

MÓNICA RAMOS TORO

**ENVEJECER SIENDO MUJER.
DIFICULTADES,
OPORTUNIDADES
Y RETOS**



UNIVERSIDAD DE MAYORES EXPERIENCIA RECÍPROCA

SEDE SOCIAL: C/ ABADA, 2 5º 4-A

28013 MADRID

www.umer.es

Envejecer siendo mujer.
Dificultades, oportunidades y retos

MÓNICA RAMOS TORO

Madrid, 2019

© Universidad de Mayores de Experiencia Recíproca
Sede Social: c/ Abada, 2 5º 4-A
28013 Madrid
Maquetación: CREIN S.L..Telf.: 91 758 83 23

ENVEJECER SIENDO MUJER. DIFICULTADES, OPORTUNIDADES Y RETOS

(CONFERENCIA PRONUNCIADA POR LA AUTORA EN LA UNIVERSIDAD DE
MAYORES EXPERIENCIA RECÍPROCA EL DÍA 14 DE FEBRERO DE 2019)

El texto que configura este libro *Envejecer siendo mujer. Dificultades, oportunidades y retos*, publicado en 2017 por Ediciones Bellaterra, 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 y aprobé con la calificación de Sobresaliente Cum Laude. Al año siguiente mi tesis fue premiada con el Primer Premio de Investigación en Estudios de Género del Grupo 9 de Universidades (G9) en la categoría de *Mejor Tesis Doctoral*.

Antecedentes

Los antecedentes que me motivaron a realizar esta investigación se sitúan en el año 2002 cuando tuve la oportunidad de asistir a la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento que Naciones Unidas celebró en España, debido a que en esa fecha éramos uno de los países más longevos del mundo, y en la que se presentó el documento *Envejecimiento activo: un marco político*, que ofrece un nuevo paradigma sobre el envejecimiento y me abrió un camino para reflexionar sobre el envejecer de las mujeres.

Además, otro aspecto clave, como antecedente de mi investigación, fue comprobar la escasa bibliografía que estudiaba el envejecimiento y la vejez desde una perspectiva de género. Esto ponía de relieve que, a pesar de la relevancia que había tenido el feminismo para visibilizar las desigualdades estructurales que el sistema patriarcal impone en la vida de las mujeres, prácticamente no había puesto su foco de atención en las mujeres mayores. Asimismo, que tampoco la gerontología se había servido de las aportaciones del feminismo para estudiar las desigualdades de género en la vejez. Por ello, aunque la situación en la actualidad ha mejorado, es importante destacar lo reciente que es el estudio de las mujeres mayores como campo de interés científico.

Otro dato destacable es, que los estudios sobre vejez que sí han aplicado un enfoque de género, se han inclinado por mostrar una imagen de la mujer mayor extremadamente vulnerable, resaltando sus necesidades y escasos recursos, pero invisibilizando a menudo sus capacidades y potencialidades individuales y colectivas.

Con estos antecedentes decido realizar un estudio etnográfico que me permita mejorar esta carencia, centrándome como objeto de estudio en el envejecer de las mujeres mayores. Más concretamente, me propongo abordar desde una perspectiva de género y de curso vital sus desventajas y dificultades, sus aportaciones y potencialidades, y cómo redefinen sus proyectos vitales en la vejez ofreciendo una imagen heterogénea y amplia de sus vidas, a través de once grupos de discusión en los que participaron 115 mujeres. Una extensa observación participante que realizo en diferentes contextos -formativos, de intervención con mujeres mayores y en la vida cotidiana-, así como entrevistas en profundidad a personas expertas y presidentas de asociaciones de mujeres.

Anclaje teórico

Mi investigación se sitúa en dos disciplinas científicas: la *gerontología* y la *antropología*.

1. En ellas investigo desde una posición crítica, para cuestionar el edadismo que existe hacia las personas mayores, la visión catastrofista que se ha elaborado del envejecimiento demográfico, y el modelo biomédico desde el que se analiza la vejez. (Amplíe el estudio de la edad a través de cuatro dimen-

siones –cronológica, fisiológica, psicológica y social- y cómo en todas ellas los patrones de género establecen un doble rasero para hombres y mujeres).

