UNIVERSIDAD NACIONAL DE VILLA MARIA

**Biblioteca Central "Vicerrector Ricardo A. Podestá"**
Repositorio Institucional

# Un análisis cualitativo de la transición a la viudez en el envejecimiento

Año
2016

Autor
Pochintesta, Paula

Este documento está disponible para su consulta y descarga en el portal on line de la Biblioteca Central "Vicerrector Ricardo Alberto Podestá", en el Repositorio Institucional de la **Universidad Nacional de Villa María.**

CITA SUGERIDA
Pochintesta, P. (2016). *Un análisis cualitativo de la transición a la viudez en el envejecimiento.* Villa María: Universidad Nacional de Villa María

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional

**II Congreso de la Asociación Argentina de Sociología (AAS)**
Pre ALAS 2017
LAS CIENCIAS SOCIALES EN AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE HOY: PERSPECTIVAS, DEBATES Y AGENDAS DE INVESTIGACIÓN

GT 16: Estudios sociales de las edades, las generaciones y el curso de la vida.

# Un análisis cualitativo de la transición a la viudez en el envejecimiento

Paula Pochintesta[1]

El punto de partida de este trabajo es considerar al envejecimiento como un fenómeno diferencial acorde a la perspectiva del curso de la vida. Desde este enfoque se estudió el fenómeno de la viudez como una transición importante en el proceso de envejecimiento. Este cambio repercute en las trayectorias tanto a nivel personal, familiar como social. Existen diversas formas de afrontar la muerte del cónyuge que varían de acuerdo al género y a las condiciones de vida.

Con el propósito de comprender el fenómeno de la viudez, se realizó un estudio cualitativo a partir de 10 entrevistas (5 varones y 5 mujeres) en profundidad que conformaron una muestra intencional integrada por viudos/as de 65 y más años, residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires. Para ello se contactaron casos en diferentes instituciones (públicas, privadas y de ONG's) a las que concurren adultos mayores como, hogares, centros de día, centros de jubilados y mutuales. También se entrevistaron viudos/as que no concurrían a instituciones a los fines de enriquecer la muestra. El trabajo de campo se realizó entre 2014 y 2015.

Esta investigación cualitativa y exploratoria permitió una aproximación comprensiva a la experiencia de la viudez en varones y mujeres mayores. Se delimitaron criterios para poder reconstruir: a) cambios en la organización de la vida cotidiana; b) fuentes de apoyo social percibido y; c) emociones sentidas a partir de la pérdida del cónyuge. Así, se evidenció que la viudez es interpretada de modo diverso por varones y mujeres para quienes constituye un punto de inflexión en la vejez. Se identificaron diferencias de género en cuanto a la reorganización de las cuestiones domésticas. En cambio, las similitudes tuvieron que ver con el apoyo de la red familiar, el proceso de duelo y el abandono de las actividades recreativas compartidas con el cónyuge.

**Palabras claves:** Viudez, envejecimiento, vida cotidiana, apoyo social, emociones.

[1] Dra. en Ciencias Sociales y Licenciada en Psicología de la Universidad de Buenos Aires. Becaria Posdoctoral del *Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas de la Nación Argentina* (CONICET). Investigadora asistente del Programa *Envejecimiento* de la *Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales* (FLACSO-Argentina). Correo electrónico: *ppochintesta@gmail.com*

## *I. La viudez como transición clave en el envejecimiento*

La viudez es mucho más frecuente en la vejez que en cualquier otro momento de la vida. No obstante ello, a nivel social, no existen programas o políticas que preparen a las personas mayores para afrontar los cambios asociados a la muerte del cónyuge. Lo cierto que es que las personas no saben si perderán o no a su pareja, pero la posibilidad de enviudar en la vejez, es en cierta medida "esperable" según los parámetros demográficos.

Nuestro país se caracteriza por bajas tasas de fecundidad y mortalidad y un aumento en la esperanza de vida que dan cuenta de una transición demográfica[2] (Guzmán *et al.*, 2006). De modo que aumenta la población envejecida y disminuye el crecimiento poblacional (Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas, INDEC 2010)[3].

En este escenario, los datos sobre la situación conyugal[4] son esclarecedores respecto a la probabilidad de enviudar conforme se avanza en edad. Siendo el porcentaje total de viudos del 6,5% observamos que, aproximadamente, siete de cada diez varones de 65 a 84 años convive en pareja mientras que sólo cuatro de cada diez mujeres lo hace. Uno de los factores que se asocia a este fenómeno radica en la mayor longevidad femenina[5] dando lugar a que la viudez afecte más tempranamente y en mayor proporción a las mujeres.

Según la Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores (2012) entre la población mayor de 60 años las viudas alcanzan el 38,6% mientras que el porcentaje de viudos es del 10,7%. La conjunción de dos factores: a) diferencia de edad entre cónyuges y b) diferencia en la expectativa de vida entre varones y mujeres permite comprender el desequilibrio que ambos géneros tienen frente a la posibilidad de enviudar.

Estos datos aportan un panorama para repensar cómo es y será la incidencia del fenómeno de la viudez en el envejecimiento. La pérdida del cónyuge se presenta como una transición "típica" entre la tercera y cuarta edad que implica, por un lado, una transformación del sí mismo y, por otro, una transición relacional (Caradec, 1998).

La pérdida del cónyuge se convierte en un fenómeno disruptivo cuyas principales consecuencias suponen tanto el incremento del sentimiento de soledad, como una mayor vulnerabilidad social y

[2] Esta transición ocurre también en el plano epidemiológico reemplazando las enfermedades infecto-contagiosas por enfermedades crónico-degenerativas como patrones causales de mortalidad.

