentes motivos suelen ser privadas de dichas tradiciones sociales y personales que posibilita que se inicie un trabajo de duelo.

La pandemia de Covid-19 se puede interpretar como una situación que puso a prueba los recursos adaptativos de la población. Las personas de todas las edades pusieron en marcha diversas estrategias de afrontamiento, algunas más adaptativas que otras, lo que da como resultado múltiples y singulares vivencias durante este periodo.

Metodología

Se realizó un estudio descriptivo de tipo transversal. La muestra total es de 20 mujeres mayores de 65 años que no presentan deterioro cognitivo evaluado mediante la escala Pfeiffer (SPMSQ) (Martínez de la Iglesia et al., 2001) y que vivan en sus hogares particulares. Hasta el momento se seleccionaron 10 de ellas, de las cuales 5 residen en la ciudad de Mar del Plata y 5 en la ciudad de Dolores. Posterior a la firma de un consentimiento informado, se les administró una entrevista semi dirigida de manera presencial que indagó la experiencia emocional vivenciada durante la pandemia. La información recabada fue abordada mediante análisis de contenido, por comparación constante y se elaboraron categorías analíticas ilustrarlas con viñetas seleccionadas para tal fin.

Análisis de los resultados

La pandemia fue un fenómeno a nivel mundial que impactó en la vida cotidiana de la población al interrumpir sus actividades diarias. El aislamiento preventivo y obligatorio decretado por el gobierno nacional fue un cambio muy abrupto e intenso para la mayor parte de las mujeres entrevistadas. La vida diaria y las rutinas habituales se modificaron notablemente y la pérdida de contacto físico con sus familias y amigos o amigas tuvo un fuerte impacto emocional.

Las narrativas de las distintas entrevistas permitió diferenciar dos categorías analíticas. La primera alberga a las mujeres que vivieron la pandemia como un fenómeno disruptivo en sus vidas. Dentro de este grupo hay mujeres que, si bien han sentido el impacto de la pandemia, pudieron encontrar diferentes maneras de afrontarla y adaptarse, así como descubrir y/o potenciar recursos y habilidades. De esta manera la primer subcategoría incluye a las:

1.1. Mujeres que lograron una adaptación satisfactoria frente a la irrupción de la pandemia lo que les permitió obtener experiencias emocionalmente positivas. En esta subcategoría se agrupan los relatos de las mujeres que comentan que durante el aislamiento recurrieron a sus fortalezas para hacer frente a los cambios que la pandemia impuso. Muchas de ellas lograron afianzar vínculos, encontraron mayor cantidad de tiempo para potenciar actividades que realizaban anteriormente y/o retomar aquellas que habían abandonado, así como también constituir su casa como

un espacio en el cual sentirse seguras y a gusto. Así lo ejemplifican las siguientes narrativas:

“Hemos pasado una etapa nueva... hemos hecho de todo en la casa (...) nos dedicamos a la quinta, a las flores nos hemos acompañado (...) yo contenta porque nos hemos conectado más con mi marido” (N. 77 años, Dolores).

“Me puse a grabar [arte plástica] muchísimo (...) hubo cualquier cantidad de torneos mundiales que se mandaban los trabajos online y estabas conectado con gente de otros países y parece que no pero es lindo (...) trabaje y mande cualquier cantidad y me saque premio y aparte contenta, premios en lugares donde nadie te conoce” (M. 79 años, Mar del Plata).

“Yo estando en mi casa estoy segura, ¿te das cuenta? (...) Me gusta el estar cómoda, no salir, te sentís protegido en tu casa” (T. 81 años Dolores).

1.2 La segunda subcategoría agrupa a las mujeres que encontraron dificultades para adaptarse a los cambios que generó la situación epidemiológica por lo que vivieron experiencias emocionalmente negativas. Son mujeres que se encontraron con dificultades para flexibilizar su estilo de vida una vez instalado el aislamiento, por lo que vieron obstaculizado el armado de una rutina nueva que les resultara satisfactoria. Esto las llevo a obtener experiencias emocionales más bien negativas debido a este desajuste entre lo que querían para sus vidas y las posibilidades del contexto. Los relatos ponen en evidencia diferentes factores asociados al malestar percibido. Entre ellos se encuentran la incertidumbre del momento, la interrupción de las actividades sociales, la soledad y la pérdida de vínculos.

