

MIÉRCOLES 20 DE  
JUNIO DE 2018

JORNADA FORMATIVA  
MUJERES MAYORES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE  
GÉNERO

**LUGAR DE CELEBRACIÓN:** La Casa Encendida. Ronda de Valencia N° 2. 28012 Madrid.

**HORARIO:** 10.00 -14.30 Horas.

**ORGANIZA:** Dirección General de la Mujer

**COLABORA:** Fundación luz Casanova

**DIRIGIDO A:** Profesionales de la Red de Atención Integral para la Violencia de Género de la Comunidad de Madrid.

## **Ponencia: *Envejecer siendo mujer. Dificultades, oportunidades y retos***

**Mónica Ramos Toro.** Doctora en Antropóloga Social. Especialista en envejecimiento y género. Socia-Directora de INGESS - Instituto de formación en Gerontología y Servicios Sociales.

### ÍNDICE

1. ¿Por qué el título de esta ponencia?
2. Combinación de Edad y Género. EDADISMO Y ANDROCENTRISMO.
3. Hace más vulnerables a las mujeres mayores a sufrir malos tratos, pero también violencia de género.
4. Propuesta de intervención a través de un grupo de apoyo.

### ¿POR QUÉ EL TÍTULO DE ESTA PONENCIA?

Parte del contenido de esta conferencia forma parte de mi tesis doctoral «*Mujeres mayores: estudio sobre sus necesidades, contribuciones al desarrollo y participación social*», que defendí en el Departamento de Antropología Social de la Universidad Autónoma de Madrid en diciembre de 2015. Premiada en 2016 con el I Premio de Investigación en Estudios de Género del Grupo 9 de Universidades (G9) en la categoría de mejor tesis doctoral. Y publicada en 2017 por Edicions Bellaterra bajo el título *Envejecer siendo mujer. Dificultades, oportunidades y retos*.

Algunas de las razones que me llevaron a realizar esta investigación como mi tesis doctoral, fue la escasa bibliografía que existía y todavía existe sobre el envejecimiento y la vejez desde una perspectiva de género:

- Gracias al feminismo se habían visibilizado las desigualdades estructurales que el sistema patriarcal imponía en la vida de las mujeres, prácticamente no ha puesto su foco de atención en las mujeres mayores.
- Tampoco la gerontología se ha servido de las aportaciones del feminismo para estudiar las desigualdades de género en la vejez.

Por ello, es importante destacar lo reciente que es el estudio de las mujeres mayores como campo de interés científico.

### COMBINACIÓN DE EDAD Y GÉNERO. EDADISMO Y ANDROCENTRISMO

Todavía hoy existen estereotipos negativos sobre la vejez con representaciones sociales que la asocian a enfermedad, decadencia, deterioro, pasividad y falta de horizonte vital, con la consiguiente distorsión del modo en que percibimos a las personas mayores y de la forma en que se perciben a sí mismas, lo que puede conducir a su victimización social y a aumentar su vulnerabilidad frente a los malos tratos.

Históricamente el estudio del envejecimiento y la vejez se ha situado en el ámbito de la medicina y la salud, lo que ha ocasionado que sean los campos en los que abundan más investigaciones sobre estos fenómenos –mucho más que en las ciencias sociales- y que la propia disciplina de la gerontología, haya acusado una visión fuertemente medicalizada y reduccionista. Esto lleva a considerar el envejecimiento fundamentalmente como un proceso individual de naturaleza esencialmente biológica, muy pegado a la edad cronológica, lo que revela la homogeneidad que esconde esta interpretación reduccionista (todas las personas mayores son iguales).

Esta construcción social de la vejez genera además una representación edadista —a más edad más déficit— cargada de estereotipos negativos hacia las personas mayores. Una construcción social que se articula conjuntamente con un discurso biológico sobre las edades, según el cual cumplir años acaba por entenderse como sinónimo de patología, y tiene como consecuencia última la estigmatización y marginación de las personas mayores.

Pero además, no podemos olvidar que vivimos en sistemas sociales patriarcales en los que todavía existe un doble rasero para envejecer según el género. Así, al edadismo se suma al androcentrismo lo que evidencia que los patrones y roles de género que han desempeñado las mujeres a lo largo de sus vidas, condicionan la situación en la que se encuentran en la vejez y ponen de relieve que hacerse mayor no es lo mismo para hombres que para mujeres. Esto se observa desde múltiples aspectos en los que la construcción de la identidad de género es un factor relevante, es decir, los patrones de género y los roles socializados y desempeñados a lo largo de la vida explican gran parte de las carencias que muestran las mujeres en la vejez:

- sus condiciones materiales y económicas (la discriminación de género imposibilitó que muchas de ellas pudieran seguir trabajando después de casarse).