2. Además, adopto un enfoque de curso vital para abordar el fenómeno del envejecimiento como un proceso que se da a lo largo de la vida y la vejez como una etapa más del curso vital, un enfoque en el que la clave es la construcción sociocultural de ambos conceptos: envejecimiento y vejez.
3. También incorporo un análisis feminista con el que cuestiono, desde una perspectiva de género, el sesgo androcéntrico que ha caracterizado a la gerontología y a la antropología, para mostrar la influencia que tiene el sistema patriarcal en el envejecer de las mujeres y cómo las desigualdades que establecen los patrones de género atraviesan su curso vital y determinan las condiciones en que viven su vejez.

En definitiva, me posiciono teóricamente en el enfoque de la gerontología crítica feminista, y dentro de la antropología, en la subdisciplina de la *geroantropología*.

¿Qué muestra el libro?

En una primera parte, analizo los profundos cambios demográficos y socioantropológicos que se han venido gestando desde mediados del siglo XX como factores claves para comprender el envejecimiento en la actualidad. Me refiero a cambios como: la caída de la fecundidad, el aumento de la esperanza de vida, el envejecimiento demográfico y la feminización de la vejez. A continuación destaco cinco de las aportaciones más relevantes.

1. El aumento sostenido de la esperanza de vida en las regiones más ricas y en los países emergentes hay que considerarlo como uno de los mayores logros conseguidos por la humanidad y una democratización de la longevidad, ya que cada vez más población podrá aspirar a disfrutar de una vida más larga. Una de las consecuencias más interesantes de este aumento de la esperanza de vida es que no ha representado tanto una extensión de la vejez en sí misma, como la aparición de una nueva etapa de la adultez insertada antes de la vejez, que algunos autores y autoras denominan *segunda adultez*. Este fenómeno no solo ha influido sobre las vidas individuales, sino también en cómo interactúan las generaciones. Así, y vista en conjunto, la generación

que actualmente está en la *segunda adultez* es mucho más grande, dispone de mejor estado de salud y es mucho más activa que en el pasado.

2. El aumento de la esperanza de vida junto a la disminución de la fecundidad ha dado lugar a otro fenómeno clave en la actualidad: el envejecimiento demográfico, una cuestión sustantiva en todo el mundo en las últimas décadas, tanto en el ámbito científico como en el sociopolítico, aunque con una extendida tendencia a relacionar dicho envejecimiento con el declive económico de los Estados de Bienestar. Sin embargo, en este libro adopto una posición crítica sobre esta cuestión para evidenciar que los datos demográficos se someten a interpretaciones, que lejos de ser objetivas, se apoyan en una ideología económica y política que en ningún caso es neutra. Y no es casual que el fenómeno demográfico del envejecimiento de la población se haya producido al mismo tiempo que cogía impulso el proceso de globalización económica de corte neoliberal, lo que ha generado un discurso de alarma social ante la aparente imposibilidad de mantener los Estados de Bienestar, especialmente el Sistema público de Pensiones. En este sentido, se ha puesto el acento en identificar a las personas mayores como categoría socioeconómica costosa, lo que ha servido como excusa para plantear reformas de corte neoliberal y ofrecer soluciones de privatización de lo público, cuyo objetivo es en realidad el desmantelamiento de los Estados de Bienestar. En mi opinión, la interpretación política y económica hegemónica en torno al envejecimiento demográfico oculta un edadismo difícil de detectar porque se camufla tras la apariencia de datos demográficos objetivos.

En contra de esta forma de interpretar este fenómeno, defiendo que el envejecimiento demográfico es sinónimo de desarrollo humano y socioeconómico, y supone un rasgo más de la modernidad avanzada que debe ser analizado en profundidad para generar sociedades inclusivas, que alberguen cada vez más a una población longeva y en las que podamos visibilizar a las personas mayores como socialmente productivas por sus niveles de ahorro, de consumo y por su aportación en la *economía relacional*, tanto en la provisión de apoyos y cuidados en el ámbito familiar -especialmente por parte de las mujeres mayores-, como en la creación de capital social a través de su acción voluntaria y solidaria.

