

¿CÓMO ME VEO?: MUJERES MAYORES HABLAN DE LOS CAMBIOS CORPORALES SUFRIDOS CON EL PASO DEL TIEMPO

"HOW DO I LOOK? ELDER WOMEN THAT TELLS US ABOUT THEIR CHANGES AS TIME GOES BY"

Licda. Ana González

Resumen

Este artículo presenta los resultados del trabajo final de graduación "Mi cuerpo habla... soy mujer: representaciones sociales de algunas adultas mayores de los clubes de AGEKO", realizado durante el año 2006 para optar por el grado de licenciatura en Trabajo Social de la Universidad de Costa Rica.

La investigación se propuso determinar las representaciones sociales de algunas adultas mayores, miembros de los clubes de AGEKO (Asociación Gerontológica Costarricense), acerca de su imagen corporal y de su identidad de género. El estudio se sustentó en la teoría de las representaciones sociales y utilizó el método cualitativo y las técnicas de la entrevista en profundidad y la observación participante.

Esta experiencia investigativa rescata las representaciones sociales referentes a la imagen corporal que provocan, en las mujeres adultas mayores, sentimientos diversos de satisfacción e insatisfacción.

El proceso de envejecimiento es percibido a partir de los cambios físicos que se experimentan y la mayor presencia de ellos aproxima, a estas mujeres, al modelo de fealdad. Consecuentemente, cuanto menos cambien sus cuerpos, más bellas se sentirán. Socialmente se privilegia un modelo de juventud que deprecia los cuerpos de las mujeres mayores, razón que las induce a ocultar sus cuerpos y a realizar cambios en ellos.

La aceptación de las mujeres mayores de participar en esta investigación permitió determinar sus percepciones, sentimientos, decisiones, temores, satisfacciones, experiencias en relación con el envejecimiento de sus cuerpos a la luz del sistema patriarcal imperante y del modelo de juventud que se impone en la sociedad.

Summary

The present article exposes the results of the final graduation work called: "Mi body talks... I'm a woman: social representations of some elder women from the AGEKO clubs", during the year 2006.

This investigation was focused on determining the social representations of some of the elder women from the AGEKO clubs, regarding their physical image and their gender identity. The investigation used the qualitative method, and the interview depth and participant observation techniques, and was based on the theory of social representations.

In this research experience, some social representations regarding the physical image provoke in some elder women diverse feelings of satisfaction and in-satisfaction.

The process of aging can be perceived by the physical changes experienced. In this way, the presence of more of these physical changes, can make the person perceive herself closer to the image of

“ugliness”, and on the other hand, the fewer these changes occur to their bodies, the more they will approach towards feelings of a “beautiful” elder women. These social representations happen because society privileges a model of youth, despise the bodies of the elder women, so elder women seek to hide their bodies and the changes that occur while they are aging.

This investigative experience and the acceptance of the elder women of AGECHO to participate in it, make them able to show themselves with their aged bodies, their perceptions, feeling, decisions, fears, satisfactions, experiences regarding their matures and feminine bodies, tinted by the prevailing patriarchal system and imposed youth model.

Conceptos claves: imagen del cuerpo, mujeres adultas mayores, identidad de género, representaciones sociales, vejez.

Key Words: Body Image, Elder Women, Gender Identity, Social Representations, Elderly.

1. Introducción

El cuerpo, a partir del entramado de los diversos tejidos, órganos y sistemas que lo conforman, es el signo de la vida humana y en él se desarrollan las funciones vitales. Además de su ser biológico el cuerpo presenta una dimensión socio-cultural.

Específicamente las mujeres consideran que se es mujer por medio del cuerpo pues este les confiere una identidad, una forma de ser, de sentir, de pensar. “La mujer vive el mundo desde su cuerpo... para la mujer la vida se despliega en torno a un ciclo de vida profundamente corporal” (Lagarde, 2005: 185). El cuerpo de las mujeres lo recorren las marcas que le recuerdan la consigna “ser de otros”.

El cuerpo también tiene su lenguaje, en la vejez expresa que los años penetraron la piel y fueron tomando su lugar. A lo anterior debe agregarse que socialmente los signos corporales propios del envejecimiento: las arrugas, las canas, la flacidez, se

desvalorizan frente a un modelo de juventud que se impone socialmente. Cuando el cuerpo de la mujer ha cambiado, ha envejecido, agrega una nueva dimensión a su identidad, la de ser persona mayor.

Como se explicó al inicio, este artículo analiza las representaciones sociales que elaboran las mujeres a partir de la autoimagen que se conforma en relación con el proceso de envejecimiento del cuerpo y de su relación con la identidad de género.

2. Referente teórico de la experiencia investigativa

Teóricamente esta investigación se fundamenta en los conceptos de identidad de género, vejez y envejecimiento, cuerpo y representaciones sociales. Estos temas y su respectiva teoría permitieron integrar los testimonios y realizar el análisis de las representaciones sociales de las mujeres adultas mayores en relación con su imagen corporal.

La identidad de género agrupa a las personas de acuerdo con características sociales y culturales asignadas de manera diferente a hombres y mujeres. La historia de la humanidad evidencia la dominación de lo masculino sobre lo femenino por medio del sistema patriarcal, sin distinción de edad o posición social.