En principio, la incertidumbre y el miedo ante lo desconocido tomaron diferentes formas de presentación tanto en las narrativas como en el desarrollo de síntomas somáticos.

“Nunca en mi vida había tenido presión alta y empecé con bruxismo (...) calculo que de estar aburrida acá adentro y ansiosa” (L. 81 años, Mar del Plata).

“Como no sabíamos que iba a pasar era como una angustia, un desazón, un miedo de no saber qué iba a pasar, que era lo que nos estaban diciendo, que era esa enfermedad... más que nada miedo” (M. 71 años, Dolores).

“De todo pensaba... ¿volveré a ver a mis hijos? ¿Volveré a ver a mis nietos?” (L. 81 años, Mar del Plata).

Por otro lado, la interrupción de las actividades sociales generó una desestabilización en muchas de las mujeres entrevistadas, ya que se perdían espacios de socialización que constituían una fuente importante de bienestar y

ocupaban un lugar privilegiado en su vida cotidiana, como también eventos sociales o familiares no podían compartirse y la vivencia era de no poder disfrutar de la vida como antes. Así lo reflejan estas narrativas:

"Nos extrañábamos mucho... pasaban cumpleaños, día de la madre y todos aislados... era triste" (N, 80 años, Dolores).

"Se extrañaba más la familia, los amigos, las reuniones a las que uno acostumbraba a ir.. los domingos a tomar un café, viajar a Buenos Aires o Mar del Plata a pasar unos días" (M, 69 años, Dolores).

"A mí la pandemia me afectó muchísimo, fue como si me quitaran dos años de mi vida (...) me quito el tiempo de poder seguir disfrutando la vida hermosa que tenía antes" (T, 81 años, Dolores).

El sentimiento de soledad también fue asociado al malestar vivenciado durante el aislamiento dado que no era posible el encuentro físico con sus seres queridos y la tecnología como medio de comunicación, en la mayoría de los casos, resultó un intento de solución que no terminaba de colmar la necesidad del contacto.

"Tengo amigas que están con sus maridos y se quejaban de que pasaban peleándose, pero tenían con quien pelear les decía yo, ¿yo con quien me peleo? Parece que no pero por lo menos estas con alguien (...) estar sola fue lo que más me afectó" (L. 81 años, Mar del Plata).

"Mi estado de ánimo no fue muy agradable, la comunicación era vía teléfono que no es lo mismo que el contacto directo con la familia" (M. 69 años, Dolores).

Por último, durante la pandemia muchas personas sufrieron pérdidas de vínculos, ya sea por fallecimiento o por pérdida de contacto.

"Perdí contacto, sobre todo con la nieta más chica (...) a ella le agarró justo en la época de 12, 13, 14 que empiezan a ser distintos y creó otra forma que ya no estoy tan metida, antes salíamos, hacíamos un montón de cosas y todo eso se cortó" (M. 79 años, Mar del Plata).

"A mí me afectó muy mal y te digo nosotras con mis amigas... hay amigas que no veo hace dos años! ¡No hemos ido a tomar un café nunca más!" (T. 81 años, Dolores).

En el caso de los fallecimientos la forma de afrontarlos fue muy particular propia del contexto epidemiológico que impedía los rituales sociales propios y necesarios

para poder significar lo sucedido, dejando a algunas personas ante una pérdida ambigua y un duelo detenido.

“En ese ínterin murió un hermano mío en San Clemente que no pude acompañar y murió el otro en Mar del Plata (...) A mí me gusta ver al muerto porque lo razonas y lo asumís porque lo estoy viendo, a mí me cuesta porque parece que un día va a aparecer y no” (N. 70 años, Dolores).

La segunda categoría agrupa a aquellas mujeres que no percibieron la pandemia como un fenómeno disruptivo. Por un lado, se observan mujeres que, a pesar de las restricciones y el contexto epidemiológico, continuaron con sus actividades diarias adaptándose a los respectivos protocolos y medidas sanitarias impuestas. Mientras que por otro lado, se encuentran mujeres que cuando comenzó la pandemia estaban viviendo otros hechos más relevantes y significativos para ellas, por lo que la pandemia no ocupó un lugar protagónico en sus vidas.