- su nivel de instrucción (la discriminación de género sufrida en la infancia emerge como uno de los motivos más poderosos que impidió su acceso a la educación).
- su nivel de salud y dependencia (la multiplicidad de roles y la construcción de su identidad femenina como «seres-para otros» ha incidido en su salud a lo largo de su vida, lo que ha tenido una repercusión negativa en su envejecer. También su mayor esperanza de vida, ocasiona que puedan padecer mayores niveles de morbilidad y dependencia).
- su acceso a los servicios sociales es deficiente (ya que al ser más autónomas en las tareas domésticas solicitan en menor medida servicios y prestaciones para su apoyo y cuidado).

Todas estas cuestiones ponen de relieve, por tanto, que la combinación de género y edad hace más vulnerables a las mujeres mayores para sufrir algún tipo de malos tratos:

- Ya que son más proclives a sufrirlos las personas más ancianas y con mayores grados de dependencia, por tanto, las mujeres mayores dada su mayor esperanza de vida y la probabilidad de padecer situaciones de dependencia en edades avanzadas-. Tanto en el entorno familiar como en el entorno institucional, puesto que más del 80% de las personas usuarias de estos servicios son mujeres.
- En el entorno familiar, los escasos estudios de los que disponemos evidencian que a menudo los malos tratos suelen estar asociados a la sobrecarga por el cuidado de la persona mayor dependiente. Esta sobrecarga en el cuidado pone de relieve la escasez de recursos profesionales y la falta de apoyos que tienen las personas cuidadoras, que en su mayoría son mujeres (84%) y que además tienen otras cargas familiares y que dedican una media de ocho a diez años al cuidado, en definitiva, personas sometidas a situaciones de estrés en las que pueden aparecer conductas no deseadas. El resultado, en muchos casos, se traduce en una sobrecarga de las cuidadoras/es que está reconocida como un importante factor de riesgo para la aparición de MTPM. Y evidencia lo complejo que resulta afrontar esta situación para la persona mayor y para la persona responsable de los malos tratos cuando es un familiar.
- Además, aunque los MTPM se acaban expresando en conductas muy concretas, no podemos olvidar que los malos tratos hunden sus raíces en variables estructurales. Se estima, por ejemplo, que en España el 33% de las personas mayores son pobres y un porcentaje parecido se encuentra en el umbral de la pobreza y es sabido, que son las mujeres, con frecuencia viudas las que mayoritariamente subsisten con pensiones de viudedad o asistenciales, en condiciones de precariedad. Esto debe hacernos reflexionar, ya que, aunque los MTPM se dan en todas las clases sociales, los escenarios de exclusión se convierten en un caldo de cultivo determinante.

Pero también sufren violencia de género o violencia machista, aunque está mucho más invisibilizada que en otras edades ya que son las mujeres que menos denuncian y las

que asumen mayores dosis de desigualdad y subordinación, lo que las predispone a una mayor tolerancia a situaciones de maltrato, al menos, de maltrato psicológico.

No podemos olvidar que han aprendido en su socialización que los hombres siempre han tenido el control, el poder y los privilegios que les concede el sistema patriarcal.

Se casaron bajo un Código Civil que decía que las mujeres tenían que obedecer a sus maridos.

Por eso a pesar de que sabemos que no existe un perfil de mujer maltratada, sí que existen factores de riesgo o variables que afectan a algunas mujeres y las hacen más vulnerables: por ejemplo, rurales, discapacitadas, adolescentes-jóvenes, mayores, sin empleo... Cuanto más vulnerable es una mujer -cuanto menos posibilidades tiene para reaccionar-, más posibilidades tiene de ser víctima de violencia de género.

Las mujeres mayores víctimas de violencia de género sufren importantes malestares físicos y psicológicos -cambios de ánimo, tristeza, ganas de llorar, dolor de espalda o articulaciones, dolores de cabeza, ansiedad o angustia, irritabilidad, insomnio, fatiga permanente, pérdida de apetito, falta de deseo sexual, problemas digestivos, sentimiento de soledad, baja autoestima- pero, a menudo, no suelen asociarlos con su situación de maltrato, ni ellas ni los/as profesionales que las atienden, sino al hecho de que "ya son mayores", así aparece el estigma que envuelve la vejez como algo patológico.

Por eso, hay que detectar si detrás de múltiples síntomas hay una mujer mayor víctima de maltrato. Y evitar caer en la trampa de aceptar y naturalizar esas condiciones vitales en las mujeres mayores y considerar que no tienen demasiadas posibilidades de cambio.

Un factor muy importante para conseguirlo es formarse adecuadamente para atender mejor a estas mujeres.

Y realizar más estudios que permitan conocer mejor sus realidades concretas, y una mayor coordinación institucional.

Para demostrarles a las mujeres mayores que lo que sufren no tienen por qué sufrirlo.