Según Lagarde (1994) la identidad tiene como aspecto central el ser; y está conformada por características diferenciales como el género, la etnia, la religión, el color de pelo, una discapacidad, etc.

No solo las mujeres experimentan desvalorización por su pertenencia a un determinado grupo social, las personas mayores de edad también enfrentan constantemente la discriminación derivada de los mitos y estereotipos que se atribuyen a este grupo poblacional.

Las personas mayores sufren el envejecimiento, al igual que lo hace el resto de la población, ya que este es un proceso natural, continuo e irreversible que se inicia desde la concepción y concluye con

la muerte de cada persona. Es el proceso; “De vivir: nacer, estar vivo y morir” (Hidalgo, 2001: 32). Es “Una experiencia natural, dinámica y evolutiva” (Sánchez, 2000: 111).

El proceso de envejecimiento atraviesa todos los momentos de la vida, se palpa en los cambios que padecen las personas, principalmente los físicos, pues estos se evidencian con mayor fuerza en esta época de la vida.

Así, la vejez se define como: “La última etapa de la vida de un ser humano” (Hidalgo, 2001: 32) y está; “En función del tiempo que transcurre para un determinado organismo, medido según su edad” (Fernández, 2000: 32).

El factor tiempo es determinante en el proceso de envejecimiento, sin embargo, en cada persona se vive de forma diferente por causa de factores como el autocuidado, la salud, la actividad física y algunos otros que tiñen de características específicas los cambios que se presentan en este momento de la vida.

Es por eso que el envejecimiento y la vejez permiten comprender el significado que van construyendo las mujeres con respecto a los cambios físicos que se manifiestan en sus cuerpos.

En consecuencia, el cuerpo es uno de los principales escenarios donde acontece el drama de la vejez, entendido drama como; “ Suceso de la vida real, capaz de interesar y conmover vivamente” (Salvarezza, 1998).

El cuerpo integra información biológica, social y cultural, pero también se convierte en uno de los parámetros utilizados socialmente para rechazar o aprobar a una persona o grupo social. No es lo mismo el cuerpo de un joven que el de una persona adulta mayor, ambos tienen diferentes significaciones, pero en el momento de la vejez, según lo plantea Salvarezza, el cuerpo rompe la armonía de un ideal estético deseable y recibe el estigma de ser distinto, no deseado o rechazado.

Finalmente, las representaciones sociales como: “Sistemas cognitivos en los que es posible reconocer la presencia de estereotipos, opiniones, creencias, valores y normas que suelen tener una orientación actitudinal positiva o negativa” (Araya, 2002: 11), permiten conocer los significados, vivencias, opiniones y percepciones, marcadas por el género y la edad, acerca de la imagen corporal de las mujeres adultas mayores.

3. Comenzando en la cabeza y terminando en los pies

Esta investigación se propuso develar la construcción de la identidad a partir de la imagen corporal con base en el siguiente problema de investigación:

¿Cuáles son las representaciones sociales de las mujeres adultas mayores de los clubes de AGECO, acerca de su imagen corporal y de su identidad de género?

Para responder a esta interrogante y a la ausencia de investigaciones sociales realizadas con mujeres mayores sobre esta temática, se realizó una investigación con enfoque cualitativo, de tipo descriptiva y exploratoria, de las representaciones sociales de las mujeres mayores sobre su imagen corporal y su relación con la identidad de género.

Las sujetas de la investigación fueron cinco mujeres mayores participantes en la Asociación Gerontológica Costarricense (AGECO)¹ del Programa Red Nacional de Clubes de Personas Mayores, específicamente de la Red San José 2. Se eligieron los grupos que tenían más de un año de pertenecer al programa El Anciano Feliz (Paso Ancho),

¹ AGECO fue creada en 1980, es la institución pionera en el país en el campo de la gerontología. Desde su nacimiento ha generado espacios de participación para las personas adultas mayores por medio de programas, proyectos y servicios, AGECO ha logrado que este grupo poblacional se reconozca paulatinamente como una colectividad de personas sujetas de derechos que asumen la vejez como un momento más de la vida y; por ende, los cambios físicos, psicológicos y culturales que se presentan en ella.

Casita Azul (Río Azul), Viviendo los Años Dorados (Barrio Cuba) y Remanso de Amor (San Francisco de Dos Ríos).

Para recoger la información se utilizaron las siguientes técnicas: la entrevista a profundidad con las adultas mayores; y la observación participante con los grupos en los que participaban las mujeres y, de forma individual, en cada entrevista realizada a las sujetas de investigación.

El análisis de la información se realizó por etapas, en la primera se hizo un análisis descriptivo, posteriormente los datos obtenidos se codificaron por medio de subcategorías de análisis para proceder al análisis relacional que estableció las diferentes fusiones y relaciones. Finalmente se describieron y explicaron los diversos componentes que organizan el núcleo de las representaciones sociales de las adultas mayores con respecto a su imagen corporal y a su identidad de género.