“A mí no me afectó el no salir porque estaba muy entretenida” (F. 83 años, Mar del Plata).

“Mi estado de ánimo era bueno porque seguía estando muy activa, seguía yendo a pami, siempre en auto, colectivo no..” (G. 77 años, Mar del Plata).

“A mí me afectó la pandemia como a todo el mundo, pero yo tenía la cabeza tan en otro lado, la cabeza y el corazón en otro lado que no la vi” (S. 78 años, Mar del Plata).

Comentarios finales

Las diferentes narrativas permiten visibilizar la heterogeneidad y singularidad de la experiencia emocional vivida durante la pandemia por COVID-19. Es posible pensar que el aislamiento generó o profundizó un desarrollo de la vida cotidiana dentro del ámbito doméstico. En este escenario las mujeres históricamente tuvieron un lugar protagónico, sus relatos lo describen como un área de desarrollo privilegiado y donde se han podido encontrar consigo mismas en un espacio conocido y donde se sienten con mayores fortalezas. El análisis de las entrevistas nos permite comprender que esta situación favoreció a muchas de las mujeres entrevistadas. Ellas pudieron aceptar las restricciones y adaptarse a las nuevas formas de vida que se imponían en ese momento. Es por esto que pudieron vivenciar experiencias emocionalmente positivas en sus propios hogares, descubriendo o potenciando recursos que poseían y de esta manera compensaron las actividades que ya no podían realizar. Sin embargo,

al ubicar lo doméstico y familiar como una esfera privilegiada, la privación del contacto con la familia fue una gran fuente de malestar.

En síntesis, se observa una amplia variabilidad de la calidad e intensidad de la experiencia emocional de las mujeres mayores durante la pandemia, ya que se encuentran relatos que la califican como un periodo de grandes ganancias, otros que mantienen cierta neutralidad y por último aquellos que describen grandes pérdidas. Esta diversidad da cuenta de la heterogeneidad del proceso de envejecer el cual se asocia con los recursos propios de cada persona para hacer frente a situaciones dilemáticas. A su vez, los roles de género que, en este caso, permitieron que las mujeres se desarrollen de manera autónoma influyó en la respuesta emocional ante la pandemia por COVID-19.

Bibliografía

- Aguirre Cuns, R. y Scavino Solari, S. (2018) Vejez de las mujeres. Desafíos para la igualdad de género y la justicia social en Uruguay. Uruguay: Doble clic. Editoras
- Boss, P. (2001). La Pérdida Ambigua: cómo aprender a vivir con un duelo no terminado. Editorial Gedisa.
- Giuliani, M. F. (2021). La regulación de la tristeza y el enojo en los vínculos cercanos en diferentes etapas de la adultez. [Tesis Doctoral, Facultad de Psicología UNMDP]
- Hoeksema, S. (2012). Emotion Regulation and Psychopathology: The Role of Gender. *Annu Rev Clin Psychol* 8, pp.161-87.
- Iacub, R. (2011). Identidad y Envejecimiento. Editorial Paidós.
- Iacub, R. (2014). Masculinidades en la vejez. En R. Iacub (Ed.), Seminario Diversidad cultural y envejecimiento: la familia y la comunidad (pp. 356 - 366). CABA, Argentina: Ebook.
- Iacub, R. (2015). La identidad social en el envejecimiento y vejez. En Iacub, R. y Sabatini, B. *Psicología de la Mediana Edad y Vejez*. Mar del Plata: Universidad Nacional de Mar del Plata.
- Villar, F. (2010). El enfoque del Ciclo Vital: hacia un abordaje evolutivo del envejecimiento. En S. Pinazo y M. Sánchez (Dir.), *Gerontología. Actualización, innovación y propuestas* (pp. 147-184). Madrid: Prentice-Hall. Pearson Educación.
- Yuni, J.A. y Urbano, C. A. (2008). Envejecimiento y género: perspectivas teóricas y aproximaciones al envejecimiento femenino. *Revista Argentina de Sociología*, 6(10), pp. 151-169.