[3] El índice que se emplea para determinar el envejecimiento de una población (desde la gerontología) es aquel que estima la cantidad de personas de 60 y más años. De este modo, se considera que la estructura poblacional está envejecida si la población de 60 años o más es superior al 7%. El aumento de la población envejecida se debe a del país corresponde al 10,2 % mientras que el mismo índice para el Censo anterior (2001) correspondía al 9,9 %.

[4] La situación conyugal se define respecto a la convivencia en pareja de las personas de 14 años y más, sea ésta de hecho o de derecho (Censo Nacional del Población, Hogares y Viviendas, INDEC 2010).

[5] Una mayor esperanza de vida en las mujeres dio origen a la "feminización del envejecimiento".

económica (Delbès y Gaymu, 2002). La forma de transitar la viudez se encuentra además afectada por los cambios en las dinámicas familiares (Sánchez Vera, 2009).

Atravesar la etapa del duelo es crucial porque en esos momentos las personas se sienten más vulnerables. Es así que los riesgos de contraer enfermedades se incrementan durante los dos años posteriores a la pérdida (Hagedoorn *et al.*, 2006).

El impacto que produce la muerte del cónyuge es diferencial de acuerdo a la edad, el género, el nivel socio económico, el estado de salud y la percepción de las redes de apoyo social con las cuenta el viudo/a. Muchas investigaciones se han concentrado en las viudas debido a su mayor proporción entre la población envejecida. La viudez femenina se asocia a la disminución de ingresos, el aumento de la mortalidad, el incremento del riesgo de suicidio y el padecimiento de enfermedades como la ansiedad y la depresión (Lopata, 1973).

Los viudos suelen buscar pareja más a menudo que las viudas y, con frecuencia, se unen a mujeres menores que ellos. Si la participación en la organización de las tareas domésticas era mínima o inexistente, la muerte del cónyuge resultará muy estresante (Arber y Ginn, 1996).

La repercusión de la viudez en las redes sociales evidencia que existe una merma en la red familiar secundaria[6]. Las viudas presentan pérdidas menores en la red familiar mientras que los viudos mantienen una importante red de amigos con quienes intensifican sus relaciones (Ayuso, 2012; Berger, 2009; Ha *et al*., 2006). Las mujeres viudas confían en sus hermanas, hijas e hijos mayores con quienes refuerzan sus vínculos (Utz *et al*., 2002).

La pérdida de la pareja puede ser también una oportunidad de crecimiento personal y aprendizaje, por ejemplo, en relación al mantenimiento y a la administración financiera del hogar (Carr, 2004).

Ahora bien, para analizar el fenómeno de la viudez en el envejecimiento es fundamental comprender que a medida que el tiempo pasa, los cursos de vida se complejizan y se vuelven más heterogéneos. Es por ello que, para contemplar la diversidad que define a la vejez, resultó útil apelar a los principios que estructuran el paradigma del curso de vida. Este enfoque permite pensar las diferencias, tanto entre las cohortes que se mueven en el tiempo histórico, como al interior de las mismas porque pone en juego el impacto en las biografías de los eventos vitales y, a la vez, de los sucesos socio-históricos (Hareven, 1996). Así, el envejecimiento implica tanto la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales a partir de los cuales los sujetos construyen su biografía desde una posición activa (Lalive D'epinay, *et al.*, 2011).

Según este enfoque, las trayectorias biográficas se conforman a partir de un conjunto de transiciones "normativas" y "no normativas" que indican cambios de posición en el curso de la vida. Las

[6] La red familiar primaria está integrada por padre, madre, hermanos e hijos. Mientras que la red familiar secundaria se refiere al contacto con tíos, primos, suegros, cuñados, sobrinos y padrinos con ahijados.

transiciones construidas socialmente se convierten en "normativas" si son experimentadas por una gran proporción de la población, por ejemplo, el período de escolaridad, la entrada en el mercado laboral, la conformación familiar y el retiro (Elder, 1994). Aquellas transiciones que se perciben fuera de tiempo y entran en discordancia con lo establecido determinan un punto de inflexión o *turning point*.

Abonando a la perspectiva del curso de la vida, la viudez puede bien convertirse en un punto de inflexión en las trayectorias biográficas, generando cambios concretos como el abandono de actividades, la disminución del apoyo social y el incremento del sentimiento de soledad. A su vez, observamos que la literatura define a la viudez como una transición "típica" y esperable entre la tercera y la cuarta edad. Esto es, que constituye en términos demográficos una transición "esperable" pero que impacta en las biografías provocando una reconfiguración objetiva y subjetiva en la vida de las personas.

Partiendo de esta perspectiva, el presente trabajo tiene por objetivo analizar cómo fueron vividos los cambios en la organización de la vida cotidiana, como fue percibido el apoyo social y cómo las mujeres y varones entrevistados elaboraron el duelo. De este modo, la investigación apuntó a la identificación de similitudes y diferencias en torno a los roles de género que estructuran el vínculo de pareja.

## *II. Aspectos metodológicos*

Para dar curso al objetivo de la investigación se optó por un enfoque cualitativo que combinó elementos de dos perspectivas: a) componentes del enfoque biográfico (Kaufmann, 2008) y b) elementos del estudio de casos múltiples (Flyvbjerg, 2006).

El trabajo de campo reúne datos recabados entre Abril de 2014 y Diciembre de 2015. La muestra fue de tipo intencional, conformada por 10 personas viudas de 65 y más años (5 varones y 5 mujeres); residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires y pertenecientes a diferentes niveles socio-económicos.