4. Soltaron las palabras, dejaron ver sus cuerpos envejecidos

Las representaciones sociales que expresan la visión de mundo con respecto a la imagen del cuerpo y la identidad de género de las mujeres se construyen con base en la expresión de sus sentimientos, pensamientos, actitudes y opiniones.

4.1. Piel: recorriendo los cuerpos de mujeres adultas mayores.

Las mujeres viven el proceso gradual de envejecimiento como parte de su transitar por la vida. No obstante, este proceso se manifiesta en el cuerpo de cada persona de forma diferente, con diversos signos y cambios internos y externos. Como se afirmó anteriormente, la vejez es el momento de la vida en que esos cambios físicos, emocionales y sociales se hacen más evidentes.

Las mujeres mayores expresan cómo han vivido el proceso de transformación de sus cuerpos por causa del envejecimiento.

Carmen: “Al menos un día vino una cuñada mía y le vi yo como estos cachetitos así caídos y dije yo: ¡pobrecita! tan bonita que era y se le cayeron los cachetes y como al mes me veo en un espejo y me veo los cachetes (risa) ¡mirá! que esto me iba a pasar a mí también, verdad bueno, ya después las arrugas montones pero yo he llorado muchísimo en esta vida, entonces no es para menos, mucho, mucho y ya uno se siente que por más masajitos y cositas que se haga ya no, verdad (...)”.

Ellas relacionan el proceso de envejecimiento con los cambios externos propios de la vejez, pero también los vinculan con la fealdad y con la calificación que la sociedad hace de ellas, y que las hace sufrir situaciones de discriminación.

María: “Diay, pues uno cuando ya empieza a envejecer tiene muchos cambios, pongámosle ya empieza a salirse las canas, ya entonces ya uno ve ¡ay ya me estoy poniendo vieja! (.) ya yo me veo estos brazos caídos, yo me hago así en el espejo me veo, yo ya me veo así caído, me veo en el espejo y ya me veo el estómago flojo, caído, aquí todo esto arrugas, ya se ve uno como (.) las piernas, sí aquí todo eso, bueno lo que llaman el delantal, eso que se le cae a uno aquí”.

A lo largo de la vida las personas sufren cambios, no obstante estos se evidencian con mayor fuerza en la vejez, época en que se acentúan. Las adultas mayores consideran que el principal cambio se exterioriza en la piel reseca, arrugada, flácida y pigmentada. Sin embargo, el cuerpo también presenta indicios propios de esta etapa: canas, sequedad vaginal, várices y pérdida de masa muscular.

Carmen: “Y ya uno la piel, la piel, yo le veía a mamá esas manos tan manchaditas, decía yo, si mamá se hubiera puesto algo en las manitas, no se le hubieran manchado, yo me pasaba limón agrio, me dijeron yogurt con (...), eso era hace 20 años, ahora nada, pero nada me sirvió, siempre yo decía, ¡ay! mirá las manitas de mamá tan manchadas igual que yo, una noche me acosté y me vi así como esta piel, como atravesada las

arrugas, mirá esto yo no lo tenía yo tenía los bracitos lisitos y mirá como los tengo ahora, esto caído aquí porque un tiempo yo fui más gorda de como estoy ahora, y todas esas cosas así se las va viendo uno poco a poco”.

El proceso de cambios corporales se acompaña de modificaciones en el ámbito social donde, se promueve el culto al cuerpo joven.

Carmen: “Ya yo empecé un día, nunca me han gustado los espejos en el baño pero un día no sé quién metió un espejo para verse un vestido de baño y cuando yo me fui a bañar y me vi los senos tan caídos dije yo ¿pero qué fue esto? ¿A qué hora fue esto? verdad, pero ya yo vi que era parte de la vejez (...)”.

La valoración sociocultural de estos cambios afecta la imagen corporal pues la perciben opuesta a la belleza.

Carmen: “Me cuesta conseguir ropa, hecha a la medida mía y sí que estoy demasiado gorda, que no tengo el cuerpo bonito”.

María: “Ya pongamos cuando ya uno anda en sandalias, uno se vuelve a ver los dedos de los pies, y ya los tiene como muy feos, ya no es como una muchacha joven, diay ya esos son cambios (...)”.

Contrariamente Mercedes tiene una percepción satisfactoria de su imagen corporal pues no advierte cambios físicos que la sitúen en la vejez; ella ha asimilado el prejuicio y el culto a la juventud que privilegia el modelo de mujer joven, y confiere más valor al cuerpo.

Mercedes: “Yo no me lo describo tan mal, comenzando, yo soy una persona que creo que mi cuerpo no ha sufrido mucho cambio”.

La mujer es cuerpo y el cuerpo es mujer, esa es la materia principal de las relaciones sociales, por eso se desea que el cuerpo cumpla con el ideal de belleza construido social y culturalmente. Nin-

guna quiere ser rechazada, “Creemos que si tenemos un cuerpo perfecto, triunfaremos en la vida y estaremos protegidas de insultos y discriminación hacia nuestro ser” (Boston Womens Health Book Collective, 2000:96).

Al observar los cuerpos de mujeres adultas mayores y los cambios que muestran, se evidencia la presión social por mantener un cuerpo que cumpla con el patrón de belleza y juventud, de lo contrario se sufre discriminación y rechazo.