### ¿CÓMO INTERVENIR CON MUJERES MAYORES VÍCTIMAS DE VG?

Objetivos para intervenir:

- 1.-Primero, detectar la VG que sufren las mujeres mayores en sus relaciones de pareja. Si hablamos con ellas son mujeres que se sienten anuladas y que creen que no sirven para nada, puesto que no toman decisiones por sí mismas, se resignan ante todo y actúan en función de los deseos de su marido.

En el caso de que se trate de un maltrato físico, la detección resulta más fácil. Si aparecen lesiones, es recomendable contar con el apoyo de alguien de mucha confianza de la mujer, puesto que así, se atreverá a compartir su situación.

2.-Segundo, tenemos que conseguir que sean conscientes de que sufren violencia de género para poder mejorar su situación. Y para ello, es necesario trabajar su autoestima y su empoderamiento, ya que se sienten culpables de lo que les pasa.

3.-Tercero, esto lo podemos conseguir con charlas, terapia individualizada, grupos de apoyo, etc., es decir, espacios que les permitan reflexionar para mejorar las relaciones en sus ámbitos privados y desde los cuales se pueda favorecer su empoderamiento.

### PROPUESTA DE INTERVENCIÓN A TRAVÉS DE UN GRUPO DE APOYO

Objetivos:

- Concebir el envejecimiento como un proceso positivo y deseado.
- Tomar conciencia de la desigualdad entre mujeres y hombres en todas las edades.
- Generar un clima de confianza para que las mujeres participantes en el grupo tengan la oportunidad de hablar sobre situaciones personales vividas de malos tratos en sus relaciones.
- Para poder reconocer los daños que les han ocasionado y generar estrategias que les permitan mejorar su bienestar.
- Para fortalecer su autoestima y promover su autocuidado.
- Fomentar la conciencia de grupos de autoayuda y de redes de apoyo entre mujeres.

### Conclusiones expresadas por las propias mujeres mayores participantes en los grupos:

Una de las cuestiones más repetidas a lo largo del grupo fue la idea de que a partir de su participación se sintieron menos solas y más seguras.

El primer aprendizaje obtenido, está directamente vinculado a la autoestima y a la valoración de las capacidades personales.

En el grupo conseguimos centrar el interés en ellas mismas, a ponerse en el centro del mundo, a convertirse en elementos activos de su vida y, por lo tanto, a percatarse de que ellas tienen poder de actuación en la medida en que toman las riendas de su vida con las decisiones que van adoptando.

En este proceso de empoderamiento individual adquiere una relevancia significativa la comprensión de la situación que han atravesado o en la que se encuentran en estos momentos. Para este proceso, se vuelve clave la comprensión del ciclo de la violencia, en la medida en que resulta clarificador de las situaciones que, hasta el momento, eran incomprensibles para ellas y que se había convertido en el centro de sus vidas y era tratar de predecir cuál sería el comportamiento del agresor *“durante la relación de*

*maltrato te levantas todos los días pensando cómo será el día de hoy, pero en realidad estás pensando por él, cómo va a levantarse él, por dónde le dará hoy el aire, a ver qué día tiene hoy ¿por dónde saldrá el sol?"*

Este empoderamiento individual se refuerza con el reconocimiento de los propios derechos que tienen como mujeres, y como mujeres mayores.

Este proceso de reflexión promueve su desculpabilización, al descartar su responsabilidad individual en los actos concretos de control y sometimiento utilizados por sus maridos. Les ayuda a identificar el sistema de creencias que pueden estar sustentando estas relaciones desiguales que se convierten en el sustrato de la violencia que se ejerce contra ellas. Además, dejan de centrar su atención en sus maridos, para centrarse en ellas mismas y en su empoderamiento.

Quisiera para terminar que uno de los ejercicios que se plantearon en el grupo fue reflexionar sobre las metas y objetivos que cada una tenía ahora en su vida. Como ejemplo voy a leeros el proyecto de una de las participantes, en el que se puede valorar claramente cómo el grupo de apoyo le ha servido para generarle confianza en sí misma y desarrollar estrategias personales de cambio:

“Metas en mi vida:

- Creer en mí misma, no culparme por todo, no ser tan crítica conmigo misma.
- Tener motivación por aprender cosas nuevas.
- Sentirme capaz de conseguir los objetivos que me marco.
- Darme un capricho de vez en cuando.
- Expresar las emociones como reír, estar alegre, poder decir <<esto es lo que quiero y pienso>>.
- Cuidar mi cuerpo y mi mente. No dejar de hacer ejercicio físico.
- Conservar mis amistades, la comunicación es muy importante, no dejar de estar con mis amigas y compañeras.
- Poder viajar, conocer gentes.
- No dejar de leer un buen libro. Pensar por mí misma, aprender.
- Todas estas cosas me gustaría poder llevarlas a cabo en mi proyecto personal y poder decir: YO SOY YO.”

Madrid, 20 de junio de 2018