3. Otra cuestión crucial que pongo de relieve en esta primera parte del libro es cómo, a pesar del impresionante avance de la humanidad en cuanto al au-

mento de la esperanza de vida y a la creación de sociedades longevas a escala mundial, no ha sido hasta fechas muy recientes cuando las temáticas relacionadas con el envejecimiento se han incluido en la agenda científica y geopolítica internacional -sobre todo a partir de la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento de Naciones Unidas celebrada en 2002-. Entre otras causas, esta desatención se debe a la escasez de investigaciones sobre envejecimiento y sobre personas mayores, lo que impide un diagnóstico económico, demográfico y sociológico acertado sobre estas cuestiones y ocasiona una invisibilidad social y política al respecto.

4. Junto al envejecimiento demográfico, e igualmente importante, está el fenómeno de la feminización de la vejez, ya que la proporción mundial de hombres frente a mujeres crece significativamente a favor de estas últimas a medida que aumenta la edad. No obstante, tampoco la feminización de la vejez ha dado lugar, en general, a una formulación de políticas específicas sobre la situación de las mujeres mayores como una prioridad a atender en todas las regiones del mundo. Por ello, la dimensión femenina del envejecimiento y la situación de las mujeres de edad siguen siendo cuestiones pendientes en la agenda nacional e internacional.
5. Por último, otro aspecto fundamental del libro ha sido mostrar cómo el estudio del envejecimiento y la vejez se han situado históricamente en el ámbito de la medicina y la salud, campos en los que abundan más investigaciones sobre estas cuestiones, lo que ha tenido a su vez dos consecuencias: por un lado, ha repercutido en la escasez de investigaciones centradas en el estudio del envejecimiento y la vejez, tanto en las ciencias sociales en general, como en particular en la antropología; y, por otro lado, ha ocasionado que la propia disciplina de la gerontología, desde sus orígenes, aunque también en la actualidad, haya acusado una visión fuertemente medicalizada.

El dominio de la investigación médica sobre envejecimiento se apoya en las representaciones sociales que lo asocian con deterioro y enfermedad, que llevan a considerarlo como un proceso individual de naturaleza esencialmente biológica. Además, pone de relieve el reduccionismo biologicista desde el que se analiza la vejez casi de manera exclusiva a través de la dimensión de la edad cronológica. Así la persona queda reducida al cuerpo que envejece; su imagen física parece explicar su totalidad como persona. De hecho, uno de los aspectos claves en los que me he centrado ha sido, precisamente, cuestio-

nar estos enfoques heredados que siguen estando vigentes en la actualidad en múltiples análisis que ponen el acento en el modelo biomédico y biologicista del envejecimiento. Esta construcción social de la vejez ha generado en nuestra sociedad una representación *edadista* -solo en un sentido creciente: a más edad más déficit-, cargada de estereotipos negativos hacia las personas mayores, que ha llevado a concebir el envejecimiento como un proceso caracterizado por el progresivo deterioro físico, mental y social. 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. Sin embargo, reconocer que cumplir años es un hecho universal y, por ello, susceptible de jugar un papel a la hora de entender las acciones y órdenes sociales, no debería suponer una utilización limitante de la edad. En la actualidad, los amplios intereses, capacidades y recursos de muchas personas mayores ofrecen una nueva visión liberadora que obliga a repensar la vejez no como un tiempo de desconexión, sino como una etapa más del continuo de la vida, sujeta, como las restantes, a variabilidad.

Por tanto, esta representación social negativa de las personas mayores vistas como personas decrecientes y dependientes, unida a la imagen de las sociedades envejecidas como carga para el Estado, es lo que ha priorizado los estudios sobre todo en el ámbito de la salud, y posteriormente en el de la economía, el empleo o las pensiones, y escasamente en otras ciencias sociales, en particular en la antropología.

A pesar de ello, algunos análisis gerontológicos y geroantropológicos han marcado un cambio en esta tendencia, sobre todo los que han adoptado un enfoque de curso vital y los que tratan de promover un envejecimiento activo.