Se seleccionaron casos en diferentes instituciones (públicas, privadas y de ONG's) a las que concurren adultos mayores. Específicamente, se trató de dos centros de jubilados y una Asociación Mutual ubicados en el ámbito de la Ciudad de Buenos Aires, además de un centro de día para adultos mayores y un centro residencial. En éstos últimos dos casos la ubicación geográfica fue la zona oeste y sur del Gran Buenos Aires. Se entrevistaron además viudos/as que no concurrían a instituciones a los fines de enriquecer la muestra. Para situar el contexto en el cual se desarrollaron las entrevistas se describen a continuación los datos socio-demográficos.

La edad promedio fue de 78 años en la muestra total[7]. Los años promedio de viudez fueron 10, siendo un poco menor entre las mujeres (8 años) y mayor entre los varones (11 años). Los entrevistados pertenecían a la cohorte nacida entre 1930 y 1945.

Del total de mujeres viudas, dos vivían solas y el resto convivía con hijos o nietos. En el caso de los varones, sólo uno de ellos residía en un hogar de ancianos[8], el resto vivía solo aunque dos de ellos compartían el terreno de su vivienda con sus hijos.

Todas las personas entrevistadas cursaron estudios primarios de las cuales dos no alcanzaron a completarlos. Sólo una persona finalizó sus estudios secundarios y universitarios.

La cantidad de hijos promedio fue 2. Todas los entrevistados percibían algún beneficio previsional. Cinco recibían jubilación y pensión, el resto sólo pensión o jubilación. En tres casos accedieron a la jubilación no contributiva. Tres personas continuaban trabajando además de recibir ingresos previsionales. Nueve de los diez viudos eran propietarios de su vivienda. En cuanto a la cobertura de salud, menos en un caso, todos utilizaban la obra social específica (PAMI-INSSJyP)[9].

El objetivo principal de la entrevista fue la reconstrucción de la trayectoria biográfica en el marco de una charla flexible y abierta. Los ejes temáticos abordados fueron los siguientes: historia de conformación y composición familiar, trayectoria laboral y educativa, estrategias de organización y gestión de la vida cotidiana, tipos y frecuencia de actividades realizadas, percepción del estado de salud, proyectos, concepciones de envejecimiento y apoyo social recibido. Se utilizó también la técnica de la síntesis vital que consiste en solicitar, a cada persona, un resumen biográfico en el que indique cuáles fueron los momentos muy buenos, los no tan buenos y los períodos difíciles de su vida (Laborde, Lelièvre y Vivier, 2007).

En general, la duración de los encuentros fue de una a dos horas. La participación fue voluntaria y libre y, en cada caso, se asumió el compromiso de proteger la identidad.

Una vez efectuada la transcripción de las entrevistas, utilizando el método de comparación constante, se reconstruyeron las trayectorias identificando: temas principales, transiciones y puntos de inflexión (Strauss y Corbin, 2002). A continuación se compararon los datos primero de manera abierta, luego de manera más sistemática y, finalmente, se ponderaron las recurrencias y contrastes reagrupando las categorías que marcaban tendencias o patrones. De allí emergieron tres ejes que permitieron identificar similitudes y diferencias entre mujeres y varones.

[7] Entre los varones fue de 80 y de 77 años en las mujeres.

[8] En este caso fue él mismo quien decidió trasladarse a un geriátrico por sus problemas de movilidad, usa bastón y espera que lo operen de caderas para recuperar autonomía. Cacho (75 años) pasa sus jornadas diarias en un centro de día y duerme en un geriátrico.

[9] PAMI - Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados. Casi la totalidad de los entrevistados solicitaba el descuento en medicamentos que ofrece PAMI.

### *III. La vida cotidiana después de la viudez*

En el caso de los varones la pérdida del cónyuge significó afrontar un largo período de cuidados, las hijas estuvieron especialmente presentes en estos momentos, a excepción de un caso en el que el cuidado fue asumido exclusivamente por el viudo[10]. Las causas de muerte fueron cáncer en dos casos, enfermedades degenerativas óseas y del sistema nervioso en otros dos casos y deterioro físico producto de un accidente vial en un único caso.

Es importe destacar que los años de convivencia con sus *partenaires* iban de 20 a 50. Este dato no es menor a la hora de analizar cómo impacta en las trayectorias la viudez.

Todos los viudos entrevistados concurrían a algún tipo de institución donde se realizan actividades socio-preventivas y recreativas (centro de día, centro de jubilados o asociación mutual). La concurrencia a estos establecimientos fue siempre posterior a la viudez buscando paliar la soledad y el aburrimiento.

Cabe aclarar que la población de estos centros destinados a mayores es mayormente femenina, es decir, que estos varones viudos representan una pequeña porción poblacional (ENCaViAM, 2012). Siguiendo la tendencia masculina que indica la literatura, los viudos entrevistados expresaron su intención de encontrar una nueva compañera (Sánchez Vera, 2009).

En cuanto a *los cambios en la vida cotidiana* se observó que ocurrieron fundamentalmente en dos planos:

a) Actividades que se realizan en soledad como comer, dormir, tomar mate o despertarse[11].

b) Actividades recreativas que se abandonaron como viajar, salir a pasear, ir al teatro o vacacionar[12].

Las mujeres viudas perdieron a sus cónyuges a causa de enfermedades que implicaron un período de cuidados en tres de los cinco casos, mientras que dos de ellas sufrieron la muerte repentina de sus esposos. Las causas fueron: una enfermedad neurodegenerativa (Alzheimer), cáncer (leucemia) y la complicación de una úlcera. Las muertes repentinas se debieron a un paro cardíaco y a un edema agudo de pulmón.