Las mujeres albergan muchos sentimientos armónicos y contradictorios al mismo tiempo. Algunas de ellas han aceptado el momento en el que se encuentran, pero perciben con resignación un cuerpo que inevitablemente llegó a la vejez. Sin embargo, otras mujeres expresan su deseo de tener un cuerpo diferente:

María: “Ya digamos ya el cuerpo, los pechos se le empiezan a bajar y bajar, ya por más que se los soque uno, ya no los levanta nunca, sí, todo eso son cambios que uno ve en uno, diay bueno, principalmente la cara y todo que se le arruga y todo eso (...) pues sí todo el cuerpo me gusta porque diay es mi cuerpo y tengo que aceptarme tal y como estoy, pero sí me gusta, yo a veces deseo como hacerme algo que me adelgace y me soque el cuerpo”.

Amalia: “Que le digo, “diay” es que uno digamos a estas horas, aunque uno no es gordo, gordo, porque yo no soy gorda, no está uno como satisfecho, verdad, yo desearía como tener, como el busto como firme, o no tener tanta panza, tanto estómago, o las piernas más apretadas verdad, sí, sí, no tan flojas, este, si todas esas llantitas (...) sí, sí, sí, como un “overholl” pequeñito (risa)”.

Estos sentimientos de aceptación, enojo, satisfacción, rechazo del propio cuerpo, se encuentran y separan constantemente y dejan sus huellas en las mujeres adultas mayores. Algunas van asimilando poco a poco sus cuerpos envejecidos; aunque las afecta, otras todavía tienen la esperanza de que

sus cuerpos puedan obviar el envejecimiento.

4.2. Ojos: lo que se viste y se deja ver

Las mujeres mantienen una relación consigo mismas, con otras personas y con el entorno por medio de su cuerpo de mujer y de su condición de adulta mayor. La aceptación propia y la de otros determina las múltiples miradas de encuentro o rechazo que se entretejen en la sociedad.

En muchas ocasiones para ser aceptadas deben validar una única belleza. Esta se valora en relación con un parámetro predominante en la sociedad occidental; ser bella es ser joven, delgada, blanca, rubia y de ojos claros.

Para que los cuerpos se puedan homologar y sean aceptados deben tener una determinada apariencia externa: vestir un cierto tipo de ropa, de accesorios, de maquillaje, de zapatos, y usar el cabello de acuerdo con los cánones de la moda.

Al hacer un repaso por la forma en que se visten las mujeres, se vislumbra un cambio en la decisión de “vestir para las otras personas” hacia “vestir ocultándose de las otras personas”.

El tipo de ropa que usan las mujeres durante la vejez se caracteriza por ocultar los cambios que se presentan en el cuerpo en esta etapa de la vida. La ropa que ellas eligen tiende a ser holgada, con mangas, con cuello para invisibilizar las arrugas, la flacidez y la obesidad.

Mercedes: “A mí no me gusta andar con mangas cortas porque mis brazos ya están bastante arrugaditos”.

María: “Me gusta andar con blusas así, yo antes andaba con blusas de tirantes, ah sí para que me tape, porque eso sí le gusta a uno tapar las arrugas”.

Muchas mujeres evitan las blusas de tirantes para esconder el cuerpo, sin embargo esto lo hacen para evitar el rechazo de las otras personas, y la incomo-

didad que demuestran frente a un cuerpo con arrugas, flácido, manchado y obeso. Este se considera un cuerpo “no agradable” y “no deseado”.

El maquillaje también trata de encubrir las características particulares de las mujeres y de homologarlas con una forma específica de ser mujer: la que no se pinta no es hermosa.

La industria de la cosmetología se ha beneficiado ya que: “Nunca antes ha habido tantos negocios que obtuviesen ganancias tan cuantiosas a base de convencernos de que no lucimos lo suficiente bien” (Boston Womens Health Book Collective, 2000: 97).

Ante el temor de envejecer y de no verse bien, las mujeres deben de buscar una solución y el maquillaje se convierte en la opción ideal; la publicidad que se le da a estos productos junto con el estereotipo imperante de la mujer hermosa influye en su utilización.

A partir de su experiencia las mujeres mayores indican que el maquillaje expresa los colores opuestos a los de un arco iris. Mercedes expresa que por medio del maquillaje esconde sus arrugas, marcas que estrechan su vínculo con la vejez.

Mercedes: “Yo me siento bien, hasta con mis arruguitas, me siento bien, lo que hago es que me pongo buen maquillaje”.

María y Carmen se maquillan parcialmente para lucir femeninas, sin embargo, esto no lo hacen constantemente como en su juventud.

María: “Ahora medio me pinto, pero ya, antes yo andaba lápiz y a cada rato yo andaba pintándome, pero ya ahora no, en la mañana sí me pinto, y salgo de la casa y ya si comí algo ya se me quitó, aquello ya a mi edad no me preocupa, si paso pintada o no, ya no”.