Especialmente significativas para mi estudio etnográfico han sido las investigaciones que estudian el envejecimiento y la vejez con un enfoque de curso vital. Estas investigaciones conciben el envejecimiento como un proceso dinámico que se desarrolla a lo largo de la vida, que depende tanto de variables individuales, como de los contextos socioculturales en los que se envejece. Una de las conclusiones más relevantes de estudios en clave de curso vital constatan una variabilidad intra e interindividual, ya que al influir

en el proceso de envejecimiento múltiples factores, los cambios asociados al mismo pueden afectar a cada persona de diferente manera.

Igualmente interesantes son las investigaciones que desde el paradigma del envejecimiento activo inciden en esta visión del envejecimiento como un proceso complejo. Este paradigma concibe de manera más positiva y realista el envejecimiento, lo que ha originado en el ámbito de las ciencias sociales, un cambio de calado en el estudio de los múltiples factores que promueven un envejecimiento activo y satisfactorio. Aunque desde un punto de vista crítico es necesario recordar que no existe una sola manera de envejecer *activamente*. Cada persona debería tener la posibilidad de elegir cómo desea vivir su vejez.

Por ello, en mi investigación ha sido muy importante adoptar un enfoque de curso vital y el paradigma del envejecimiento activo, y plantear la necesidad de diseñar políticas públicas y programas con perspectiva de género, con el objetivo de corregir desigualdades sociales que han ocasionado discriminación hacia las mujeres mayores.

En una segunda parte del libro, analizo el envejecer de las mujeres como objeto de estudio a través de las narraciones de las mujeres que participaron como informantes en mi estudio etnográfico, del análisis de las entrevistas en profundidad a personas expertas y presidentas de asociaciones de mujeres y de la observación participante que realicé en diferentes contextos.

Para abordar el envejecer de las mujeres, el hilo conductor del análisis son las diferencias que los sistemas de género convierten en desigualdades, y cómo dichas desigualdades atraviesan más la vida de las mujeres que la de los hombres. Los patrones de género y los roles de género que han desempeñado las mujeres a lo largo de sus vidas, en sistemas patriarcales como el nuestro, condicionan la situación en la que se encuentran en la vejez, ya que los mandatos de género significan un duro impuesto en la vida de las mujeres mayores de hoy, y ponen de relieve que no es lo mismo envejecer siendo hombre que siendo mujer. En este análisis pongo el énfasis en las carencias y dificultades que experimentan las mujeres mayores como resultado de la construcción de su identidad de género –en cuanto a condiciones económicas, nivel de instrucción, estado de salud y trayectoria laboral–.

También es cierto que reconocer esta homogeneidad de ciertas condiciones negativas que afectan por género a las mujeres a lo largo de su vida, no debe ocultar, sin embargo, la diversidad que existe entre las mujeres mayores. En el libro nuestro, por un lado, las carencias compartidas por las mujeres mayores como resultado de la construcción de su identidad de género (análisis macroestructural), y por otro lado, su heterogeneidad como resultado de la diversidad de sus trayectorias personales (análisis micro). Esta heterogeneidad se evidencia fundamentalmente a través de variables como el estado civil, la clase social y, especialmente, el nivel de instrucción alcanzado en su juventud, aspectos todos ellos claves que marcan diferencias biográficas importantes a lo largo del curso vital de estas mujeres y, por tanto, en su vejez.

De esta manera, me he propuesto ofrecer una imagen heterogénea y amplia del envejecer de las mujeres mayores a través de 4 objetivos:

1. Analizar la construcción sociocultural y política de la edad, especialmente en la etapa de la vejez, a través de cuatro dimensiones (cronológica, fisiológica, social y psicológica).
2. Desvelar las desventajas estructurales, necesidades y dificultades que como mujeres mayores experimentan en su vida.
3. Visibilizar su contribución al desarrollo socioeconómico a través de la provisión de cuidados y apoyos que prestan en sus familias extensas.
4. Analizar la redefinición de su proyecto personal a través de la participación social, el asociacionismo y el ejercicio de una ciudadanía activa.