---

[10] En algunos casos se recurrió además a la contratación de cuidadores domiciliarios.

[11] *(…) Y la compañía nada más, eso es, la soledad es muy fea. Usted toma mate solo, come solo, es un decir no es cierto, no es lo mismo. Duerme solo, se despierta y está solo, es una cosa que uno sabe cuando vive esa parte, porque usted no se imagina lo que es (Bruno, 80 años, 6 años de viudez).*

[12] *(…) íbamos mucho a veranear con Amalia a ella lo que más le gustaba era Piriápolis, en el Hotel Argentino fuimos como siete veces; le gustaba muchísimo. Tengo películas filmadas porque apenas nos casamos me regaló una filmadora y tengo como 100 películas filmadas de todos los veraneos. Eso lo extraño ahora (Armando, 81 años, 4 años de viudez).*

Los cuidados fueron asumidos por ellas y, en algunos casos, recibían también ayuda de sus hijas. Los años de convivencia superaban los 30 en cuatro de los cinco casos[13].

Observamos que, tanto para las mujeres como para los varones, se trató en general de matrimonios de larga data. Las mujeres viudas convivían con sus hijos, hijas y/o nietos en cuatro de los cinco casos. A este respecto encontramos diferencias en relación a los varones que vivían solos. Ninguna de las mujeres expresó deseos de conseguir una pareja. Sólo en un caso había existido una relación sentimental luego de la viudez que no perduró. Cabe también destacar que las viudas entrevistadas, salvo en un caso, no asistían a instituciones socio-recreativas para mayores. Las mujeres encontraban contención emocional y material en sus hermanas, hermanos, cuñadas, hijas y nietos que conformaban sus redes más significativas.

Los *cambios en la vida cotidiana* de las viudas tuvieron que ver con:

a) Actividades como cuidar la quinta y/o reparar, refaccionar y mantener la casa[14].

b) Actividades recreativas que se abandonaron como viajar, vacacionar, pasear o mirar películas[15].

Las diferencias tuvieron que ver con roles que se ordenan de acuerdo al género. Esto es, mujeres identificadas con las tareas domésticas y varones asumiendo la manutención y refacción de la vivienda. En cambio, en lo que respecta a las actividades recreativas fueron añoradas tanto por los viudos como por las viudas.

### *IV. El apoyo social percibido*

En el análisis se tuvieron en cuenta 4 tipos de apoyos sociales según las funciones desempeñadas.

a) El *apoyo afectivo* está referido a las expresiones de afecto y cariño que implican contacto físico como abrazos y besos. Este tipo de apoyo es el que se ve mermado a partir de la viudez y es el que más impacta a nivel subjetivo.

[13] Sólo en un caso la convivencia fue de 7 años. Esta menor cantidad de años se debió a que se trataba de un matrimonio constituido en segundas nupcias.

[14] (…) *éramos compañeros. Iba arriba hacía cosas, venía y me decía: qué querés que haga y yo le daba trabajo. Como él lo sabía hacer todo, vos le decías ¡uy! ¿me podés hacer esto para la plantita? y lo hacía… [se emociona] y cuando él se vio enfermo… y bueno… [hace una pausa]. Y bueno, él hacía todo. Esto lo hizo Sergio [su hijo] viste y mi marido, se daba maña para todo, acá no entró ni un albañil ni nadie (Irma, 71 años, 5 meses de viudez).*

[15] *(…) Sí por ejemplo el domingo, sábado y domingo con el coche, teníamos coche en aquél entonces, nos íbamos a tomar mate si era por acá cerca ¿no? Y si no, íbamos a visitar a la familia también pero no, en casa los días de feriado no; se iba a pasear; ahora me quedo porque ¿qué sé yo? estoy sola (Leonilda, 84 años, 14 años de viudez).*

Los varones entrevistados expresaron, a excepción de un caso, su deseo de volver a tener pareja para, además de satisfacer deseos afectivos y sexuales, disfrutar de la compañía en las actividades de la vida cotidiana[16]. En efecto, dos de los varones entrevistados estaban iniciando una relación de pareja en la que proyectaban expectativas positivas.

Las mujeres mencionaron a sus hijos o hijas como las personas que brindan apoyo afectivo en términos de contacto físico. Dos de las viudas estaban elaborando el duelo por la pérdida ocurrida apenas unos meses antes de la entrevista. No hubo menciones acerca de deseos sexuales o falta de contacto físico como sí lo hicieron en mayor medida los viudos[17].

b) El *apoyo emocional* supone la posibilidad de contar con personas en quienes poder confiar, a quienes acudir frente a un problema para pedir y recibir consejos y, esencialmente, con quienes sentirse contenido. Los varones sólo en un caso mencionaron a los amigos como las personas que desempeñaban estas funciones. Otros dos viudos afirmaron no contar con nadie y los dos restantes contaban con algunos de sus hijos a la hora de requerir consejo y contención[18].

Las mujeres, en cambio, afirmaron tener personas en quienes poder confiar como hermanas, cuñadas e hijas y, en menor medida, amigas. Las hermanas mujeres y las cuñadas fueron las figuras más importantes en cuanto a este tipo de apoyo[19].

c) El *apoyo material e instrumental* implica poder recibir asistencia en la vida cotidiana con las tareas domésticas, durante un proceso de enfermedad o contar con compañía en una visita al médico. El apoyo instrumental puede ser también económico. Estas ayudas en el caso de los adultos mayores se vuelven sistemáticas debido al incremento de la fragilidad en la vejez.

Los varones contaban con sus hijos o hijas en una situación de enfermedad. También algunos de ellos recurría a sus hijos para realizar controles médicos, no obstante, el deseo genuino era de "no

[16] *(…) Porque como ahora estoy recuperando mi actividad sexual ya pienso en tener una compañera. Ojo, al sexo no le doy tanta importancia como le doy tener una vivencia acompañada y no en soledad. Salir, ir a un concierto, yo he sido concurrente del Colón, a mí la música clásica me enloquece y soy de ir al cine al teatro (Jorge, 80 años, 7 años de viudez).*

[17] *E: Como dador de afecto y contacto físico, abrazos etc. ¿A quién ubicaría en ese rol?*
*I: Ah, bueno, yo tengo a los tres hijos, a los tres porque yo si llamé a uno y al otro no se ponen celosos. Si necesito tengo (Irma, 71 años, 5 meses de viudez).*

[18] *(…) No, no tengo, yo me descargo solo. Ya te digo es una experiencia muy linda, hay gente que acá que se han descargado en mí, mucha gente. Cuántas veces, Cacho me pasa esto, el otro, son muchachos que se han criado adentro de un cuartel, no saben nada de la vida de afuera. Yo les digo las cosas son así, asá, la calle es distinta y como esos unos cuantos viste. Pero yo, descargarme en alguien no, no, no es que me la banque ni nada pero viste, sabés por qué, porque soy un tipo que se crió a la defensiva (Cacho, 75 años, 13 años de viudez).*

[19] *(…) Bueno, consejos justamente lo hago con esta cuñada que ya te digo que tiene enfermedades de todas las que busques y a veces no puede hablar mucho porque se fatiga porque es asmática, tiene de todo. Siempre me orientó bien, siempre me dio consejos buenos (Chuly, 72 años, 21 años de viudez).*

molestarlos". Esta sensación de estar importunando la vida de los hijos fue muy marcada en el caso de los viudos. El sentimiento que domina es el de distancia, lo que sugiere que las personas se perciben así mismas en otra posición del curso de la vida. Así, la muerte se vislumbra más cercana y la amenaza de la dependencia resulta muy angustiante.[20] Dos de los viudos, que pertenecen a un sector socioeconómico medio, contaban con personal doméstico que los asistía en las tareas de limpieza. Cocinar era una de las tareas que presentaban más dificultad para los varones viudos, cuatro de ellos concurrían a centros de día donde compartían dos comidas diarias, con lo cual estas instituciones cumplían parte de este apoyo diario.

Las mujeres recibían apoyo instrumental generalmente de parte de otras mujeres, nietas, hijas y nueras. Los hijos varones brindaban apoyo económico en algún caso. Rosa (80 años), por ejemplo, contaba con tres de sus nietas, que se turnaban para ordenar y controlar su medicación, hacer gestiones en PAMI o acompañarla al médico[21].

d) Un último apoyo lo conforman *las relaciones sociales de ocio y distracción* cuyo objetivo es pasar un momento de distención y diversión mientras se comparten actividades recreativas o lúdicas. En los casos masculinos seleccionados todos contaban con este tipo de apoyo, ya sea por asistencia a un centro de jubilados, centro de día o asociación mutual[22]. Los tipos de actividades que realizaban eran variadas: lúdicas (truco, tejo, etc.), recreativas (estimulación de la memoria, canto, salidas grupales, dibujo, radio, taller de escritura) y físicas (baile, gimnasia, tai-chi, etc..).

En el caso de las viudas, las relaciones de ocio y distracción fueron muy pocas. La excepción es el caso de Chuly (72 años) que luego de enviudar aseguró que concurrir al centro de jubilados le cambió la vida[23]. Ella toma clases de folklore y los fines de semana frecuenta las peñas con amigas.

---

[20] *(…) Los años empiezan a pesar y los hijos no… no es que no le puedan cuidar es que tienen sus compromisos. Tienen su esposa, sus hijos y ahora vienen más grandes, tienen que hacerlos estudiar y uno ya está medio que no tiene que estar. Por más que ellos digan que no les molesta, uno está molestando sí. Porque yo tengo ochenta años y ellos tienen cuarenta. Hay cuarenta años de diferencia, es muy distinta la vida que hice yo con la que ellas están haciendo ahora (Bruno, 80 años, 6 años de viudez).*

[21] *R: Voy con ella [su nieta], voy con Noe que se encarga de ir a PAMI, se encarga de irme a buscar los remedios como se encargó estos días. Mirá, acá tengo el pastillero que ella viene y me prepara todos los remedios que tengo que tomar por día. Ahora puede aparecer en cualquier momento y vuelve a llenarme el pastillero. Y cuando no los tomo me tira la bronca (Rosa, 80 años, 3 meses de viudez).*

[22] *(…) juego al tejo pero no vienen nunca estos muchachones que encontré trece cuando llegué, hoy jugaron. Tejo, truco y baile, yo bailo el tango de salón. Y ya te digo, el otro día bailé con una señora que al final resultó ser la dueña de la estancia y me aplaudieron mucho, la gente me aplaudió mucho (Armando, 81 años, 4 años de viudez).*

[23] *(…) Y bueno, se hizo un grupo, me hice de un grupo de amigas que veníamos a los cursos, a veces veníamos a comer, veníamos a cenar y bueno. Cuando yo empecé acá, al poquito tiempo el psiquiatra me dio el alta, mirá lo bien que me hizo por eso me gusta acá. (…). Pero después, yo tengo una amiga que da clases de folklore en una parroquia en la calle Escalada, entonces yo, miércoles y viernes le doy una mano a ella y de paso aprendo también. Y los fines de semana*

Encontramos aquí una diferencia con los viudos que, probablemente, se deba al fuerte apoyo de las redes familiares que perciben las mujeres lo que las lleva a demandar menos relaciones de ocio.

### *V. La experiencia de soledad*

Hemos analizado como es percibido el apoyo por los viudos donde las expresiones de cariño son la falta más mencionada. Esto se acompaña de un gran sentimiento de soledad. La experiencia de soledad subjetiva se define como ausencia de afecto y compañía de la persona deseada, situación que provoca malestar y angustia y que se diferencia de la soledad social o aislamiento, definido como la ausencia objetiva de compañía (Flores, 1986). Existen diferencias a nivel de las percepciones masculinas y femeninas de la soledad. Los varones afirmaron que "es más fácil para las mujeres" porque tienen más facilidad para comunicarse y establecer nuevos vínculos. Esto se refleja en los quehaceres diarios como comer o dormir y en las actividades que se abandonaron como viajar, pasear o vacacionar.

La soledad se siente más por la noche como bien lo describe Antonio (84 años) quien elige distraerse con la radio y la televisión[24]. La decisión de asistir a una institución, para realizar actividades o distraerse, fue una estrategia para reducir la experiencia subjetiva de soledad. Los fines de semana son más difíciles de "llenar", algunos de ellos visitan a sus hijos/as o simplemente salen para no permanecer solos mucho tiempo.

Las mujeres viudas mencionaron menos el sentimiento de soledad, quizá porque la compañía cotidiana de sus hijas y nietas, sobre todo, disminuye los momentos en que la soledad se siente más[25]. El hecho de convivir con otros marca ya una diferencia flagrante entre varones y mujeres.

### *VI. El proceso de duelo*

El duelo implica una sucesión de fases o tareas dirigidas a reconstruir el mundo sin la persona, el objeto o la función perdida (Molinié, 2006; Freud, 1917). Según el esquema de Worden (1997) la primera de esas tareas consiste en la aceptación de la pérdida, esos primeros momentos están

---

*vamos a peñas con ella y el grupo, tiene un grupo muy lindo de alumnos, vamos para todos lados (Chuly, 72 años, 21 años de viudez).*

[24] *(…) Cuando uno más se acuerda es de noche cuando se acuesta, como uno está solo. Yo cuando empiezo a pensar algo que no me gusta prendo la tele, soy flojo para ver la tele, estando acostado me quedo dormido enseguida. Cuando me despierto siempre hay alguien que habla, la tele o la radio también. La radio la tengo acá y la tele enfrente y pasa así (Antonio, 84 años, 24 años de viudez).*

[25] (…) *Como me siento, me siento bien porque vos imaginate a mí no me falta nada. En el sentido, tengo los hijos, están siempre los tres. Y Eli [la hija que vive con ella] que yo quisiera que ella tenía tantas cosas en su mente y ahora capaz que cambia o qué es lo que quiere pero bueno. Yo quisiera que ella haga su vida y yo es diferente, ya está la mía. Pero estoy bien (Irma, 71 años, 5 meses de viudez).*

dominados por el shock, la angustia y la negación. Las siguientes tareas suponen poder dar sentido a los sentimientos asociados a la pérdida, previendo la posibilidad de integrarlos a la propia biografía. Esta fase se encuentra dominada por la desolación, la tristeza, la resignación y, finalmente, la aceptación. Luego se trata de poder resolver las tareas antes realizadas por la persona fallecida. Por último, se produce una reconexión con el mundo externo donde se reorientan hacia otros destinos los sentimientos antes dirigidos hacia la persona.

Con respecto al proceso de duelo, en el caso de los varones, no existieron muertes repentinas o trágicas que impidieran la elaboración de la pérdida. Los entrevistados destacaron que los dos años posteriores fueron muy "duros". La muerte de la mujer constituye un punto de inflexión que delimita un antes y un después en todos los casos. En el caso de Jorge (80 años) al poco tiempo del fallecimiento de su esposa, se le diagnosticó un cáncer de próstata por el que fue tratado y del que logró recuperarse. A ello se sumó un estado depresivo que lo acompañó en los primeros dos años de viudez. Por su parte, Cacho (75 años) afirmó que su "vida quedó ahí" que simplemente una vez fallecida su esposa "sobrevivió"[26].

El tipo de vínculo construido con la pareja es un factor clave en el proceso de duelo. Los varones viudos han definido sus relaciones conyugales de manera positiva, donde los roles estaban consensuados y la reciprocidad estructuraba el vínculo. De allí que el impacto resultara muy estresante y difícil de elaborar.

En dos casos las mujeres viudas se encontraban transitando la fase donde domina la tristeza y la resignación debido a la pérdida reciente del cónyuge. Las expresiones emocionales y el silencio provocaron algunos quiebres durante la entrevista en estos casos. No obstante, a pesar del impacto que provoca la viudez, las mujeres afirmaron sentirse acompañadas por sus familias. Esta contención les permitía reorganizar su vida y su mundo sin el ser querido.

Cuando se trató de muertes repentinas el proceso de duelo estuvo asociado a padecimientos emocionales como la depresión. Leonilda (84 años) aseguró que los años posteriores fueron duros, llenos de tristeza que la llevaban a no querer levantarse de la cama y a no tener ganas de comer, ni deseos de nada. Luego pudo reponerse y lleva ya 14 años de viudez[27]. En el caso de Chuly (72 años) el impacto que le generó la muerte inesperada de su último esposo, reactivó el duelo por la pérdida

[26] *(…) Fueron cuatro cinco años pero después se enfermó y se fue todo a la mierda [sic], se fue todo al demonio. Estuve dos años con ella en una batalla que sabías que ibas a perder viste y se fue, después quedé solo. Es un círculo del que hasta el día de hoy no salí, pero en mi vida privada sigo, pero la parte de mi vida quedó ahí. Una vez que murió mi mujer sobreviví como quien dice (Cacho, 75 años, 13 años de viudez).*

[27] *(…) Y sí; yo no me resignaba, no, que Daniel, el mayor me decía: 'No te enojes con Dios' no ¿qué me voy a enojar con Dios? El destino de él fue ese. No tenía ganas de comer, así no era vida, no, mi hijo venía y me encontraba así en un sillón o en la cama. Y no era vida para mí porque no me hallaba (Leonilda, 84 años, 14 años de viudez).*

temprana de su padre. Esta situación desembocó en un estado depresivo por el cual recibió tratamiento psiquiátrico pero "pudo salir" y lleva ya 21 años viviendo sin su esposo.

Es interesante notar que en uno de los cuatro casos femeninos la viudez representó una suerte de liberación. Con un poco de pudor, Ivanna, una inmigrante eslovena de 78 años, me confesó que le fue infiel a su esposo con el consentimiento de él puesto que le daba mucha "libertad". Se casó para satisfacer una demanda de su hermana y "lloró de tristeza el día de su casamiento por civil" [28]. Su matrimonio no fue feliz y sus únicos momentos de plenitud fueron los nacimientos de sus tres hijos, especialmente, el de su hija mayor.

Con respecto al proceso de duelo, observamos que no existen marcadas diferencias entre mujeres y varones. Sin embargo, lo que sí se advierte es que la elaboración de la pérdida se encuentra modelada por el nivel de apoyo percibido, que fue mucho más significativo en el caso de las mujeres y no tanto en el de los varones.

### *VII. La viudez en perspectiva de género…*

Hemos visto hasta aquí cómo la viudez repercute en todas las áreas de la vida. Así, la salud, la identidad y las relaciones sociales pueden verse resentidas al perder al cónyuge en la vejez. A modo de conclusión podemos identificar una serie de diferencias y similitudes en la manera en que la viudez es vivida por varones y mujeres.

1. En la vida cotidiana las diferencias tuvieron que ver, en el caso de los viudos, con las actividades que hacen a la satisfacción de necesidades diarias como, por ejemplo, cocinar. Las viudas, en cambio, notaban la falta del cónyuge en lo que atañe a la refacción y reparación de la vivienda. En tanto que las actividades recreativas que se abandonaron fueron mencionadas tanto por varones como por mujeres. Esta división según roles de género fue también encontrada en otras investigaciones sobre el tema (Lasagni *et al*., 2014; Pochintesta, 2013; Sánchez-Vera, 2009).

2. El apoyo social también fue percibido de modo diverso por mujeres y varones. En efecto, la falta de *apoyo afectivo* y, sobre todo, *físico*, fue más marcada para los viudos así como lo fue el deseo de buscar y concretar una nueva pareja. Por el contrario las viudas no mencionaron este tipo de apoyo.

[28] *(…) Ah, mi marido para qué, entonces uno estaba sola acá extranjera ¿no? No sabe las costumbres de acá, paisanos siempre había y uno lo trajo, paisano. Dice: bueno acá tenés una paisana y yo le conocí toda su familia del pueblo, acá tenés una paisana que pueden ustedes llegar a relacionarse. Entonces apareció él no me gustó, no me gustó y a lo último le dije mirá mejor nosotros no nos casamos, entonces se fue. Después volvió entonces había que casarse sí o sí. Bueno y el día que yo me casé por civil yo lloré todo el camino en el coche. Y no lloré de alegría, lloré de tristeza que me iba a casar con él y así, como no soy nada conformista y soy muy exigente. Toda la vida yo no quería eso, aparte podíamos arreglarnos nosotros, porque si él podía ser más simpático pero era un hombre serio. Para mí era mí padre (Ivanna, 78 años, 7 años de viudez).*

Las mujeres afirmaron contar con mucho más *apoyo emocional*, por parte de otras mujeres (hermanas, cuñadas e hijas) que los varones para quienes casi no existían personas que desempeñaran estas funciones. En este mismo sentido, las viudas aseguraron recibir *apoyo instrumental* de parte de sus hijos, hijas y nietos con mucha mayor frecuencia que los viudos. Los varones contaban con sus hijos pero evitaban recurrir a ellos para no asediarlos con sus demandas. Otra diferencia a nivel del apoyo percibido ocurría en el caso de las *relaciones de ocio y distracción*, siendo los viudos quienes realizaban una gran cantidad de actividades en ámbitos institucionales, a diferencia de las viudas que no tenían relaciones de este tipo. Otras investigaciones muestran resultados análogos sobre la diferencia de género en el apoyo social percibido (Ayuso, 2012; Anderson, 1984).

3. El sentimiento de soledad subjetiva fue mucho más marcado en el caso de los viudos que de las viudas. Este aspecto ha sido también destacado en la investigación de Sánchez-Vera (2009) sobre la viudez en España. En la síntesis de vida realizada por los entrevistados, la muerte del cónyuge marcó un antes y un después en las trayectorias. No obstante, las mujeres parecen sobrellevar mejor la soledad que los varones y sentirse más acompañadas. Es decir que, el impacto de la viudez femenina está morigerado por otras mujeres que conforman redes de enorme importancia. La viudez masculina en cambio se vive mucho más en soledad. Esto se debe en parte a la construcción de la subjetividad asociada a los roles de género (Askham, 1996).

4. En cuanto al proceso de duelo hay que diferenciar dos factores que influyen en la elaboración de la pérdida. Primero el tipo de vínculo construido y luego las circunstancias de la muerte. Los viudos definieron vínculos de reciprocidad equilibrados que llevaban de 20 a casi 50 años de convivencia y en ningún caso hubo muertes repentinas. Las viudas también describieron vínculos poco conflictivos con convivencias que fueron desde los 7 a los 30 años. En un sólo caso, en que el matrimonio fue forzado, la viudez no significó un punto de inflexión. Las muertes repentinas de los cónyuges afectaron en dos casos el proceso de duelo. Un punto común mencionado por mujeres y varones fueron las afecciones psíquicas y orgánicas secundarias a la pérdida (depresión y cáncer).

Por último, retomando la perspectiva del curso de vida, podemos afirmar que la viudez en el envejecimiento constituye un punto de inflexión que se encuentra modelado por los roles de género.

## VIII. Referencias

Anderson, T. B. (1984). Widowhood as a Life Transition: Its Impact on Kinship Ties. *Journal of Marriage and Family*, 46 (1): 105-114.

Arber, S. y Ginn, J. (1996). *Relación entre género y envejecimiento. Enfoque sociológico*. Madrid: Narcéa Ediciones.

Askham, J. (1996). Vida matrimonial de las personas mayores. En: S. Arber y Ginn, J. (Comp.) *Relación entre género y envejecimiento. Enfoque sociológico* (pp.127-140). Madrid: Narcea.

Ayuso, L. (2012). Las redes personales de apoyo en la viudedad en España. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas, 137*, 3-24.

Berger, K. S. (2009). *Psicología del desarrollo. Adultez y vejez*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Caradec, V. (1998). Les Transitions Biographiques étapes du vieillissement. *Prévenir, 35*(2), 131-13.

Carr, D. (2004). Gender, Preloss Marital Dependence, and Older Adults Adjustment to Widowhood. *Journal of Marriage and Family, 66*(1) 220-235.

Delbès, C. y Gaymu, J. (2002). Le choc du veuvage à l'orée de la vieillesse: vécus masculin et féminin. *Population, 57*(6), 879-909.

Elder, G. H. Jr. (1994). Time, human agency, and social change: Perspectives on the life course. *Social Psychology Quarterly, 57*(1), 4-15.

Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores (2012). Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Instituto Nacional de Estadística y Censos - INDEC, 2014. E-Book.

Flores, A. (1986). Aspectos gerontológicos de la soledad. *Revista Española de Geriatría y Gerontología, 21*, 181-187.

Flyvbjerg, B. (2006). Five misunderstandings about case-study research. *Qualitative inquiry, 12*(2), 219-245.

Freud, S. (1992). Duelo y melancolía. En: *Obras completas, Tomo XIV* (pp. 241-257). Argentina: Amorrortu [1917].

Guzmán, J. M.; Rodríguez, J.; Martínez, J.; Contreras, J. M. y González, D. (2006). La démographie de l'Amérique latine et de la Caraïbe depuis 1950. *Population, 61*(5/6), 623-735.

Ha, J. H., Carr, D., Utz, R. L., & Nesse, R. (2006). Older Adults' Perceptions of Intergenerational Support After Widowhood How Do Men and Women Differ? *Journal of Family Issues, 27*(1), 3-30.

Hagedoorn, M., Van Yperen, N. W., Coyne, J. C., van Jaarsveld, C. H., Ranchor, A. V., van Sonderen, E., y Sanderman, R. (2006). Does marriage protect older people from distress? The role of equity and recency of bereavement. *Psychology and aging, 21*(3), 611.

Hareven, T. (1996). Life course. In J. E. Birren (ed.) *Encyclopedia of Gerontology* (pp.31-40). San Diego: Academic Press.

Instituto Nacional De Estadísticas y Censos (2010). Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas (2010). Disponible en: http://www.censo2010.indec.gov.ar (Recuperado el 20 de Noviembre de 2012).

Kaufmann, J. C. (2008*). L'enquête et ses métodes: L'entretien compréhensif*. Paris: Armand Colin.

Laborde, C., Lelièvre, É., y Vivier, G. (2008). Trajectoires et événements marquants, comment dire sa vie?. *Population, 62*(3), 567-585.

Lalive d'Epinay, Ch., Bickel, J. F., Cavalli, S. y Spini, D. (2011). El curso de la vida: la emergencia de un paradigma interdisciplinario. En: J. A. Yuni (Comp.) *La vejez en el curso de la vida* (pp. 11-30). Córdoba: Encuentro Grupo Editor.

Lasagni Colombo, V. X.; Tuzzo Gatto, M. R.; Aristizábal-Vallejo, N. *et al.* (2014). Viudez y Vejez en América Latina. *Revista Kairós Gerontología, 17*(1)9-26.

Lopata, H. Z. (1973). Self-Identity in Marriage and Widowhood. *The Sociological Quarterly, 14*(3), 407-418.

Molinié, M. (2006). *Soigner les morts pour guérir les vivants.* Paris : Le Seuil

Pochintesta, P. (2013). *Construcción social de la muerte en el envejecimiento. Un análisis de las representaciones de la muerte y su influencia como punto de inflexión en el curso de la vida*. Tesis Doctoral (Inédito).

Sánchez Vera, P. (2009). *Viudedad y vejez. Estrategias de adaptación a la viudedad de las personas mayores en España*. Valencia: Nau Llibres-Edicions Culturals Valencianes.

Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia [1990].

Utz, R. L., Carr, D., Nesse, R. y Wortman, C. B. (2002). The Effect of Widowhood on Older Adults' Social Participation An Evaluation of Activity, Disengagement, and Continuity Theories. *The Gerontologist, 42*(4), 522-533.

Worden, W. (1997). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Buenos Aires: Paidos.