La mayoría de las mujeres se maquilla durante la vejez, no obstante, algunas de ellas lo hicieron

durante toda su vida y lo siguen haciendo. Otras, por el contrario, expresan que no invierten mucho tiempo en esta actividad, ni se preocupan por mantener el rostro maquillado durante todo el día

Con respecto al cabello todas las mujeres entrevistadas lo mantienen corto o semicorto por comodidad, para evitar la caída del cabello y ocultar la edad que se evidencia con la llegada de las canas.

El cabello corto según la opinión de las mujeres expresada en la aseveración de una mujer adulta mayor: “No se ve bien”, ya que no se debe exhibir un pelo largo y canoso, pues se disocia de un cuerpo deseado. Se constata en estas palabras el interés de ocultar un cabello que no cumpla con la uniformidad y que muestre la vejez y sus cambios.

María: “Sí, la verdad es que una señora muy mayor, no se ve bien con el pelo largo, entonces yo ahora trato de tenerlo solo así, diario me lo vivo cortando, y trato de que no lo tenga largo, ni canoso”.

El uso del cabello corto evita que las canas sean vistas, por eso en nuestro país se facilitan los medios para inducir cambios en el color del cabello, los cuales se relacionan con un estado de bienestar que aparenta características de juventud.

María: “Sí, yo a veces yo llego ahí y las oigo quejándose de una cosa y la otra, y les digo, vean esta es la edad más linda que está viviendo, la edad ya de la persona adulta mayor, aunque esté arrugado y lleno de canas, pero hay tintes”.

María expresa que ella ha perdido la vergüenza de que las otras personas se enteren de que se tiñe el cabello, ya que antes lo ocultaba. Lo anterior apunta a una aceptación de su condición de adulta mayor y de sus cambios corporales. La tendencia a ocultar las canas por medio del tinte refleja que el colectivo acepta y promueve un modelo de persona que no envejece, que no deja ver su cabello de forma natural y que induce al uso de artificios.

María: “Ah, sí, uno se lo hace, uno lo compra, ahí lo alista y lo hace y cuando antes yo me hacía el tinte y no me dejaba ver de nadie, eso es otra cosa (risa), eso es otra cosa, ahora no, viene el polaco y yo me tiro afuera, sí, viera que no”.

La prevalencia del modelo de juventud ha marcado a estas mujeres, ya que tres de ellas han inducido cambios por medio de los tintes de cabello para esconder las canas que les van saliendo, inclusive, Virginia, manifiesta que eso ya es algo natural y normal en las personas mayores pues cuando a ella le salieron las primeras canas muchas personas le sugerían que se las tiñera para que mantuviera una apariencia joven. Lo anterior pone de manifiesto la presión que se ejerce socialmente,

Virginia: “Ni nunca me he arreglado el pelo, así como para rizármelo, y mucha gente me decía tiñase el pelo, porque yo he tenido canas hace mucho tiempo, si estaba como de 30 años y ya tenía canas, y nunca, me dio miedo teñirme el pelo”.

Solamente Virginia y Carmen aseguran que el nacimiento de las canas no les ha generado disconformidad.

Carmen: “Después cuando yo me empecé a ver las canitas y aunque somos de una familia que no tenemos muchas canas pero si pues claro ya se empieza uno a ver las canas pero ni modo, nunca me las he pintado, nunca me las he pintado”.

Posiblemente la presión social ejerció menos influencia sobre ellas dos para aceptar los cambios que se presentan en sus cuerpos de forma natural.

Finalmente, ante una sociedad que desvaloriza un cuerpo envejecido, la forma de vestir, el maquillaje y las características del cabello, tratan de invisibilizar los cambios físicos, ya que el modelo de juventud imperante dicta que estos son indeseables, no se ven bien, ni se deben lucir.

Esta imagen corporal es realimentada no solo socialmente, sino por la autoimagen que posee cada

una de las mujeres de sí misma, en el sentido de que una persona mayor no luce bien si exhibe su cuerpo.

4.3. Boca: hablando de la edad y del género

Ser mujer en esta sociedad patriarcal es ser discriminada, ser adulta mayor en un lugar que sobrevalora el modelo de juventud es ser excluida, ser mujer y ser adulta mayor son condiciones que acrecientan la discriminación de género.

Los roles asignados a las mujeres en ese proceso de socialización tan imbuido de determinaciones, posibilidades y actividades estrictamente femeninas, se mantiene hasta el final del ciclo vital.

Las mujeres reproducen, confirman o rechazan ese caudal de asignaciones producto del género durante el proceso de envejecimiento y de reforzamiento de su “ser mujer”. Sucede lo mismo con la edad, ya que existe un patrón de persona mayor.

La sociedad le encomienda a la mujer la tarea de ser bella y de exhibir un cuerpo perfecto, pero, además, debe asumir el trabajo de su hogar, mantener el orden, la limpieza y la pulcritud.

Mercedes: “Yo creo que la mujer debe ser vanidosa, debe de procurar siempre andar bonita, bien vestida, limpia sobre todo, tener su casa limpia, todo el oficio bonito, que a cualquier hora del día que llegue alguien, porque uno está viejo, porque yo estoy vieja, yo voy a dejar que las cosas sucias, no eso es mentira, mientras uno pueda(...)”

En la mayoría de los casos las mujeres se encargan de realizar las tareas domésticas, que incluyen su propio cuidado. En ocasiones reciben el apoyo de sus familiares para realizar parte de esas labores pero ellas aprendieron a ocuparse de su familia y de su casa siendo niñas y lo siguen reproduciendo como adultas mayores.

Sin embargo, algunas mujeres han aprendido, junto a los roles femeninos tradicionales que desempeñan, a cumplir con roles asignados al hombre como los de mantenimiento de su casa, situación provocada, en la mayoría de los casos, por la ausencia del varón en el hogar.

Mercedes: “Sí, sí, yo he estado muy acostumbrada en mi vida de mujer sola, por decirlo así, a hacer todo en mi casa, desde poner un clavo, poner unos, cuando me he pasado de casa, poner los alambres de poner la ropa, que se fregó el enchufe de tal cosa, desarmarlo y volverlo a armar, que la plancha no funcionó, desarmarla y ver si le falta un alambre, y arreglarlo, en fin, uno tiene que hacer todas esas cosas cuando uno no tiene el hombre a la par”.

La casa, espacio físico en el que se desenvuelven, define la identidad de la mujer ya que “El espacio territorio de la mujer es la casa. En ella la mujer permanece encerrada por y en su trabajo, en su mundo, por las normas y el poder que le impiden salir. Casa y mujer conforman así la unidad indisoluble mujer-casa, en la cual no se sabe dónde comienza una y dónde termina la otra” (Lagarde, 2005: 335)

La casa es el espacio de permanencia de la mujer, de desarrollo de su feminidad. En ella desarrolla las rutinas cotidianas del servicio a sus hijos e hijas, nietos y nietas, su pareja, etc. Ahí su vida se despliega para otros y otras.

Específicamente para las mujeres adultas mayores, la vivienda debe ser un lugar cómodo, accesible y tranquilo para vivir; además, la posesión de una vivienda les confiere identidad y seguridad (Brown y Laskin: 1993).

Algunas de las mujeres entrevistadas compartieron su experiencia en relación con la vivienda. Esta tiene un significado particular cuando viven solas porque les provee privacidad y confianza para desenvolverse de acuerdo con sus características de personalidad y su condición de personas mayores.

Mercedes: “Yo creo, pienso, no creo estar equivocada, de que las personas mayores estorbamos, tal vez a uno no se lo dicen, pero uno lo percibe...”

Virginia: “Me valoran mucho y pues tengo una hermana que me quiere mucho a mí, es donde voy a almorzar, pero ellos quisieran que yo viva con ellos, pero a mí me gusta sola, la privacidad, estar aquí, mandar mi casa, si usted viene ahorita aquí yo le puedo decir, quiere fresco, quiere un cafecito y hacérselo y ya yo viviendo con mis hermanas pues ya yo no tengo autoridad ahí (...)”.

La delimitación del lugar donde se quiere estar constituye una búsqueda permanente pues satisface la necesidad de poseer un espacio equilibrado para el desarrollo personal y corporal acorde con su estado de mujeres adultas mayores.

El hogar se convierte en el espacio de permanencia por excelencia. Tradicionalmente las mujeres han justificado su ausencia de los espacios públicos por sus labores domésticas, el cuidado de la familia o la atención de la salud. Las opciones recreativas, artísticas, de actividad física o de socialización no son bien vistas socialmente porque propician que las mujeres estén fuera de su casa; sin embargo se acepta que salgan para ir de compras, dejar a los niños o niñas en la escuela, ir a la clínica

La posibilidad de salir sola se entiende como la oportunidad de decidir sobre el propio cuerpo: ¿adónde quieren estar?, ¿qué quieren hacer?, ¿hasta qué hora quieren estar?, en fin... sobre su vida.

Mercedes: “Yo soy una persona que yo voy a todas partes, por ejemplo ahorita yo estaba en Palmares, yo cojo aquí un taxi me voy a la parada de Palmares, llevo mi maletín, llevo mis cosas, cojo el bus de Palmares, me bajo allá, cruzo el parque, cojo otro taxi, me voy a la casa de una sobrina (...)”.

Para Mercedes, a sus casi 80 años, movilizar su cuerpo a cualquier lugar es uno de los indicadores

de que vive una vejez activa, independiente y grata, ella sabe que “Lo puede hacer”.

Esta independencia corporal y de seguridad personal se ven afectadas por ideas u opiniones de la pareja o de familiares e influyen en la toma de decisiones para movilizarse fuera de San José.

María: “En nada, no, al principio empezó como a querer disponerme que yo no saliera, entonces le digo yo, ¡ah no!, le digo yo, si usted no quiere ya salir, yo voy a seguir saliendo, porque no me voy a quedar metida en estas cuatro paredes (...)”.

Amalia comenta que la costumbre de no salir muchas horas de su casa ni desplazarse a lugares lejanos estuvo influenciada por su esposo.

Amalia: “Si es que él no iba por algo, porque bueno, diay chumeca, entonces yo andaba con aquello, voy rápido porque él está ahí, diay porque duró tanto, porque se quedó, esto y que el otro, entonces ya yo pasaba dando informes y esas cosas, mejor siempre andaba en carrerita, en carrerita”.