A continuación se presentan algunas de las aportaciones y conclusiones más relevantes en cada uno de estos cuatro objetivos.

1. En el primer objetivo, a partir de la interrelación de cuatro dimensiones de la edad -la cronológica, la fisiológica, la social y la psicológica-, y de cómo en todas ellas los patrones de género establecen un doble rasero para hombres y mujeres, he tratado de recoger en los relatos de las informantes su vivencia acerca de estas dimensiones de la edad y de su propio envejecimiento en la sociedad en la que les ha tocado envejecer.
 - En cuanto a la edad cronológica, es decir, la edad que tenemos según nuestra fecha de nacimiento, al entrelazarla con el género, quedan definidas dos

discriminaciones: la de ser mayor y la de ser mujer. El mensaje que se transmite a las mujeres mayores en nuestra sociedad es que deben esforzarse por seguir pareciendo jóvenes -ya que la exigencia o prescripción para las mujeres es la de la belleza unida a la juventud-. De ahí la necesidad de utilizar cremas para reducir arrugas, tintes para ocultar las canas, etc. Otro aspecto en el que se pone de relieve el doble estándar del envejecimiento para hombres y mujeres, es la diferente aceptación social de la sexualidad para unos y para otras. Especialmente relevante es la diferente aceptación social que se muestra ante una relación sexual entre un hombre mayor y una mujer joven, que incluso es erotizada en el imaginario patriarcal, mientras que en el caso contrario, entre una mujer mayor y un hombre joven, se tiende a ridiculizar y a poner en cuestión.

- En cuanto a la dimensión fisiológica de la edad también está afectada por los patrones de género. En el caso de las mujeres mayores, debido al rol reproductivo asignado por el sistema patriarcal, experimentan en su salud las consecuencias del desempeño de múltiples roles en el ámbito doméstico, entre los que destaca el rol de cuidadora de la unidad familiar, sin olvidar que una elevada proporción también ha trabajado en el sistema formal, -aunque eso sí, en un mercado más precarizado, con menos recursos económicos y menos posibilidades de promoción que los hombres-, y que han tenido que compaginar con su trabajo doméstico, lo que implica una doble o triple jornada laboral. El desempeño de estos múltiples papeles a lo largo de sus vidas influye en que muchas mujeres mayores de hoy presentan situaciones de vulnerabilidad en su proceso de envejecimiento y tienen tasas más elevadas de dependencia y de necesidad asistencial en las edades avanzadas. Por eso, a pesar de que las mujeres disfrutan de una vida más larga, también padecen más enfermedades crónicas y discapacidades que los hombres.

Por otro lado, la mayor esperanza de vida de las mujeres, junto con otra variable de corte social que establecía que la mujer debía ser más joven que el hombre con el que se casaba, ha ocasionado que las mujeres mayores en la actualidad tengan más probabilidad de quedarse viudas y vivir solas que los hombres. Hecho que no debe llevarnos de manera automática a pensar que implica una situación problemática, dado que en la vejez las mujeres están más capacitadas para vivir solas que los hombres, porque se manejan mejor

en las tareas del hogar, ya que las han desempeñado a lo largo de sus vidas. Aun así, no deja de tener efectos negativos sobre sus vidas, ya que al quedarse viudas se reducen considerablemente sus ingresos económicos y pueden emerger sentimientos de soledad que tienen que aprender a gestionar.

- En cuanto a la dimensión social de la edad, sigue estando vigente una desigual valoración de cada etapa del curso vital. Todavía hoy se valora más positivamente la juventud y la adultez que la vejez. Por eso cuando se hace referencia a los cambios que se producen entre el nacimiento y la madurez se utiliza el término *desarrollo*, que posee connotaciones positivas, mientras que entre la madurez y la muerte se habla de *envejecimiento*. Pero además, esta construcción social de la edad tiene una parte atribuida, lo que la sociedad define como mujer y como hombre mayor, y de nuevo existe un doble rasero de género, ya que a las mujeres se las considera mayores a edades más tempranas.

Otro aspecto relevante del componente social de la edad es la jubilación. La jubilación viene acompañada de una pérdida de prestigio social y supone un rito de transición y la separación de un rol social: el de persona productiva. Por ello, desde una perspectiva de género, -aunque la jubilación está mucho menos estudiada en el caso de las mujeres-, los hombres mayores suelen asumir peor que las mujeres el estatus de persona jubilada, estereotipado como “improductivo”.

- Por último, en cuanto a la dimensión psicológica de la edad, la psicología feminista ha estudiado cómo, comparativamente por género, las mujeres tienen una autoestima peor que los hombres a cualquier edad, ya que en las sociedades patriarcales el hecho de ser hombre tiene más valor que el de ser mujer, y, además, muchas de las aportaciones que realizan las mujeres en gran medida son invisibles, lo que refleja su falta de reconocimiento en la sociedad. Pero a pesar de este panorama estigmatizador del género femenino, algunos estudios sugieren que en la vejez las mujeres enfrentan su propia vida con serenidad y una saludable autoestima. Aunque parezca una paradoja, lo cierto es que los patrones de género en este caso juegan más a favor que en contra. Los roles que las mujeres han desempeñado durante su vida les ha preparado para aceptar mejor los cambios que han tenido que asumir, y el envejecimiento es uno de ellos.

Una conclusión muy interesante, en relación con este primer objetivo de las cuatro dimensiones de la edad, ha sido observar cómo, a pesar, como hemos visto, de la carga discriminatoria que el género impone sobre las mujeres, muchas de las narrativas de las informantes ofrecían una vivencia más positiva de la esperada, tanto sobre ellas mismas como mujeres mayores, como del envejecer de las mujeres en general.

2. En cuanto al segundo objetivo, he tratado de que mis informantes pudieran relatar las desventajas estructurales, necesidades y dificultades que podrían padecer como mujeres mayores, debido a carencias generacionales inscritas en el marco de una sociedad patriarcal -en cuanto a condiciones económicas, nivel de instrucción, estado de salud o trayectoria laboral-. Una de las conclusiones más relevantes es que, de nuevo, los patrones de género y los roles socializados y desempeñados a lo largo de la vida explican gran parte de las carencias que manifiestan muchas de las mujeres participantes en mi estudio etnográfico.
 - Así, por ejemplo, se observa en algunos relatos cómo 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 -al igual que hemos visto antes en relación con la dimensión fisiológica de la edad-.
 - Del mismo modo, se pone de manifiesto cómo la discriminación de género sufrida en la infancia emerge en el relato de algunas informantes como uno de los motivos más poderosos que impidió su acceso a la educación.
 - Y de nuevo también cómo la discriminación de género imposibilitó que muchas de ellas pudieran seguir trabajando después de casarse.

Una segunda conclusión importante, es que la heterogeneidad en las trayectorias de las mujeres que han participado en mi estudio etnográfico se muestra a través de variables tales como el estado civil, la clase social y el nivel de instrucción alcanzado en su juventud. Así, por ejemplo, las informantes que alcanzaron un nivel formativo elevado y se mantuvieron solteras son las que describen haber disfrutado de carreras laborales más parecidas al patrón masculino, lo que les ha permitido disponer de recursos económicos más elevados a lo largo de sus vidas y especialmente en la vejez a través de pensiones de jubilación.