La experiencia de las mujeres mayores con respecto a su acceso a espacios públicos, a las salidas restringidas o al desplazamiento a diferentes lugares, está marcada por su historia personal, ya sea por su posibilidad de tomar sus propias decisiones en relación con el desplazamiento de su cuerpo o por la influencia de otras personas.

4.4. Nariz: olfateando la sexualidad presente.

La sexualidad aglutina las relaciones sociales que establece cada persona de acuerdo con el lugar que ocupa en la sociedad a la que pertenece, sin embargo, socialmente, esta se ha encasillado en las relaciones genitales.

Para Lagarde la sexualidad; “Rebasa al cuerpo y al individuo: es un complejo de fenómenos biosocio-culturales que incluye a los individuos, a los grupos

y a las relaciones sociales, a las instituciones y a las concepciones del mundo-sistemas de representaciones sociales, simbolismos, subjetividad, éticas diversas, lenguajes- y desde luego el poder” (2005:185).

La sexualidad incluye el tema del poder, pues del espacio que la persona ocupa en el mundo depende socialmente, tanto si es hombre como si es mujer, la capacidad de decidir sobre su propia vida o la imposibilidad de hacerlo.

Específicamente en las mujeres, la sexualidad; “Tiene dos espacios vitales, uno es el de la procreación y el otro es el erotismo” (Lagarde, 2005:202). Para las mujeres adultas mayores el primer espacio carece de importancia y el erotismo también, pues se considera que este se justifica por la presencia del primero.

En la vejez cobra mayor significado la relación existente entre la imagen del cuerpo y la sexualidad. Si una mujer no se siente bien con su cuerpo envejecido, la confianza para develarlo en una experiencia de pareja disminuye y, consecuentemente, las expresiones de su sexualidad también lo hacen.

La valoración del cuerpo influye sustantivamente en relación con el erotismo; “Si nos gusta la manera en que nos vemos, y nos sentimos bien con nuestros cuerpos, también nos sentiremos mejor y más confiadas con relación al sexo” (Boston Womens Health Book Collective, 2000:253).

En la vejez se presentan cambios biológicos relacionados con el climaterio que contribuyen a la disminución de la actividad sexual: “Adelgazamiento de las paredes de la vagina, la pérdida de la elasticidad, la disminución de la lubricación y la reducción de la acidez del ambiente vaginal” (Hidalgo; 2001:310). Sin embargo, el deseo sexual no desaparece, situación que es negada por las mujeres mayores, cuando manifiestan que su cuerpo no es deseado y que no desean sentir otro cuerpo cerca. Esta situación les impide cumplir con el modelo de mujer bella y joven que impera en nuestra sociedad.

María: “¡Ah sí!, diay porque, yo no sé, yo he visto en personas que son a los setenta y a los ochenta años y todavía tienen relación verdad, yo he hablado con más de una compañera, amiga, y entonces les digo, que raro yo nada, yo desde los cincuenta, cincuenta y cinco años(???), y ya no así una vez por noche, digamos todas las noches, no, era cada ocho días, era, y ya como que se le quita a uno las ganas, ya no tiene nada de ganas”.

Además de estos cambios naturales, las mujeres experimentan una disminución del deseo que afecta la frecuencia de las relaciones sexuales, situación que está vinculada con la concepción de sexualidad construida socioculturalmente, en torno a la cual gira el mito de la persona mayor asexual, ya que; “La sexualidad y las relaciones sexuales están reservadas para los jóvenes” (Sánchez, 2000: 73)

Amalia: “Comenzando porque estando todavía casada con mi esposo, él como padecía tanto de diabetes, esas cosas, y todo el día medicamentos, no funcionaba, entonces fui tranquila, tranquila, él a veces se ponía triste, que él no servía para nada y que esto y que el otro, yo decía, pero hay que tener paz y tranquilidad, porque ya eso lo vivimos jóvenes, ya tuvimos nuestros hijos que Dios no los mandó, gracias a Dios (...)”.

Las razones que presenta cada una de las mujeres como causantes del cese o reducción del deseo son variadas y se relacionan con ser mujer y adulta mayor. El deseo sexual de las mujeres es casi nulo, está dormido y silenciado, lo que provoca la ausencia de relaciones genitales. Esto se relaciona también con la edad, ya que siendo mayores no les dan cabida en virtud de que el fin de la procreación ya fue cumplido.

Algunas reflexiones en torno a las experiencias corporales de las mujeres adultas mayores...

La población adulta mayor en Costa Rica mantiene un ritmo de crecimiento constante; asimismo, las mujeres, un grupo significativo, tienen una mayor

esperanza de vida al nacer. En el 2002 el promedio de años de vida fue de 81.0 años para ellas, mayor que el de los hombres con 76.3 años (Estado de la Nación, citado por OPS, 2004).

El sistema patriarcal, aunado al modelo de juventud, ejerce una presión constante sobre las adultas mayores que se expresa en sus percepciones, decisiones, temores, satisfacciones y experiencias en relación con su cuerpo y su condición de mujer.

Ser mujer entraña una experiencia corporal. En las mujeres se acentúa la autodefinición de su ser a partir del cuerpo. Socialmente ellas están en condiciones de desventaja; si el género se estrecha en el momento de la vejez aumenta la vulnerabilidad.

El envejecimiento, como proceso gradual, determina que los cambios corporales se exterioricen poco a poco, pero es en la vejez cuando las mujeres adultas mayores los sienten y los viven con mayor fuerza y de forma permanente. De ahí que pasen por diferentes etapas: asombro, crisis, negación y, lamentablemente, solo algunas experimentan aceptación.

Las mujeres adultas mayores participantes en la investigación han construido su imagen corporal con base en un modelo de mujer ideal: ser joven, delgada y bella. Es por esto que para considerar que su cuerpo es agradable, tanto para sí mismas como para los demás, deben realizar un esfuerzo mayor para seguir el modelo de belleza existente.

Ellas reconocen las ventajas y privilegios de las personas jóvenes, por eso no les resulta fácil aceptar los cambios corporales que las colocan en una posición de desventaja social. Sin embargo, algunas no se ven tan “feas” o se perciben como más jóvenes por la poca presencia de cambios en sus cuerpos en comparación con otras mujeres.

Con canas, arrugas, manchas, flacidez, cambios en la textura de la piel y en otras partes de su cuerpo se sienten rechazadas, desvalorizadas; razones que explican la dificultad de valorar su cuerpo y

acrecienta su sensación de que no van a ser consideradas agradables ni hermosas si los exhiben.

Muestra de esto son los gustos y preferencias de las mujeres en relación con la forma de vestir. Algunas se apegan a lo tradicional con faldas, medias “panty” y tacones; otras siguen estilos más sobrios y cómodos o utilizan prendas más adecuadas para mujeres jóvenes. Sin embargo, todas ellas coincidieron en usar ropa que oculte los cambios del cuerpo.

En muchas ocasiones la sexualidad es un tema vacío de sentido para las mujeres adultas, principalmente porque sienten que la vejez no es una época adecuada para vivirla. La visión limitada que tienen de sus cuerpos en la vejez, está caracterizada por el pudor, la creencia de que un cuerpo adulto no es deseado, los cambios físicos y la educación sexual recibida que indican que el cuerpo está hecho para la procreación y no para el placer.

Existe una gran confusión de sentimientos con respecto al propio cuerpo, lo aceptan pero al mismo tiempo desean verse diferentes, quieren hacer algo para cambiarlo, lo ignoran o no le dan importancia.

Las representaciones sociales de las mujeres mayores con respecto a su imagen corporal se concentra en la experiencia de un cuerpo que ha envejecido, marcado por el paso del tiempo y por su condición de mujeres; es un cuerpo contrapuesto al modelo de belleza, por eso no se debe lucir, no es agradable a la vista y, más bien, deben esconderse los cambios físicos que se han ido expresando.

Como se explicó al inicio, este estudio se desarrolló desde un enfoque cualitativo, recurrió a las representaciones sociales que permitieron develar los sentimientos, estereotipos, normas, dogmas, temores y dudas que tienen las mujeres adultas mayores sobre sus cuerpos ya envejecidos.

Desde el ejercicio profesional en el área del Trabajo Social desarrollar esta investigación constituyó un reto y una gran experiencia de aprendizaje, pues tradicionalmente este tema ha sido investiga-

do por otras disciplinas de las Ciencias Sociales, y la cantidad de investigaciones que vinculan la vejez con el género en el país son insuficientes. No obstante, estos resultados pueden servir como insumos para trabajar en terapias familiares, en procesos educativos o en procesos de atención individualizada a las mujeres adultas mayores y a otras poblaciones.

Bibliografía

1. Araya, Sandra (2002). Las Representaciones Sociales: Ejes teóricos para su discusión. Cuaderno de Ciencias Sociales N° 127. San José, Costa Rica: FLACSO.
2. Boston Womens Health Book Collective (2000). Nuestros cuerpos, nuestras vidas. España: Plaza y Janés Editores.
3. Brown, Paula y Laskin, Diana (1993). Envejecer juntas. España: Editorial Paidós.
4. Fernández, Rocío (2000). Gerontología Social. España: Ediciones Pirámide.
5. González, Ana (2007). Mi cuerpo habla... soy mujer: representaciones sociales de mujeres adultas mayores de los clubes de AGECO. Tesis para optar por el grado de licenciatura en Trabajo Social. San José, Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
6. Hidalgo, Jorge (2001). El envejecimiento: aspectos sociales. San José, Costa Rica: Editorial de la Universidad de Costa Rica.
7. Lagarde, Marcela (1994). Género e Identidades. Ecuador: Fundación para el Desarrollo Educativo y Tecnológico Comunitario (FUNDETEC) y la UNICEF.
8. Lagarde, Marcela (2005). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. Universidad Nacional Autónoma de México. Distrito Federal, México.
9. Programa Estado de la Nación (2003). Noveno Informe Estado de la Nación en Desarrollo Humano Sostenible 2002. San José, Costa Rica. Programa Estado de la Nación.
10. Salvarezza, Leopoldo (1998). La vejez. Una mirada gerontológica actual. Argentina: Editorial Paidós.
11. Sánchez, Carmen Delia (2000). Gerontología Social. Argentina: Editorial Espacio.