3. En cuanto al tercer objetivo, he tratado de poner en valor la provisión de cuidados que prestan las mujeres mayores en sus familias extensas para visibilizar con ello su contribución al desarrollo socioeconómico de la sociedad en su conjunto y al bienestar que generan en sus entornos familiares. Una de las conclusiones más importantes que podemos extraer de los testimonios narrados por muchas de las mujeres participantes en mi estudio etnográfico es que ellas prestan más cuidados y apoyos en sus familias de los que reciben.
 - Si está poco valorada y cuantificada la labor de las mujeres cuidadoras, en general, la función de estas mujeres cuando son mayores está mucho más invisibilizada.
 - De manera destacada, son o han sido cuidadoras de personas dependientes -maridos, madres, padres, suegras, suegros-, también de nietas y nietos, e incluso, no en pocas ocasiones, tanto de personas dependientes, como de nietas/os a la vez.
 - Y lo que se muestra relevante en sus narraciones es que el desempeño de esta tarea de cuidados ha posibilitado, y sigue haciéndolo en la actualidad, la conciliación de la vida laboral y familiar de sus hijos y especialmente de sus hijas y nueras, ya que a éstas les da la posibilidad de incorporarse y mantenerse en el mercado laboral.
 - Tanto las fuentes documentales consultadas como mis informantes ponen de manifiesto que estas generaciones de mujeres mayores han sido y son uno de los motores del avance de las mujeres adultas.
 - Sin embargo, frente a este efecto positivo, no debemos dejar de mencionar las consecuencias negativas que tienen unos niveles tan elevados de cuidados sobre las propias vidas de muchas mujeres mayores cuidadoras, entre ellas la sobrecarga y la falta de oportunidades para disfrutar de ocio y un tiempo personal.
4. Y, por último, en cuanto al cuarto objetivo, he pretendido indagar si las mujeres mayores participantes en mi estudio etnográfico redefinen su proyecto personal en la vejez y dan cabida en ese proyecto al ejercicio de una ciudadanía activa, a través de la participación social y el asociacionismo. La conclusión más relevante evidencia que la capacidad de las mujeres a la hora de crear vínculos y establecer relaciones vehiculiza mecanismos de

participación social en los que el asociacionismo se muestra como uno de los más potentes para el empoderamiento de las mujeres mayores, que les ofrece la posibilidad de superar parte de las vulnerabilidades y carencias que han caracterizado sus cursos vitales.

- Para muchas de mis informantes, la participación social en general, y el asociacionismo en particular, les ha abierto un abanico de posibilidades formativas, recreativas y relacionales mucho mayor del que han tenido a lo largo de su vida.
- Además, algunas informantes mencionan que formar parte de asociaciones les ha ayudado a dar pasos importantes para reivindicar cambios para los colectivos a los que representan: mujeres y familias rurales, mujeres viudas, mujeres mayores, abuelas y abuelos, personas mayores, etc.

Y otra conclusión importante ha sido observar cómo la participación social y formar parte de asociaciones les ha posibilitado la experiencia de nuevas socializaciones al ampliar sus redes sociales y la ocupación de espacios públicos como una conquista de libertad que amplía los límites del espacio doméstico en el que muchas de ellas han visto transcurrir sus vidas.

Reflexiones finales

Este libro invita a reflexionar desde una perspectiva de género y de curso vital sobre el envejecer de las mujeres mayores a través de un estudio etnográfico en los campos de la gerontología crítica feminista y de la geroantropología, disciplinas que han postergado el estudio de la vejez y de la vida de las mujeres mayores hasta fechas muy recientes. Por eso, es necesario que se siga investigando sobre el envejecer de las mujeres para visibilizar las desigualdades que los sistemas de género todavía establecen en sus vidas, con el objetivo de promover un cambio emancipatorio en las nuevas generaciones que están envejeciendo con más recursos y experimentando caminos más diversos y modelos femeninos heredados, y construir subjetividades más liberadoras y gratificantes en la vejez. Para mí es una lección de vida poder escucharlas y pensar en mi propio envejecer como un proceso personal, generacional y social.

Bibliografía

RAMOS TORO, MÓNICA (2017) *Envejecer siendo mujer. Dificultades, oportunidades y retos*, Prólogo de Virginia Maquieira, Edicions Bellaterra, Barcelona, ISBN: 978-84-7290-814-7.

RAMOS TORO, MÓNICA (2018) *Estudio etnográfico sobre el envejecer de las mujeres mayores desde una perspectiva de género y de curso vital*, págs. 75-107, Artículo de Investigación en Revista Prisma Social nº 21 *Envejecimiento y género: investigación y evaluación de programas*, 2º Trimestre junio 2018 sección temática. <http://revistaprismasocial.es/article/view/2448/2645>

Nota biográfica:

Mónica Ramos Toro es doctora en Antropología Social. Socio-Directora del Instituto de formación en Gerontología y Servicios Sociales, INGESS. Profesora Asociada de la Universidad Complutense de Madrid.

CUADERNOS DE U.M.E.R.

Nos. 1 al 80 agotados. Pueden consultarse en la página web www.umer.es

Nº 81: “Vejez y sabiduría”. José Segovia Pérez.

Nº 82: “Medios de comunicación en España. El reto de contarlo en una hora”. Joaquín Sotelo.

Nº 83: “1914. Significación Histórica de la Gran Guerra”. Feliciano Páez-Camino Arias.

Nº 84: “Escritoras pioneras del Siglo XX en España. Cuando la literatura era cosa de hombres”. Julián Moreiro.

Nº 85: “Memoria de la Universidad de Mayores Experiencia Recíproca (Umer) 2009-2014”. Umer.

Nº 86: “La ciencia descubre, la industria aplica, el hombre se somete”. José Segovia.

Nº 87: “España ante la Primera Guerra Mundial”. Feliciano Páez-Camino Arias.

Nº 88: “Los mayores del siglo XXI: Nuevas imágenes y nuevas perspectivas”. Loles Díaz Aledo.

Nº 89: “El envejecimiento: alimentación y estilo de vida saludable”. Isabel Calvo Viñuela.

Nº 90: “La poesía popular”. Víctor Agramunt Oliver.

Nº 91: “¿Se respetan los Derechos Humanos? La Declaración Universal de 1948”. Silvia Escobar.

Nº 92: “Elogio de la palabra”. Julián Moreiro.

Nº 93: “¿Qué significa, hoy, la hispanidad?”. Patricio de Blas Zabaleta.

Nº 94: “Una historia del doblaje”. Víctor Agramunt Oliver.

Nº 95: “Vieja y nueva política: un enfoque histórico”. Feliciano Páez-Camino Arias.

Nº 96: “Rosas y espinas”. Rosario Barros Peña, Carmen Escohotado Ibor, Begoña Montes Zofio, Milagros Salvador.

Nº 97: “Cervantes, nuestro contemporáneo”. Julián Moreiro.

Nº 98: “Certamen de relatos cortos”. Socios de la UMER.

Nº 99: “La fuerza del azar. Entre la probabilidad y la incertidumbre”. Javier del Rey.

Nº 100: “Las primeras diputadas españolas”. Feliciano Páez-Camino Arias.

Nº 101: “Madrid: En busca del arco perdido”. Josep M^a Adell.

Nº 102: “Los derechos de las personas mayores”. Loles Díaz Aledo.

Nº 103: “Transgénicos: qué son y para qué sirven”. José Miguel Hermoso Núñez.

Nº 104: “La poesía contemporánea”. Víctor Agramunt Oliver.

Nº 105: “La Revolución rusa: diez mitos que conmovieron al mundo”. Feliciano Páez-Camino Arias.

Nº 106: “El agua, un recurso escaso y contaminado”. Blanca Tello Ripa.

Nº 107: “El origen de la vida y la evolución”. José Antonio Romero Paniagua.

Nº 108: “La Plaza Mayor de Madrid. Cuatrocientos años de historia”. Fidel Revilla González.

Nº 109: “La masonería, esa desconocida”. Fernando Romero.

Nº 110: “Transición y Constitución: 40 años de historia”. Feliciano Páez-Camino Arias.

Nº 111: “Envejecer siendo mujer. Dificultades, oportunidades y retos”. Mónica Ramos Toro.

La Universidad de Mayores Experiencia Recíproca (U.M.E.R.) es una entidad estrictamente cultural, independiente de todo credo político o religioso (Art. 4 de sus Estatutos), organizada por profesores jubilados y personalidades de la cultura, con sede en Madrid y de ámbito estatal, cuyos fines son :

- Transmitir a los mayores con curiosidad intelectual, y a los que sin ser jubilados lo deseen, la experiencia acumulada en la vida docente, poniéndola al servicio de la sociedad.
- Fomentar la intercomunicación y la tolerancia.

(Declarada de Utilidad Pública el 1 de marzo de 2007)

Subvencionado por:

