



**Corporalidades femeninas, reflexiones en torno a la adultez mayor**

Juliana Castaño López

Trabajo de grado para optar por el título de Trabajadora Social

Asesora

Claudia Isabel Acevedo Gil, Socióloga, Magíster (MSc) en Educación y Desarrollo Humano

Coasesora

Mónica Londoño Martínez, Trabajadora Social, Magíster (MSc) en Género, Sociedad y Políticas

Universidad de Antioquia

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Trabajo Social

El Carmen de Viboral, Antioquia, Colombia

2024

---

Cita

(Castaño López, J, 2024)

---

Referencia

Castaño López, J (2024). *Corporalidades femeninas, reflexiones en torno a la adultez mayor* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, El Carmen de Viboral, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)



Grupo de Investigación Problemas sociales contemporáneos

Centro de Investigaciones Sociales y Humanas (CISH).

Asesoras de investigación Claudia Isabel Acevedo Gil y Mónica Londoño Martínez



**Repositorio Institucional:** <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - [www.udea.edu.co](http://www.udea.edu.co)

**Rector:** John Jairo Arboleda.

**Decana:** Alba Nelly Gómez García.

**Jefe departamento:** María Edith Morales Mosquera.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

## **Dedicatoria**

En honor a las mujeres que contribuyeron con sus vivencias para dar vida a este estudio y a todas las mujeres que enfrentan diariamente las múltiples formas en que el género impacta nuestras decisiones y percepciones. A pesar de los intentos por doblegarnos y cuestionar la relevancia de nuestros roles, seguimos adelante, reivindicándonos. Nos han desafiado, intentado hacer creer que nuestros aportes no son significativos, sin embargo, somos quienes, a través de nuestros cuidados, forjamos la sociedad. Este homenaje reconoce la importancia de nuestras luchas cotidianas.

## **Agradecimientos**

Este logro representa, sin lugar a duda, un testimonio de la colaboración y el apoyo brindado por muchas personas e influencias fundamentales en mi trayectoria. A lo largo de mi carrera, he aprendido que nada se construye en solitario. Por ello, deseo expresar mi profundo agradecimiento a todas aquellas personas que han sido pilares en este recorrido: mi familia, pareja y profesores, quienes han sido compañeros invaluable en mi formación profesional.

Y principalmente extendiendo un agradecimiento infinito al universo por permitirme vivir esta experiencia tan maravillosa. Parece haber conspirado a mi favor, guiándome hacia el camino que debía recorrer y brindándome una fortaleza que me ha sostenido a lo largo de toda mi existencia.

## Tabla de contenido

Resumen	8
Abstract	9
Introducción	10
1. Planteamiento del problema	11
1.1 Antecedentes	18
2. Justificación	27
3. Objetivos	29
3.1 Objetivo general	29
3.2 Objetivos específicos	29
4. Marco teórico	30
4.1 Estereotipos de género, construcción generalizada del ser mujeres	30
5. Marco normativo	40
5.1 Adultez mayor.	41
5.2 Mujeres	42
6. Metodología	50
6.1 Consideraciones éticas	54
7. Resultados	55
7.1 Capítulo I : Condiciones de las mujeres	55
7.2 Capítulo II: Feminización del envejecimiento	58
7.3 Capítulo III: Dinámicas de relacionamiento.	61
7.4 Capítulo IV: Educación y su implicación en la adultez mayor	71
7.5 Capítulo V: Condiciones de salud, más allá de los estereotipos	78

7.6 Capítulo VI: Adultez mayor, ciclo vital de conexión con la corporalidad	83
8. Conclusiones	85
9. Recomendaciones	87
10. Referencias bibliográficas	88
11. Anexos	93
11.1 Anexo 1. Consentimiento informado	93
11.2 Anexo 2. Guía de entrevista semi estructurada #1	97
11.3 Anexo 3, Guía entrevista semi estructurada # 2	99
11.3 Anexo 3. Plegable entregado a las mujeres participantes de la investigación	101

No se encuentran entradas de índice.

## **Tabla de figuras**

1. Población por sexoy grupos de edad, El Retiro 2022	12
2. Pirámide poblacional, El retiro 2022	13

## **Siglas, acrónimos y abreviaturas**

<b>Atlas Ti</b>	Software para el análisis de datos en estudios cualitativos
<b>LGTBIQ+</b>	Comunidad lesbiana, gay, trans, bisexual, Intersexual, queer, entre otros
<b>MSc</b>	Magister Scientiae
<b>ONU</b>	Organización de las Naciones Unidas
<b>OMS</b>	Organización Mundial de la Salud
<b>SISBÉN</b>	Sistema de identificación de potenciales beneficiarios de programas sociales
<b>SUIN Juriscol</b>	Sistema único de información normativa
<b>UdeA</b>	Universidad de Antioquia
<b>VBG</b>	Violencias basadas en género

### **Resumen**

Esta investigación titulada "Corporalidades femeninas: reflexiones sobre la adultez mayor" constituye un trabajo de grado que aborda la vivencia de las mujeres en esta etapa desde una perspectiva de género. Llevada a cabo en el municipio de El Retiro, Colombia, la investigación se sustentó en entrevistas realizadas a cinco mujeres mayores de 60 años. El propósito fundamental de este estudio fue examinar los desafíos a los que se enfrentan las mujeres en la adultez mayor, proponiendo recomendaciones concretas destinadas a mejorar su calidad de vida.

Los resultados obtenidos revelan que las mujeres en la adultez mayor confrontan obstáculos vinculados a su salud, autonomía y participación social. Estos desafíos, según se evidencia, están influidos por factores de género y de clase social.

El documento ofrece una reflexión profunda y crítica sobre la experiencia de las mujeres en la adultez mayor, y plantea recomendaciones específicas con el objetivo de dismantelar estereotipos negativos asociados a este ciclo vital, todo ello en pro de mejorar significativamente su calidad de vida.

*Palabras clave:* Mujeres, estereotipos de género, adultez mayor, bienestar.

### **Abstract**

This research entitled "Feminine Corporalities: reflections on older adulthood" is a graduate work that addresses the experience of women at this stage from a gender perspective. Carried out in the municipality of El Retiro, Colombia, the research was based on interviews with five women over 60 years of age. The main purpose of this study was to examine the challenges faced by women in older adulthood, proposing concrete recommendations aimed at improving their quality of life. The results obtained reveal that women in older adulthood face obstacles related to their health, autonomy and social participation. These challenges, as evidenced, are influenced by gender and social class factors.

The document offers a deep and critical reflection on the experience of women in older adulthood, and makes specific recommendations aimed at dismantling negative stereotypes associated with this life cycle, all in order to significantly improve their quality of life.

*Key words:* Women, gender stereotypes, older adulthood, well-being.

## **Introducción**

La adultez mayor es una etapa de la vida que conlleva una serie de desafíos y transformaciones tanto físicas como sociales. En particular, las mujeres que transitan por esta fase experimentan una serie de estereotipos y significaciones en relación con su identidad de género, su percepción del cuerpo y sus roles en la sociedad. Este estudio se adentrará en la exploración de los estereotipos existentes en torno a ser mujer en el ciclo vital de la adultez mayor, centrándose en las construcciones de significado en relación con los cambios percibidos en el cuerpo y sus experiencias en esta etapa.

El contexto de estudio es el municipio de El Retiro, Antioquia, el cual se ha visto inmerso en una creciente tendencia de envejecimiento poblacional, como se refleja en los datos proporcionados por ASIS (2022). Este fenómeno demográfico se caracteriza por un aumento constante en la proporción de población adulta mayor, proyectando un panorama de continua expansión en los años venideros. En este escenario de envejecimiento poblacional, las mujeres adultas mayores emergen como un grupo demográfico significativo y digno de atención especial debido a las particularidades que enfrentan en términos de salud, bienestar, participación social y económica.

Este estudio se erige como una respuesta a la necesidad de comprender y abordar los desafíos y las oportunidades que estas mujeres enfrentan, así como para desentrañar las complejas dinámicas de género y envejecimiento que influyen en sus vidas. A través de la exploración de estereotipos y significaciones en torno al ser mujer en la adultez mayor, se busca arrojar luz sobre las experiencias, perspectivas y necesidades de este grupo demográfico, con el objetivo de contribuir a la promoción de un envejecimiento saludable, pero sobre todo inclusivo

## 1. Planteamiento del problema

Según un informe de Help Age International (2015), se observa una creciente tendencia de envejecimiento en la población a nivel mundial. En dicho año, la proporción de adultos mayores en la población global alcanzó un 12 por ciento, lo que equivale a aproximadamente 901 millones de personas. Se proyecta que para el año 2050, esta cifra aumente significativamente hasta llegar al 21.5 por ciento, es decir, alrededor de 2.100 millones de personas adultas mayores.

En el contexto local, en el municipio de El Retiro, Antioquia, esta tendencia se ha acentuado, como se explica en el marco del plan de desarrollo "El Retiro, contigo siempre" (2020). Esto se debe en gran medida a la migración de personas jubiladas y pensionadas que previamente residían en Medellín y que buscan una alternativa de vida más tranquila en comparación con la agitada rutina de las ciudades.

Según ASIS (2022), el municipio de El Retiro, Antioquia, cuenta con una población total de 25.534 habitantes. De esta población, el 56.8 por ciento, es decir, 14.506 personas, residen en la zona urbana, mientras que el 43.2 por ciento, equivalente a 11.028 personas, habitan en la zona rural.

**Gráfica 1.**

1 Población por sexo y grupo de edad, El Retiro 2022



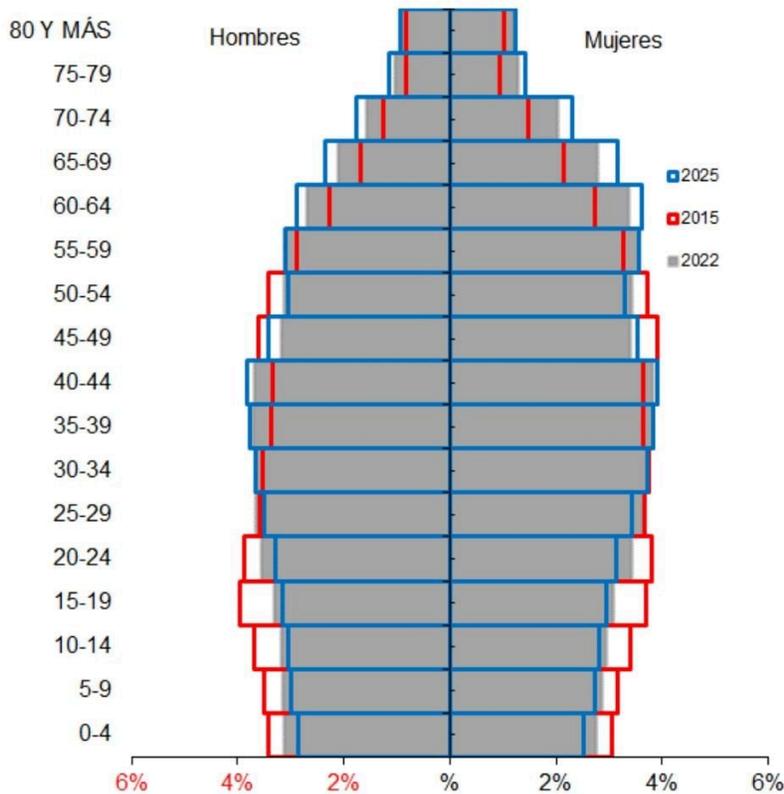
La población caracterizada son hombres y mujeres, de diferentes ciclos vitales habitantes del municipio de El Retiro.  
*Fuente.* (ASIS, 2022, Citando al ministerio de salud y protección social)

En El Retiro, Antioquia, la distribución de la población según el sexo muestra una mayor proporción de mujeres en comparación con los hombres, según datos de ASIS (2022). Concretamente, las mujeres representan el 51.2% de la población total, mientras que los hombres constituyen el 48.8%.

Es relevante destacar que este patrón de distribución de género experimenta variaciones cuando se analiza por grupos de edades específicos. En el segmento de la población menor de 25 años, predomina la presencia de hombres. Sin embargo, a medida que se supera esta franja de edad, la proporción de mujeres supera a la de hombres, siendo más notoria esta diferencia en la población de 60 a 79 años, donde las mujeres son significativamente más numerosas en comparación con los hombres.

**Gráfica 2.**

## 2 Pirámide poblacional, El Retiro 2022



La población caracterizada son hombres y mujeres, de diferentes ciclos vitales habitantes del municipio de El Retiro.  
*Fuente.* (ASIS, 2022, Citando al ministerio de salud y protección social)

Según se puede apreciar en la Gráfica 2, en El Retiro, Antioquia, la población menor de 25 años ha experimentado una disminución entre los años 2015 y 2022, y se prevé que esta tendencia continúe en los próximos años. Por otro lado, el grupo de personas mayores de 25 años muestra un aumento en su población durante el mismo período. Proyectando hacia el año 2025, se anticipa que la población infantil y juvenil disminuirá de manera significativa, mientras que la población adulta y de adultos mayores seguirá creciendo.

En el periódico de la Universidad de Antioquia llamado Alma Mater, Cruz Lopera (2023), citando a Nubia Amparo Giraldo, profesora de la Escuela de Nutrición y Dietética e investigadora

del Grupo de Investigación en Alimentación y Nutrición Humana, señala que el crecimiento acelerado de la población adulta mayor se atribuye a tres razones fundamentales. Estas razones incluyen el aumento de la esperanza de vida, la disminución de la tasa de fecundidad y los avances en atención médica, que han permitido a las personas alcanzar rangos de edad más avanzados que en épocas anteriores.

En este contexto, Peláez Mondragón (2017) aborda la adultez mayor como una fase del ciclo vital influida por una serie de peculiaridades individuales y factores contextuales. Estos factores, como la estabilidad económica, el estilo de vida, el acceso a condiciones de salud adecuadas y el entorno social, determinan las vivencias de cada individuo en esta etapa. Además, la adultez mayor se caracteriza por cambios biológicos y alteraciones en los roles que las personas desempeñan en la sociedad.

Sin embargo, en medio de estos cambios, surge lo que Carbajo Vélez (2009) denomina "el estereotipo biológico" sobre la vejez. Este estereotipo implica que las personas consideren el envejecimiento como un proceso de involución o senilidad, marcado por la cercanía a la muerte y una etapa vital cargada de achaques físicos, enfermedades y trastornos psicofisiológicos que requieren asistencia médica continua.

Es así, como en el transcurso de la vida, las personas se enfrentan a una constante presión social que impone y perpetúa estereotipos relacionados con cómo debe ser el cuerpo físico y cómo deben comportarse de acuerdo con el rol culturalmente asignado, el cual generalmente es determinado por el ciclo vital que transitan. Estos imaginarios no siempre están vinculados al aspecto físico de cuerpos reales ni a las experiencias cotidianas, lo que a menudo resulta en una baja autoestima. Los estereotipos son un fenómeno que se manifiesta en todos los grupos sociales, pero su naturaleza varía según los modelos culturales y las épocas, y están estrechamente ligados a las relaciones de poder (Lagarde y de los Ríos, 2005).

Cuando se trata de estereotipos, es evidente que existe una estrecha relación con el género. A lo largo de la historia, hombres y mujeres han sido enmarcados en roles distintos y se

les ha impuesto una serie de expectativas específicas. Existe una expectativa cultural de lo que significa ser mujer; un conjunto de normas y estándares de belleza que determinan si se considera que una mujer ha tenido éxito o fracaso y en este sentido, se encuentran bajo una presión significativa para cumplir con esta "idealidad femenina", y es contra ellas que se ejerce mayor presión.

Los estereotipos hacia las mujeres desprecian que el cuerpo femenino revele las señales del envejecimiento. Ubicándonos en el grupo poblacional propio de esta investigación, podemos describir que a menudo son percibidas como "acabadas" y, en consecuencia, se buscan diversas estrategias para mantener una apariencia joven, en línea con el imaginario de ser más atractivas. Este estereotipo se explota en la publicidad y la industria comercial para promover productos que prometen combatir los signos del envejecimiento. En este sentido

El cuerpo joven se asocia con lo bello, lo sano y lo perfecto, mientras que su contrario, el cuerpo viejo representa lo feo, lo enfermo y lo imperfecto por decrepito. En la firmeza muscular, la tonicidad de la piel y la frescura del rostro se centra la exaltación de lo deseable, y a partir de ahí se promueven incesantemente productos estéticos que prometen devolver la lozanía y la tersura a aquellas partes del cuerpo que han sucumbido a la impronta de la edad. Por ello, el cuerpo viejo debe ser manipulado, intervenido incesantemente para devolverle el aspecto de juventud que ha perdido por la aparición de las arrugas, las canas o las manchas propias de la edad. Envejecer o volverse viejo no es una opción en las sociedades posmodernas, pues es construida en contraposición a los valores humanistas y de cuidado. (Vivero Marín, 2015, p. 67).

Esto revela una preocupante tendencia de mercantilización del cuerpo femenino y la persistencia de estereotipos de género profundamente arraigados en la sociedad. Estos estereotipos no solo influyen en la percepción de las personas, sino que también se perpetúan a través de los medios de comunicación, lo que resulta en la promoción de conductas discriminatorias hacia las diversas manifestaciones de la feminidad.

En una sociedad patriarcal, las mujeres son valoradas principalmente por su capacidad reproductora y sus roles tradicionales en el cuidado de otros. Además, se promueve un ideal de belleza estrechamente vinculado con la juventud y la salud, ubicándolas en el centro de esta presión estética y social. Esta idealización de las mujeres varía según los estándares culturales y comerciales de cada sociedad, lo que se refleja en anuncios publicitarios que a menudo representan a las mujeres como madres y amas de casa al promocionar productos domésticos.

Esta representación del género se enmarca en estereotipos patriarcales que limitan el papel de las mujeres a posiciones de sumisión y dependencia en relación con los hombres. Lo preocupante de esta situación es que estos estereotipos no solo imponen una visión hegemónica sobre el cuerpo y los roles de género, sino que también generan una marcada discrepancia entre la imagen corporal real de las mujeres y el cuerpo deseado según los estándares impuestos. Además, se extiende a la forma de vida, donde se espera que las mujeres sigan un estilo de vida estereotipado y no autónomo.

Los estereotipos en torno a las mujeres enfatizan la importancia de tener un cuerpo joven y atractivo. Esto provoca que sientan temor frente al proceso natural de la menopausia, que a menudo se asocia con la vejez y la pérdida de atractivo físico, pues la juventud se ha convertido en un estándar de belleza tan arraigado, que llegar a la tercera edad puede llevar a que las mujeres se perciban a sí mismas y sean percibidas por los demás como menos atractivas.

Vivero Marín (2015) destaca que las mujeres en adultez mayor son doblemente invisibilizadas, ya que se las considera no conformes con las dos características que la sociedad patriarcal considera esenciales para definir a una mujer: la juventud y la capacidad de reproducción. Estos estereotipos imponen una visión restrictiva sobre cómo deben ser y existir las mujeres en el mundo, y la falta de conformidad con estos estándares conduce a una sensación de confusión y desamparo tanto en relación con una misma como en la percepción de otras mujeres en la sociedad. Es así como pueden experimentar sentimientos de pérdida y duelo relacionados con la percepción de sus cuerpos en el contexto de la juventud frente a los cambios biológicos

que son propios de la edad avanzada, tanto la apariencia física como la funcionalidad corporal, lo que tiene un impacto negativo en su autoconcepto y autoestima.

Es importante destacar que este proceso de percepción del envejecimiento difiere entre hombres y mujeres. Torrado Ramos, et al (2021) ejemplifica claramente esta disparidad de género mediante la percepción de las canas que son una característica natural del proceso de envejecimiento. En el caso de las mujeres, la presión social y la influencia de los estándares de belleza idealizados las llevan a sentir la necesidad de ocultar sus canas como una forma de mantener una apariencia juvenil y, por ende, considerada atractiva. Este consejo de teñir las canas se presenta como un acto de "amor propio", sugiriendo que solo al negar el proceso natural de envejecimiento pueden sentirse bien consigo mismas.

Por otro lado, en el caso de los hombres, la presión para teñir las canas no es tan prevalente. En lugar de eso, las canas en los hombres a menudo se asocian con la madurez, la sabiduría y el éxito social. Esta percepción refleja cómo la sociedad valora positivamente el envejecimiento masculino y cómo los hombres no enfrentan la misma presión para ocultar las señales del tiempo. Esta diferencia en la percepción de las canas subraya cómo los estereotipos de género dictan las expectativas sobre cómo las personas, en este caso, las mujeres, deben envejecer y cómo deben mantener o ajustar su apariencia para cumplir con esas expectativas.

Los estereotipos ligados a la vejez femenina no sólo se limitan al aspecto físico y a los roles que deben desempeñar, también trasciende en el ámbito erótico; pues hay quienes conciben que las expresiones sexuales en la vejez femenina como la intimidad, las actividades eróticas y el deseo sexual son anormales e inapropiadas, mucho más en las mujeres que en los hombres, pues es mejor visto a un hombre casarse en la vejez que a una mujer. Al respecto González Rivera (2010) considera que hay condiciones orgánicas que afectan el funcionamiento fisiológico de algunas mujeres adultas mayores por diversos factores como el uso de ciertos medicamentos que disminuyen la frecuencia de la actividad sexual, pero esto, como en diversos ámbitos de la vida humana, actúa de acuerdo con las características individuales de cada mujer. Además, anota que algunas de ellas hacen suyos los estereotipos corporales ligados a la belleza y relacionan la

actividad sexual con la reproducción que, en efecto, disminuye la disposición hacia las experiencias eróticas.

La subestimación generalizada de este ciclo de vida conduce a la exclusión y la invisibilización. Los términos utilizados para referirse a las personas mayores son "viejo", "anciano" que, aunque en sí mismos no son despectivos, han adquirido connotaciones negativas en nuestra sociedad. Esta imagen negativa de la vejez, junto con la gerontofobia (el miedo y rechazo hacia las personas mayores), no solo afecta a las personas en la vejez, sino que también influye en la forma en que las personas perciben su propia vejez, cercana o lejana.

### **1.1 Antecedentes**

La percepción de la vejez es un fenómeno que ha experimentado cambios significativos a lo largo de la historia, siendo moldeada por las construcciones sociales y culturales de cada época. Esta variabilidad en la forma en que se percibe la vejez puede oscilar entre concebirla como un proceso positivo o, por el contrario, como un período de declive y negatividad. La existencia arraigada de estereotipos relacionados con la vejez ha dado lugar a la discriminación sistemática de las personas adultas mayores, limitando las oportunidades y actividades que esta población puede disfrutar y llevar a cabo, perpetuando desigualdades y marginación en su vida cotidiana. En este contexto, es crucial comprender la evolución de estas percepciones y estereotipos relacionados con la vejez, así como sus consecuencias, con el fin de promover una visión más equitativa de la vejez en la sociedad actual.

Para explicar el proceso de socialización y la construcción de estereotipos, Erik Erikson propone la teoría de los estadios psicosociales. Según esta teoría, todos los seres humanos atraviesan una serie de etapas cruciales en su desarrollo, cada una caracterizada por dos fuerzas en constante conflicto: las fuerzas sintónicas (que fomentan la confianza) y las fuerzas distónicas (que generan desconfianza). Estas etapas se encuentran intrínsecamente ligadas al sistema físico que compone el cuerpo (soma), al proceso mental que organiza las experiencias individuales y

forma el yo (psique), así como a la organización cultural y la interdependencia entre las personas (ethos).

Erikson subraya la importancia de las relaciones sociales en el desarrollo humano, destacando que las personas evolucionan a través de sus capacidades y disposiciones internas, mientras que la sociedad influye en la formación de la personalidad mediante las relaciones sociales significativas y los principios de orden social, que pueden ser tanto vinculantes como desvinculantes.

El desarrollo según esta teoría consta de ocho etapas, y cada una de ellas depende de las anteriores. Durante estas etapas, se producen conflictos que deben resolverse, y esta resolución determina si la persona adquiere las cualidades psicológicas necesarias para afrontar los desafíos propios de cada fase vital.

En el contexto del proceso de envejecimiento, es crucial destacar la relevancia de varios estudios que arrojan luz sobre esta etapa vital. Uno de estos estudios es el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de 2015, que proporciona valiosas perspectivas sobre el envejecimiento y sus múltiples facetas.

Este informe enfatiza la complejidad del proceso de envejecimiento y su relación con diversos factores, especialmente en el ámbito biológico. Se subraya que el envejecimiento está estrechamente relacionado con la acumulación gradual de daños moleculares y celulares en el organismo. Estos daños, con el tiempo, reducen progresivamente la capacidad fisiológica de un individuo y aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades, que en última instancia pueden llevar a la muerte. Sin embargo, se destaca que estos cambios varían de una persona a otra.

Además de los cambios biológicos, el informe resalta la importancia de comprender los aspectos psicosociales del envejecimiento. Se enfatiza que la vejez no solo implica cambios físicos, sino también la adaptación a nuevos roles y relaciones sociales.

En relación con la salud en la vejez, el informe destaca que el envejecimiento no solo se trata de la presencia de enfermedades específicas, sino también de cómo estas condiciones interactúan con el entorno y afectan la funcionalidad de esta población. Se señala que, con el paso del tiempo, aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, que pueden incluir problemas de audición, visión, movilidad y diversas enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, cáncer y demencia. Se enfatiza que la multimorbilidad, es decir, la coexistencia de múltiples enfermedades en una misma persona es una realidad común en la vejez y puede tener un impacto sustancial en la calidad de vida.

El informe destaca la importancia de abordar las necesidades de salud en la vejez de manera integral. Se subraya que los sistemas de salud que se ocupan de las demandas de las personas adultas mayores de manera integrada tienden a ser más efectivos. Además, reconoce el papel fundamental del entorno y los factores contextuales en la determinación de la funcionalidad. Señala el proceso de envejecimiento como un fenómeno multifacético que involucra cambios biológicos y psicosociales y que es necesario abordar eficazmente la salud en la vejez y mejorar la calidad de vida de las personas mayores, es esencial adoptar estrategias que consideren estos aspectos.

Asimismo, diversos autores han abordado el tema del envejecimiento desde múltiples perspectivas. Colom Bauzá (1999), por ejemplo, plantea que la vejez se encuentra intrínsecamente vinculada al progreso y al desarrollo, ya que los avances en la medicina y la ciencia ha contribuido significativamente al tratamiento de enfermedades, lo que a su vez ha permitido que las personas alcancen edades avanzadas. Durante mucho tiempo, esta etapa de la vida se percibió como un ciclo estático, y la investigación predominó en las etapas anteriores, como la niñez, la adolescencia y la adultez.

Como otros estudiosos, Colom Bauzá destaca que la vejez solía ser asociada con la involución y enfatiza en la necesidad de superar el modelo universal de interpretación. En lugar

de considerarla como una etapa estática, aboga por comprender la vejez como una fase que evoluciona de manera única en cada individuo.

En consonancia con las perspectivas previamente mencionadas, Carbajo Vélez (2010) profundiza en la importancia de contextualizar el proceso de envejecimiento. Este enfoque implica reconocer que el envejecimiento es un fenómeno profundamente personal y subjetivo, que varía significativamente de una persona a otra. No se trata de un proceso universal, es decir, que todas las personas en este ciclo vital lo experimenten de la misma manera, sino que está estrechamente relacionado a las circunstancias individuales como los estilos de vida, el estado de salud y los recursos personales.

La autora además destaca que existen una serie de estereotipos asociados con la vejez que pueden influir en la percepción de la adultez mayor. Por un lado, la sociedad tiende a relacionar la vejez con la presencia de enfermedades crónicas y limitaciones físicas, lo que puede llevar a una visión negativa y paternalista de la tercera edad. Sin embargo, también reconoce que existen percepciones positivas en torno a las personas mayores, como la atribución de sabiduría acumulada a lo largo de sus vidas y la noción de que esta etapa se conoce comúnmente como "la edad dorada".

La obra de Carbajo Vélez desafía estos estereotipos y adopta una visión más completa y equilibrada de la vejez. En lugar de generalizar, considera las diferencias individuales y reconoce los diversos componentes de esta etapa de la vida.

Saüch y Castañer (2013) contribuyen al entendimiento de la imagen corporal y su evolución a lo largo de las etapas de la vida, incluyendo lo que denominan etapas "involutivas", haciendo referencia específicamente a la adultez mayor. Su estudio cualitativo involucra a dos grupos poblacionales: adúlteses jóvenes y adúlteses mayores, y se enfoca en las representaciones del ideal corporal. Los resultados revelan que, en ambas poblaciones, el ideal corporal está vinculado con la juventud, y que los cambios biológicos asociados al envejecimiento pueden contribuir a un autoconcepto negativo.

Este hallazgo subraya cómo la presión social para mantener una apariencia juvenil prevalece en la sociedad actual, lo que puede llevar a que las personas adultas mayores experimenten inseguridades relacionadas con su apariencia física. Además, evidencia la importancia de abordar de manera más integral y positiva la percepción de la imagen corporal en la adultez mayor, reconociendo que las nociones de belleza y salud deben adaptarse a las diferentes etapas de la vida. En última instancia, el estudio de Saüch y Castañer destaca la necesidad de promover una comprensión más inclusiva y respetuosa de la imagen corporal en todas las edades, desafiando la normativa cultural que idealiza la juventud y promoviendo una apreciación de la belleza en todas sus manifestaciones a lo largo de la vida.

Como introducción a la investigación de Peláez Mondragón (2017), es importante destacar que su enfoque se alinea con las perspectivas de los autores mencionados en cuanto a la necesidad de contextualizar la experiencia de este ciclo vital. Pues en estos estudios se comparten la premisa fundamental de que la vejez no puede ser reducida a estereotipos ni generalizaciones. Con esta base conceptual, la investigación de Peláez Mondragón (2017) se enfoca en un análisis comparativo entre mujeres jubiladas y mujeres amas de casa, con el propósito de identificar diferencias significativas en lo que respecta a la calidad de vida y estilo de vida durante la etapa de la vejez. A diferencia de los estudios presentados anteriormente que se centran en estereotipos y percepciones generalizadas de la vejez, este trabajo pone su atención en las actividades cotidianas y los roles desempeñados a lo largo de toda la vida.

Un aspecto destacado de esta investigación es la consideración del tiempo libre. En el pasado, tanto las mujeres jubiladas como las amas de casa solían tener limitado su disfrute del tiempo libre debido a las responsabilidades domésticas. Sin embargo, en la vejez, se observa un cambio en esta dinámica, con un mayor aprovechamiento del tiempo libre por parte de ambos grupos de mujeres.

Otro punto de análisis aborda los hábitos saludables, donde se identifican diferencias notables en función de la capacidad económica. Las mujeres jubiladas tienden a contar con un

seguro médico que les permite acceder a revisiones médicas periódicas, lo que contribuye a una mejor salud y calidad de vida. En contraste, las amas de casa suelen acudir al médico solo en situaciones de necesidad, lo que podría resultar en un mayor número de problemas de salud que afectan negativamente su calidad de vida.

Esta investigación arroja luz sobre la importancia de los roles desempeñados a lo largo de la vida y las diferencias en el estilo de vida entre mujeres jubiladas y amas de casa. A pesar de no centrarse en estereotipos corporales, proporciona valiosas perspectivas sobre las experiencias de estas mujeres en su transición a la vejez, ya que la forma en que se experimenta y se afronta depende de los recursos individuales que se hayan acumulado a lo largo de ciclos vitales previos.

A medida que exploramos investigaciones centradas en la adultez mayor, se hace evidente una prevalencia de estudios que idealizan la juventud como el estándar de feminidad, mientras que la atención al cuerpo femenino en la vejez es notablemente limitada. Este desequilibrio plantea la preocupación de que incluso en el ámbito académico, el cuerpo viejo femenino permanece en gran medida invisibilizado. Entre las escasas investigaciones que abordan esta temática, destaca el trabajo de Vivero Marín (2015), que realiza una contrastación entre las experiencias de las mujeres jóvenes y cómo los medios de comunicación influyen en la construcción de ideales corporales, mientras que, al mismo tiempo, las mujeres adultas mayores enfrentan una doble discriminación. Primero, debido a su género, ya que la transmisión transgeneracional de valores machistas y patrones de funcionamiento a menudo niegan las diversas formas de ser mujer. Segundo, debido a su edad, ya que el ideal femenino se encuentra estrechamente ligado a la juventud, marginando a las mujeres adultas mayores al margen de la feminidad, al considerar que carecen de las dos características socialmente construidas como fundamentales para ser mujer: la juventud y la capacidad de llevar a cabo actividades reproductivas. En este contexto, Vivero Marín resalta la imperiosa necesidad de enfocar la atención en el cuerpo viejo femenino, con el propósito de redefinirlo y otorgarle un nuevo significado, dado que actualmente se encuentra lejos de ser considerado deseable y se le priva de la oportunidad de seguir contribuyendo con conocimiento y apoyo a la sociedad. Esta investigación nos invita a reflexionar sobre la importancia de desafiar las construcciones

estereotipadas de la feminidad y reconstruir la percepción de las mujeres mayores en nuestra cultura.

Torrado Ramos Et Al (2021) aportan una perspectiva enriquecedora al abordar la corporalidad en la vejez, centrándose específicamente en la relación entre el cuerpo viejo femenino y la sexualidad, basándose en la experiencia de un grupo de mujeres y hombres adultos mayores en la Ciudad de México. Su investigación resalta la relevancia de adoptar un enfoque plural al discutir sobre los cuerpos, lo que implica reconocer que existen múltiples formas en las que estos pueden presentarse. En la vejez, los cambios físicos biológicos pueden impactar la percepción de una misma, en gran parte debido a las construcciones sociales históricas que han atribuido un significado negativo a dichos cambios, lo que a menudo provoca sentimientos de duelo y pérdida al comparar constantemente la corporalidad presente con la juvenil. Este enfoque también coincide con la observación de Colom Bauzá (1999) de que el proceso de envejecimiento difiere entre hombres y mujeres debido a las normas y expectativas socialmente construidas asignadas a cada género, más que a atributos inherentes basados en el sexo. Además, la investigación de Torrado Ramos Et al resalta la presencia de una carga psicológica significativa en el proceso de adaptación de las mujeres, resultado de las influencias históricas y sociales que han mediado en las cuestiones del género; mientras que para las mujeres el duelo se asocia a menudo con los cambios en la corporalidad, en el caso de los hombres, está relacionado con declives en el rendimiento físico. Esta investigación profundiza en la complejidad de la experiencia del envejecimiento, destacando las diferencias de género y resaltando la necesidad de considerar tanto los aspectos biológicos como los sociales en el estudio de la vejez y la corporalidad.

En este contexto, Cuevas Ocampo (2018) destaca que los imaginarios sociales desempeñan un papel fundamental en la construcción de la identidad y la percepción individual en la sociedad. Adoptar estos ideales culturales puede generar una sensación de bienestar, mientras que desviarse de ellos puede llevar a un sentimiento de desvalimiento. En el caso de la edad, se observa que se asocia comúnmente con determinados parámetros establecidos en relación con el estilo de vida. La frase popular de "estar en edad de..." se torna particularmente relevante en la tercera edad, donde a menudo se asocia la vejez con la capacidad reproductora,

como se refleja en la expresión "estar en edad de ser abuela". Esta percepción social puede ser excluyente, ya que, en la posmodernidad, las mujeres han experimentado un cambio en sus imaginarios, donde la maternidad ya no tiene la misma relevancia que en épocas pasadas. No obstante, sigue siendo un factor que puede generar rechazo y estigmatización, a pesar de que la realidad y las aspiraciones de las mujeres han evolucionado. Este fenómeno subraya la necesidad de cuestionar y replantear los estereotipos de género arraigados en la sociedad, así como de promover una visión más inclusiva y actualizada de la feminidad en todas sus facetas, incluyendo la vejez.

Dentro del contexto de generalizaciones y estereotipos negativos que rodean a las mujeres adultas mayores, González Rivera (2010) destaca la existencia de diversos estereotipos asociados a la vejez, pero resalta que, en el ámbito sexual, las mujeres en esta etapa de la vida son frecuentemente señaladas como desagradables e inmorales, una crítica que se dirige exclusivamente a las mujeres en este ciclo vital. Este fenómeno, como señala Vivero Marín (2015), se atribuye en gran medida a la influencia de los medios de comunicación, que socializan y perpetúan estereotipos excluyentes, al mismo tiempo que promueven la idea de que la juventud está relacionada con la sexualidad como ideal.

González Rivera también observa que este estigma no se limita al ámbito familiar; en muchas ocasiones, los hijos muestran más consideración hacia la posibilidad de que su padre rehaga su vida amorosa que hacia la madre, a quien a menudo se infantiliza y rechaza cuando se trata de nuevas relaciones románticas. Las mujeres adultas mayores, como resultado de su inmersión en una cultura que perpetúa estos estereotipos, interiorizan estas percepciones y, en muchos casos, optan por no buscar nuevas relaciones amorosas. Este análisis subraya la necesidad de cuestionar y transformar los estereotipos y prejuicios que afectan a las mujeres mayores, al tiempo que se promueve una visión más inclusiva y respetuosa de la sexualidad y la vida amorosa en la tercera edad.

En contraposición, Díaz Peris (2019) sostiene que no existe una edad institucionalizada que deba marcar el fin de la vida sexual. Más bien, argumenta que los cambios físicos y

funcionales que acompañan a la adultez mayor no deben ser vistos como una limitación para la actividad sexual, sino más bien como una oportunidad para reconsiderar y redefinir la sexualidad en esta etapa de la vida. Díaz Peris plantea que es importante desvincular la actividad sexual en la tercera edad de las construcciones sociales convencionales que históricamente han estado centradas en la reproducción. En cambio, sugiere que la actividad sexual en la adultez mayor puede ser vista como una expresión de intimidad y placer, desligada de la reproducción, lo que permite una perspectiva más amplia y positiva de la sexualidad, desafiando las normas convencionales y promoviendo una visión más inclusiva y respetuosa de la sexualidad en la tercera edad.

El trabajo de Lagarde y de los Ríos (2005) aporta una perspectiva fundamental al abordar la condición de la mujer desde un contexto histórico. La autora enfatiza en que la posición de la mujer en la sociedad es el resultado de procesos históricos complejos y sostiene que, si bien es diferente de la del hombre, no debe ser vista como su opuesta. Más bien, señala que existe una diferenciación de género basada en el sexo y la edad, dos características que desempeñan un papel crucial en las estructuras sociales y que, en ocasiones, pueden ser excluyentes y opresivas.

Un aspecto destacado de su enfoque es la noción de que el concepto de "mujeres" es central en los estudios feministas, y este concepto engloba las diversas formas en que una persona puede ser mujer. A pesar de que todas las mujeres experimentan discriminación debido a su género, Lagarde y de los Ríos argumenta que esta discriminación se manifiesta de manera diferente según el contexto social en el que se encuentren.

Además, enfatiza en la importancia de que las investigaciones feministas se acerquen a las experiencias de mujeres reales. Aboga por estudios realizados por mujeres que reflejen sus intereses, perspectivas y métodos de investigación, lo que difiere significativamente de la visión unilateral y patriarcal que a menudo caracteriza las investigaciones positivistas llevadas a cabo por hombres. En resumen, el enfoque de Lagarde y de los Ríos destaca la importancia de comprender la condición de la mujer desde una perspectiva histórica y feminista que reconoce la diversidad de las experiencias de las mujeres y promueve una investigación más inclusiva y

equitativa. Esta perspectiva es esencial para avanzar en la comprensión de las cuestiones de género en la sociedad.

Hablando de las “condiciones de las mujeres” abordada por Lagarde y de los Ríos (2005) en el estudio de Chaves Jiménez (2012) aborda la influencia del contexto social en la construcción de la identidad de cada individuo. Destaca que factores como la religión y la adhesión a sus postulados, las relaciones políticas y los discursos que se desprenden de ellas, los valores culturales transmitidos por la familia y la educación escolar, así como los medios de comunicación masiva que consumimos, desempeñan un papel crucial en la formación de nuestras percepciones sobre las diferencias de género. Estos diversos elementos culturales han contribuido a inculcar una variedad de ideas que perpetúan estereotipos relacionados con las diferencias entre los sexos, asignando roles que a menudo subestiman a un género en comparación del otro, lo que refuerza la noción de masculinidad y feminidad como categorías jerárquicas. Este estudio, destaca la necesidad de analizar y cuestionar los factores socioculturales que perpetúan la desigualdad de género y los estereotipos de género en la sociedad contemporánea.

El ensayo de Lamas (1994) se sumerge en una exploración de las conceptualizaciones relacionadas con la categoría de género y la relación con los cuerpos humanos y las estructuras sociales. A lo largo de su análisis, la autora defiende la creación de una sociedad más equitativa y destaca la necesidad de transformar las nociones convencionales de género que han prevalecido en la cultura. En este contexto, Lamas enfatiza cómo las leyes sociales, que son construcciones humanas, se inscriben en los cuerpos de las personas. Estas leyes, en muchos casos, no solo se adoptan y acatan, sino que también se interiorizan y reflejan en la forma en que los individuos se perciben a sí mismos y se relacionan con los demás.

Además, la autora resalta la importancia de dismantelar las construcciones sociales y culturales arraigadas en el sexismo y la homofobia, ya que estas ideologías limitan y restringen la diversidad y la inclusividad en la construcción de géneros. La deconstrucción de estos prejuicios culturales abre la puerta a nuevas posibilidades y a una comprensión más amplia y respetuosa de

los géneros, fomentando una sociedad en la que las personas puedan expresar su identidad de género de manera libre y auténtica, sin verse limitadas por las normas tradicionales de género.

Las revisiones bibliográficas que fundamentan este estudio del arte han explorado diversas investigaciones que abordan las construcciones sociales en torno al cuerpo y su impacto en la construcción de identidades a lo largo de las diferentes etapas de la vida. Sin embargo, es evidente que existe una brecha significativa en la literatura en lo que respecta al recorrido desde la adultez hacia la adultez mayor o vejez, etapas en las que se experimentan notables cambios en la imagen corporal y en las actividades cotidianas.

Es importante destacar que la población adulta mayor está experimentando un crecimiento significativo, y la expectativa de vida se ha convertido en un indicador clave de bienestar en nuestras sociedades. En este contexto, los estudios que se centran en este grupo poblacional tienen el potencial de ofrecer una visión más realista y menos excluyente de la experiencia del envejecimiento, desafiando los estereotipos y prejuicios arraigados en nuestra cultura.

En última instancia, este estudio del arte resalta la necesidad de ampliar la investigación y el diálogo académico sobre la imagen corporal y la identidad en la adultez mayor, reconociendo la importancia de comprender y valorar la diversidad de experiencias en esta etapa de la vida. Además, subraya la relevancia de promover una visión más inclusiva y respetuosa de la vejez en nuestras sociedades, en línea con la creciente longevidad de la población y la búsqueda de un envejecimiento saludable y significativo para todas y todos.

## **2. Justificación**

Realizar esta investigación desde una perspectiva de género en trabajo social ha sido un compromiso de dar visibilidad a las diversas formas de violencia de género que afectan a los cuerpos en general y, de manera destacada, a las mujeres. Este enfoque implica reconocer y abordar un problema que, con frecuencia, ha sido subestimado o ignorado.

Mi enfoque en la población de mujeres adultas mayores no fue una elección al azar, sino una decisión profundamente personal. Crecí siendo criada por cuatro mujeres que desempeñaron un papel fundamental en mi vida y que me enseñaron no solo cómo actuar, sino también cómo debía lucir. Pasé innumerables momentos viendo álbumes de fotos de sus juventudes, escuchándolas hablar con melancolía y orgullo sobre esos tiempos pasados que ya no volverían. Y era frecuente el uso de una frase común en sus conversaciones "cuando era joven y bella, jmm, a una ya no la voltean a ver". Para mí, siempre fueron bellas, y las admiraba profundamente, pero notaba que ellas no se percibían de esta manera.

Después de largos días llenos de responsabilidades de una "gran mujer" como cocinar, manejar máquinas de coser y llevar las comidas a los trabajos de sus esposos, las noches no significaban descanso para ellas. En cambio, las noches venían acompañadas de rituales de belleza exhaustivos para el cabello, la piel, las uñas y las cejas. A menudo las veía bostezar de sueño mientras se sometían a estos rituales, pero no se permitían descansar hasta que cada uno de ellos culminara.

Durante muchos años, esta rutina me acompañó sin que yo fuera consciente del mensaje subyacente detrás de estas acciones de "amor propio". A través de esta investigación, he llegado a comprender la importancia de explorar y comprender estas prácticas y la relación con la percepción de la belleza y el envejecimiento en la vida de las mujeres adultas mayores.

Me doy cuenta de que, al igual que yo, muchas mujeres hemos experimentado situaciones similares, situaciones que están tan normalizadas que a menudo no somos conscientes de la multiplicidad de formas en las que se expresan y reproducen los estereotipos de género. Es por esto por lo que, en el proceso de construir este problema de investigación, siento la necesidad de comprender cómo el discurso histórico y cultural ha construido un poder que permite interpretaciones hegemónicas sobre las existencias de las mujeres.

En estas interpretaciones hegemónicas, recaen mayoritariamente los prejuicios y estereotipos que afectan la percepción de las mujeres sobre sí mismas. Mi objetivo es explorar y desentrañar cómo estos discursos han influido en la forma en que las mujeres adultas mayores se relacionan con su propio cuerpo, su belleza y su proceso de envejecimiento. En última instancia, este proyecto de investigación busca dar voz a estas experiencias silenciadas y ofrecer una perspectiva crítica sobre cómo la sociedad ha influido en la percepción de la belleza y el envejecimiento en las mujeres. Así mismo, profundizar en la comprensión de las violencias, especialmente las discriminatorias, como un llamado político a la incorporación de perspectivas de género en todos los aspectos de la vida, incluyendo el ámbito privado.

Al revisar la literatura existente sobre mujeres adultas mayores, se observa que gran parte de los trabajos se centran en los estereotipos de género de forma general, pero no abordan las representaciones individuales que las propias mujeres tienen y experimentan en relación con esta etapa de la vida. Esto motiva la adopción de un enfoque cualitativo con perspectiva feminista, que busca explorar las construcciones de la identidad y el papel que ocuparon en su juventud, así como el que ocupan en la actualidad, desde las historias de vida individuales.

Este enfoque pretende desmontar los estereotipos generalizados sobre las mujeres en la vejez, reconociendo que este proceso es altamente individual y que no todas las mujeres lo experimentan de la misma manera. La investigación busca, en última instancia, dar voz a las experiencias personales de las mujeres adultas mayores y contribuir a una comprensión más completa y matizada de su realidad.

### **3. Objetivos**

#### **3.1 Objetivo general**

Comprender Las representaciones de las mujeres adultas mayores residentes del municipio de El Retiro participantes de este estudio sobre el ciclo vital que transitan.

### **3.2 Objetivos específicos**

- Caracterizar las mujeres adultas mayores habitantes del municipio del Retiro Antioquia que hacen parte de esta investigación.
- Presentar las concepciones y representaciones de las mujeres adultas mayores participantes de esta investigación sobre la adultez mayor.
- Abordar las concepciones y representaciones de las mujeres adultas mayores residentes del municipio del Retiro sobre su momento vital desde una perspectiva feminista.

## **4. Marco teórico**

La presente investigación, centrada en el análisis de los estereotipos femeninos relacionados con el cuerpo físico, los roles desempeñados en la tercera edad y la percepción de las participantes sobre este ciclo vital, se fundamenta en un marco teórico y conceptual que ha enriquecido y orientado la trayectoria de este estudio. Se proporcionará una visión general de los conceptos clave que han servido como pilares fundamentales para comprender y abordar la temática de manera integral. Estos conceptos desempeñarán un papel crucial en la interpretación y el análisis de los datos recopilados, permitiendo así una comprensión más profunda de los estereotipos de género en el contexto de la vejez.

### **4.1 Estereotipos de género, construcción generalizada del ser mujeres**

En el marco teórico de esta investigación, es crucial subrayar la importancia de utilizar el término "mujeres" en lugar de "mujer". Esta elección de lenguaje reconoce y respeta la diversidad de experiencias que cada mujer individualmente vive. Permite considerar las particularidades de cada una, su contexto histórico y las diferencias significativas que existen entre ellas debido a diversas condiciones del entorno en el que viven, como señala Lagarde y de los Ríos (2005) al referirse a estas condiciones como "condiciones de las mujeres".

Las discriminaciones que enfrentan las mujeres son el producto de diferentes construcciones culturales presentes en cada sociedad. En nuestra sociedad, Lagarde y de los Ríos (2005) señala que el patriarcado ocupa un lugar central como una estructura social que organiza las relaciones en función del género. Este sistema otorga un mayor poder a los hombres no solo sobre las mujeres, sino también sobre otros hombres que se encuentran en una posición inferior en la jerarquía, como aquellos de menor edad, con recursos limitados o pertenecientes a comunidades étnicas, entre otros ejemplos. En este sentido, el patriarcado no solo perpetúa actitudes machistas que limitan las oportunidades de las mujeres, sino que también es discriminatorio en términos de clase social y raza, incluso hacia sus pares.

Es crucial comprender que el patriarcado es una construcción social y cultural, lo que implica que no es inmutable. A lo largo de la historia, se ha transmitido de generación en generación con el propósito de estructurar las relaciones y formas de vida, pero también es susceptible de cambio. Como lo señala Lamas (1994), han surgido nuevos enfoques, como los feminismos, que han denunciado y desarrollado diversas estrategias para transformar las relaciones desiguales entre las personas y combatir y eliminar las diversas formas de discriminación y violencia dirigidas hacia las mujeres.

Esta transformación en la concepción de las ideas y en las dinámicas de poder confirma que el cambio es factible y resalta que la búsqueda de la igualdad y la eliminación de la discriminación de género no solo son valiosas, sino también esenciales. Los enfoques feministas han desempeñado un papel fundamental al desafiar las estructuras patriarcales y promover una sociedad más justa e igualitaria para todas las mujeres.

En esta línea de pensamiento, es fundamental reconocer que las construcciones sociales y culturales desempeñan un papel crucial en la perpetuación de estereotipos, como lo enfatiza Carbajo Vélez (2009). Estos estereotipos representan concepciones generalmente aceptadas sobre las características de un fenómeno o un grupo social particular, pero con frecuencia carecen de

precisión y contienen elementos despectivos, lo que los convierte en potenciales impulsores de comportamientos discriminatorios.

En este contexto, es relevante destacar la importancia de las ideologías, como apunta Lagarde y de los Ríos (2005). Estas ideologías proporcionan un marco de percepción del mundo que influye en la manera en que percibimos y valoramos diversos fenómenos. Esta perspectiva ideológica limitada puede llevar a una apreciación sesgada de ciertos aspectos y fenómenos, contribuyendo así a la consolidación y perpetuación de estereotipos y actitudes discriminatorias en la sociedad.

Las ideologías, que son creencias, valores y perspectivas arraigadas en el fondo de la mente de las personas, tienen un impacto significativo en la forma en que interpretamos la información, tomamos decisiones y nos relacionamos con los demás. Estas ideologías pueden ser procesos no conscientes, pero ejercen una influencia poderosa en nuestra vida cotidiana y abarcan una amplia gama de áreas, como la política, la religión, la cultura, el género, la raza, la economía, entre otras. Por tanto, es fundamental abordar y desafiar estas ideologías arraigadas, ya que tienen el potencial de moldear nuestra percepción y nuestras interacciones en la sociedad, y a menudo son responsables de la propagación de estereotipos y actitudes discriminatorias.

Asimismo, González Gabaldón (1999) señala que los estereotipos desempeñan un papel importante en la socialización e identificación de un individuo en relación con un grupo social. Cumplir con los estereotipos dominantes de dicho grupo es una forma de mantenerse integrado a él. Existe una estrecha relación, al igual que señala Carbajo Vélez (2009), con los conceptos de "prejuicio". Este último, como lo explica, consiste en creencias negativas en relación con un grupo social y con la discriminación. Además, se compone de tres elementos: el cognitivo (las construcciones que se han hecho del tema), el afectivo (las emociones que generan) y el conductual (las conductas que se desarrollan).

Podemos decir entonces que los estereotipos están estrechamente relacionados con la cultura, puesto que:

Por cultura entiendo esa dimensión de la vida, producto de la relación dialéctica entre los modos de vida y las concepciones del mundo, históricamente constituidos. La cultura es la distinción humana resultante de las diversas formas de relación dialéctica entre las características biológicas y las características sociales de los seres humanos. (Lagarde y de los Ríos, 2005, p 27).

Desde tiempos inmemoriales, las sociedades han empleado construcciones culturales para marcar diferencias entre hombres y mujeres, otorgándoles roles distintivos. A pesar de que nacemos en igualdad de condiciones, a medida que crecemos, nuestras vidas se ven moldeadas por la cultura, es decir, por las ideas preconcebidas y aceptadas por la sociedad. Estas ideas culturales nos asignan un lugar y roles específicos en función de nuestro sexo, teniendo en cuenta nuestras capacidades biológicas, y nos proporcionan pautas sobre cómo ser "femeninos" o "masculinos".

En consonancia con la perspectiva de Marta Lamas (1994), es crucial destacar que el concepto de género se origina en las interpretaciones que diversas culturas hacen de la diferencia sexual entre seres humanos. Estas culturas establecen representaciones binarias para varios aspectos del cuerpo y regulaciones diferenciadas para los cuerpos. El género influye en nuestras percepciones cotidianas, imponiendo normas y expectativas sociales, desde la definición de hombres y mujeres según sus genitales hasta la creación de diversas interpretaciones sobre cómo deben comportarse y ser los individuos en función de su género, de acuerdo con lo que se considera "apropiado" para cada uno.

En este contexto, la performatividad y la cultura de género están estrechamente interconectadas, ya que ambas reflejan el control que el género ejerce sobre los cuerpos, tanto en términos de la manifestación externa (posturas, gestos y otros comportamientos) como en lo que respecta a la emotividad, la afectividad y la subjetividad (Vivero Marín, 2015).

El concepto de performatividad de género, desarrollado por Judith Butler en la década de 1990, desafía las nociones tradicionales al afirmar que el género y su expresión no son rasgos esenciales e inmutables de una persona. En lugar de eso, las personas construyen su género a través de sus acciones, comportamientos y expresiones, influenciados y moldeados por la sociedad y la cultura en la que viven. La performatividad de género sostiene que no existe una esencia biológica o natural del género; en cambio, las personas interpretan y representan su género de acuerdo con las normas y expectativas sociales predominantes en su entorno.

Los estereotipos de género son etiquetas que se aplican a menudo de manera discriminatoria, reforzando una visión binaria y perjudicando especialmente a las mujeres. Estos estereotipos tienen el potencial de limitar la capacidad de las mujeres para tomar decisiones autónomas en sus vidas, y esta limitación se hace más evidente cuando se enmarca en una perspectiva tradicional y dominante que dicta los roles que se espera que las mujeres desempeñen. Estos roles predefinidos pueden ser restrictivos y obstaculizar el pleno desarrollo de las mujeres en la adultez mayor, lo que justifica la necesidad de explorar y comprender sus experiencias y desafíos en este contexto.

El marco teórico que subyace a la comprensión de las violencias basadas en género (VBG) se enraíza en las construcciones sociales del género, que, como se ha destacado previamente, interpretan y definen las normas y estereotipos asociados a cada sexo. Dentro de este contexto, la autora define las VBG como una especie de "prisión" o, en palabras de Lagarde y de Los Ríos, como "cautiverios". En esta "prisión", especialmente en lo que respecta a las mujeres, se desempeñan roles tanto de reclusas como de guardianas de la cultura patriarcal, manteniendo un control sobre cualquier comportamiento que desafíe las normas establecidas.

Estas normas y estereotipos son impuestas a través de la naturalización de las diferencias socialmente construidas, lo que agrava aún más la situación. Lo preocupante es que estas normas no solo se quedan en el ámbito de las interacciones sociales, sino que también se incorporan en las leyes, la medicina y la religión, consolidándolas como parte integral de los sistemas normativos sociales. Aquellos individuos que no se adaptan a estos estereotipos enfrentan sanciones sociales, que van desde la aniquilación moral hasta la aniquilación física.

Las VBG, aunque no son las únicas formas de violencia de género, son las que han recibido mayor atención en el discurso público. Esto se debe en gran medida al movimiento feminista, que se ha centrado en la visibilización de comportamientos que controlan y restringen las expresiones que no se ajustan a los patrones patriarcales. Este movimiento incluye la modificación de condiciones laborales, el acceso a la educación y la participación en la fuerza laboral, así como la redefinición de los roles en el ámbito del hogar y la crianza de los hijos.

Dentro del ideal femenino impuesto por las construcciones sociales, se espera que las mujeres asuman exclusivamente la responsabilidad de los cuidados en el hogar, tanto el de los hijos como el de personas enfermas. Además, se les atribuyen características como la ternura, la sensibilidad y la delicadeza, creando así expectativas que pueden ser restrictivas. A esto se suma la presión para que las mujeres cumplan con ciertos estándares de apariencia física, en los cuales se asocia la juventud con la belleza. Estos estereotipos de género pueden limitar la libertad de elección y la autoexpresión de las mujeres, al tiempo que perpetúan desigualdades y prejuicios.

Esto nos lleva a cuestionar el significado de "ser femenina". Se trata de un tema complejo y controversial relacionado directamente con los estereotipos de género y las construcciones sociales basadas en el sexo biológico. La sociedad establece directrices sobre cómo se espera que las personas se vean y actúen para ser aceptadas y reconocidas como mujeres. Esta noción de feminidad se convierte en una cualidad identitaria del ser mujer.

Autores relevantes que han explorado estas cuestiones incluyen a Judith Butler, quien ha desafiado la idea de que la feminidad es una característica inmutable y ha desarrollado la teoría de la performatividad de género. Según esta teoría, las personas construyen su género a través de sus acciones y comportamientos, influenciados por la sociedad y la cultura en la que viven. La feminidad no es una esencia biológica, sino una actuación social.

La feminidad, según las normas y expectativas sociales, suele estar asociada a una serie de características y comportamientos. Estos incluyen la delicadeza, la ternura, la sumisión, la

empatía y la preocupación por los demás. Además, la apariencia física desempeña un papel importante en esta construcción de la feminidad, ya que se espera que las mujeres cumplan con ciertos estándares de belleza que suelen incluir juventud, delgadez y una imagen «cuidada».

Es fundamental destacar que la feminidad no es estática, sino una construcción social que varía según la cultura, la época y el contexto. Las personas tienen diversas formas de vivir y expresar su feminidad, y estas expresiones pueden ser muy diversas. Algunas mujeres pueden sentirse identificadas con las características tradicionalmente asociadas a la feminidad, mientras que otras pueden adoptar una expresión de género más diversa y desafiar las normas establecidas.

En última instancia, la discusión sobre la feminidad pone de manifiesto la importancia de cuestionar los estereotipos tradicionales que limitan la expresión y la identidad de género de las personas. El reconocimiento de la diversidad y la autonomía en la elección de cómo ser, cómo lucir y expresar la feminidad es fundamental para promover relaciones más equitativas entre las personas.

Una condición de la mujer es constituida por las características genéricas que teóricamente comparten todas las mujeres. La condición de la mujer es una creación histórica cuyo contenido es el conjunto de circunstancias, cualidades y características esenciales que definen a la mujer como ser social y cultural genérico: ser de y para los otros. (Lagarde y de los Ríos, 2005, p 33)

El tema de la feminidad, según Chávez Jiménez (2012), ha estado históricamente marcado por la desigualdad de género, arraigada en la visión patriarcal que establece una relación de poder superior e inferior, donde el hombre ejerce el control y la mujer obedece. Esta diferencia entre hombres y mujeres se ha forjado a través de construcciones sociales que imponen roles específicos, como la creencia de que la mujer debe priorizar el cuidado de otros antes que el de sí misma.

En cada etapa de desarrollo, desde la niñez hasta la adultez mayor, existen estereotipos específicos que influyen en cómo percibimos y esperamos que se comporte cada género. En la etapa de la adultez mayor, se tiende a asumir que las mujeres deben cumplir con ciertas características predefinidas, como las mencionadas anteriormente. Estos estereotipos distorsionan la realidad, promoviendo una visión generalizada de las mujeres que no tiene en cuenta los detalles de sus historias de vida individuales.

La vejez, aunque comienza desde el mismo momento en que nacemos, tiende a ser asociada con el último ciclo de la vida humana, aquel que precede a la muerte. Esta asociación se debe a los daños moleculares y celulares que, con el tiempo, agotan las reservas fisiológicas del organismo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esto ha llevado a que la vejez sea a menudo percibida como una etapa de la vida permeada por la enfermedad. Sin embargo, esta concepción es cuestionable, ya que los cambios biológicos asociados a la enfermedad no necesariamente están relacionados de manera directa con la edad. En otras palabras, existen personas jóvenes que padecen enfermedades, mientras que algunas personas adultas mayores gozan de buena salud física y mental.

Es relevante comprender que la vejez es un proceso individual e impredecible, y esto se refleja en la afirmación de Colom Bauzá (1999), quien, citando a Kalish (1983), indica que "cada persona puede establecer su propio concepto de vejez, puesto que es cuando se tiene la experiencia vital de sentirse mayor" (Kalish, 1983, citado por Colom Bauzá, 1999, p. 51). Este proceso de envejecimiento es único para cada individuo y depende de las características y recursos con los que cuenta para afrontarlo.

Este enfoque sobre la vejez reconoce la diversidad y la subjetividad en la experiencia del envejecimiento, resaltando la importancia de considerar el envejecimiento desde una perspectiva individual y contextual, reconociendo que las experiencias y percepciones de la vejez varían ampliamente entre las personas. Esta perspectiva nos invita a comprender la vejez como un proceso multifacético y personal, en lugar de reducirla a estereotipos o generalizaciones basadas únicamente en la edad cronológica.

Peláez Mondragón (2017) citando a Vázquez (2010) alude que:

la vejez es un constructo social que debe entenderse como un proceso que involucra una cadena de experiencias, objetivas y subjetivas, entrelazadas en estilos de vida, que se manifiestan en prácticas habituales. Al manejar de esta forma el concepto de vejez, se da prioridad al tipo y condiciones de trabajo, a las actividades realizadas, al tiempo que emplean para sí, para la familia y las relaciones que se generan entre ellos, siendo estos algunos de los factores que influyen directamente en la forma de envejecer.

Sin duda, el proceso de envejecimiento está profundamente influenciado por las etapas de la vida que lo preceden. Las decisiones que tomamos en términos de cuidado personal, salud y estilo de vida a lo largo de nuestra juventud y adultez pueden tener un impacto significativo en nuestra calidad de vida en la vejez.

Además, es importante entender que no es simplemente una cuestión biológica, sino también una construcción social. En otras palabras, el proceso de envejecimiento no se inicia automáticamente en una fecha determinada, sino que comienza cuando una sociedad o grupo social específico reconoce a un individuo como una persona anciana. Esto tiene implicaciones importantes, ya que la percepción social de la vejez puede afectar profundamente la autoestima y la calidad de vida de las personas adultas mayores.

En este contexto, es fundamental comprender los estereotipos no son universales, sino que varían significativamente según la cultura y las experiencias individuales. En una sociedad caracterizada por la influencia del capitalismo y el patriarcado, como la nuestra, uno de los estereotipos ampliamente difundidos es la creencia de que envejecer implica "dejar de ser productiva". Sin embargo, esta noción se aleja cada vez más de la realidad, ya que muchas adultas mayores continúan trabajando y participando activamente en diversos aspectos de la vida

social y económica. En este sentido, la idea de que se abandonan los roles y trabajos reproductivos en una etapa específica de la vida se muestra como un estereotipo inexacto.

Esta perspectiva sobre el envejecimiento se relaciona con teorías y enfoques que desafían los estereotipos y prejuicios asociados con la vejez. Autores y teóricos como Simone de Beauvoir han destacado la importancia de cuestionar los roles y expectativas de género en todas las etapas de la vida, incluyendo la vejez. También se ha abordado el concepto de "edadismo", que es la discriminación basada en la edad, y se ha trabajado en comprender cómo los estereotipos y prejuicios sobre el envejecimiento pueden perpetuar la desigualdad y la marginación de las personas mayores en la sociedad.

A menudo, en el proceso de desarrollo se presentan cambios físicos corporales, y se hace fundamental abordar el concepto de corporalidad, el cual se entiende como las diversas maneras en que se comprende el cuerpo humano. Este enfoque va más allá de ver el cuerpo simplemente como un ente orgánico y considerarlo como un vehículo que porta experiencias profundamente influenciadas por las construcciones sociales y culturales. No es simplemente una entidad biológica, sino que también es un espacio donde se reflejan y negocian las identidades de género, las expresiones culturales y las percepciones sociales.

La idea de la corporalidad destaca la importancia de considerar que el cuerpo humano es moldeado y significado por las estructuras sociales y las construcciones culturales. Esto incluye cómo se define y se experimenta la belleza, la salud, la sexualidad y las normas de género, entre otros aspectos. En última instancia, reconoce que nuestra relación con nuestro propio cuerpo y la forma en que interactuamos con los cuerpos de los demás está profundamente influenciada por las construcciones sociales y culturales que le atribuyen significado y valor.

La corporalidad de cada persona está altamente condicionada por las opiniones e interpretaciones de los demás, en definitiva, por la mirada de «los otros». Nuestra corporalidad siempre está expuesta a las convenciones sociales y su identidad,

aunque singularizada, nunca se construye en solitario ya que requiere ser comunicada y presentada en sociedad. (Saüch & Castañer, 2013)

Ahora bien, en la construcción de la corporalidad, se hace referencia al cuerpo como histórico, ya que los discursos en torno a él varían de acuerdo con las épocas y las culturas. Esta construcción en torno al cuerpo determina las actuaciones de los cuerpos y las relaciones que se derivan de él, marcando directrices a seguir tanto a nivel de presentación física, frente a la mirada de sí mismo y de los otros como del comportamiento en la sociedad, estableciendo así, un ideal corporal. Un cuerpo que no se ajusta a dichas directrices que establecen lo correcto y apropiado, sufre consecuencias como el desacredito e incluso la anulación.

Lo cual conlleva nuevamente a someter al cuerpo a una serie de intervenciones tanto a nivel de la superficie del cuerpo (cabello, uñas, vestimenta) como a modificaciones más profundas y permanentes (cirugías estéticas). (Vivero Marín, 2015. p 63)

En el discurso de lo corporal, las adultas mayores sufren doblemente discriminación, puesto que carecen de las dos características principales socialmente construidas del ideal femenino; el poder darles vida a nuevos seres y la juventud, puesto que el cuerpo joven se ha colocado como la base a partir de la cual se construye el discurso de lo deseable, se asocia con lo bello, mientras que su antagonista es el cuerpo femenino en vejez. Si bien la vejez ocurre en igual medida en hombres y mujeres, son las segundas a las que les representa una doble carga, no sólo se ha dejado de ser atractiva para los demás, sino que se les posiciona como no femeninas (Vivero Marín. 2015).

Es fundamental hablar de "cuerpos" en plural. Esto nos permite reconocer y visibilizar las múltiples formas en que los cuerpos existen y en cómo experimentan diferentes etapas vitales. Cada cuerpo es único y está moldeado por una combinación de factores biológicos, genéticos, culturales y sociales.

La conversación sobre los cuerpos debe abarcar todas las edades y todas las realidades. Reconociendo las diversidades y las diferencias en las experiencias corporales a lo largo de la vida, podemos fomentar una comprensión más completa y respetuosa de la humanidad en su conjunto, trascendiendo estereotipos y promoviendo la valoración de la singularidad de cada individuo en su relación con su propio cuerpo y los roles que desempeña.

## **5. Marco normativo**

En el marco de la presente investigación, resulta importante adentrarnos en la normatividad y políticas que rigen a la población de este estudio. Estas regulaciones no solo ejercen un rol crucial en la organización y orientación de las actividades diarias de las personas en diversas esferas, sino que también sientan las bases para el funcionamiento de las instituciones dentro de la sociedad. Con el objetivo de lograr una visión amplia, se ha llevado a cabo un estudio de las leyes y normativas vigentes en Colombia, haciendo uso del Sistema Único de Información Normativa del Estado Colombiano (SUIN Juriscol). Este proceso de revisión se ha segmentado en dos categorías específicas: aquellas que están relacionadas con los derechos y cuestiones vinculadas a las mujeres, y las que conciernen a la población en la etapa de la adultez mayor. Este enfoque posibilitará un análisis detallado y específico del impacto de las regulaciones en estos grupos demográficos particulares, arrojando luz sobre su situación y desafíos particulares en el contexto normativo actual.

### **5.1 Adultez mayor.**

Es esencial disponer de programas y proyectos que permitan a todas las personas disfrutar plenamente de cada una de las etapas de la vida. Estos programas no solo contribuyen al bienestar individual de cada individuo, sino que también desempeñan un papel crucial en el desvalimiento de los estereotipos dañinos que suelen rodear a la tercera edad. Como lo resalta el Plan de Desarrollo "El Retiro, contigo siempre" (2020), el enfoque en el desarrollo de iniciativas inclusivas y en el respeto de los derechos de las personas adultas mayores es fundamental para construir una sociedad más justa y equitativa.

En Colombia, los derechos humanos de las personas adultas mayores están protegidos en el marco del bloque de constitucionalidad vigente, lo que incluye importantes instrumentos internacionales que respaldan sus derechos. La Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948, adoptada bajo la supervisión de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) del cual Colombia forma parte, establece que todas las personas nacen libres e iguales en derechos, sin importar su clase, etnia, edad, nacionalidad u otras condiciones. Esta declaración subraya la responsabilidad de los Estados en proteger a sus ciudadanos contra cualquier forma de discriminación que vulnere estos principios fundamentales (Declaración Universal de Derechos Humanos, 1948).

En este contexto, es esencial que tanto el Estado como la sociedad trabajen conjuntamente para garantizar el respeto y la promoción de los derechos y la dignidad de las personas adultas mayores en todas las áreas de la vida. La inclusión y el respeto a la diversidad de experiencias en la tercera edad son aspectos cruciales para construir una sociedad que permita a cada individuo envejecer de manera activa, saludable y participativa, sin verse afectado por prejuicios o discriminación basados en la edad.

El compromiso del Estado colombiano en la protección de los derechos de las personas adultas mayores se refleja en la legislación nacional. Por ejemplo, la Ley 48 de 1986 autoriza la emisión de una estampilla destinada a financiar la construcción y el funcionamiento de los centros de bienestar del anciano. Esta ley establece que los fondos recaudados se destinan a garantizar servicios esenciales, como terapia ocupacional, recreativa, atención médica y alimentaria, así como actividades artísticas y educativas.

La Ley 1276 de 2009 se centra en la protección de las personas adultas mayores de los niveles I y II del SISBÉN a través de la creación de los Centros Vidas, que brindan servicios y apoyo esenciales para mejorar su calidad de vida y reflejan el compromiso del Estado en el reconocimiento de los derechos y la implementación de medidas concretas.

La Ley 931 de 2004 garantiza la protección especial de los derechos de las personas mayores en el ámbito laboral, promoviendo el acceso al trabajo sin discriminación por edad y estableciendo que los requisitos para acceder a una vacante laboral deben basarse en la experiencia, la profesión o la ocupación.

Además, la Ley 2055 de 2020 adopta la Convención Interamericana de los Derechos Humanos de las Personas Adultas Mayores de Washington de 2015, que tiene como objetivo promover, proteger y asegurar el reconocimiento y el pleno goce de los derechos humanos y libertades fundamentales de las personas adultas mayores. Esta convención enfatiza la valoración de la persona adulta mayor en la sociedad y su contribución al desarrollo, la igualdad y la no discriminación basada en la edad, con un enfoque en la atención preferencial a esta población.

## **5.2 Mujeres**

El movimiento feminista de los años sesenta surgió como respuesta a una serie de cuestionamientos sobre las diferencias anatómicas entre hombres y mujeres que, erróneamente, se utilizaban para justificar la desigualdad en capacidades intelectuales, funciones y roles. Esta desigualdad colocaba a las mujeres en una posición inferior en comparación con los hombres, privándolas de igualdad de derechos y oportunidades en la sociedad. Miles de mujeres se unieron para denunciar esta discriminación de género, y gracias a sus esfuerzos, se emprendieron acciones para redefinirlos.

En el contexto colombiano, en 1981 se aprobó la "Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer" adoptada por la Asamblea de las Naciones Unidas en 1980, mediante la Ley 51. Esta convención reafirmó la igualdad de derechos entre hombres y mujeres, basándose en la Declaración Universal de Derechos Humanos, que establece que todos los seres humanos nacen libres e iguales, sin distinción de género (Colombia, Congreso de la República, 1981).

Además, en 1994, la Asamblea General de la Organización de los Estados Americanos (OEA) aprobó la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia

contra la Mujer, conocida como la Convención Belém do Pará. Colombia adoptó este tratado a través de la Ley 248 de 1995. Este acuerdo internacional fue innovador al reconocer la violencia contra las mujeres como un problema histórico de desigualdad de poder y como una violación de los derechos humanos fundamentales.

La Convención garantiza el derecho de las mujeres a vivir sin sufrir violencia física, psicológica o sexual, tanto en el ámbito público como en el privado. Además, promueve la eliminación de estereotipos de género en la educación y aboga por el pleno ejercicio de todos los derechos humanos y libertades consagrados en tratados de derechos humanos. Asimismo, insta a los gobiernos a implementar políticas públicas destinadas a eliminar las prácticas discriminatorias y culturales que afectan a las mujeres.

Históricamente a las mujeres se les ha privado de lo público, por lo que no han tenido la misma representación en los espacios de poder y decisión de los estados como los hombres. La ONU ha realizado diversas conferencias internacionales de la mujer, en las que los estados parte, como Colombia, deben generar leyes que disminuyan la discriminación contra las mujeres en la vida económica, social y política.

Y años más tardes, la Ley 823 de 2003 en Colombia representa un hito importante en el enfoque de género y la promoción de la igualdad de oportunidades para las mujeres en todos los ámbitos de la vida tanto pública como privada. Este enfoque de género se basa en el reconocimiento de que históricamente las mujeres han enfrentado discriminación y desigualdad en una variedad de aspectos de sus vidas.

En este contexto, la ley aborda varias dimensiones clave del enfoque de género:

- Igualdad de oportunidades: La ley establece el derecho inalienable de las mujeres a igualdad de oportunidades en áreas como el empleo, la educación y la participación en la vida política. Esto significa que las mujeres deben tener las mismas posibilidades que los hombres para acceder a oportunidades y recursos. . Entre ellas, aumento de cargos ejercidos por mujeres en

los espacios de representación y de poder. En la ley 581 del 2000 se establece que debe haber un mínimo de 30 por ciento de los cargos ejercidos por mujeres. (Colombia, Congreso de la República, 2000).

- Protección durante el embarazo y el parto: La ley reconoce la necesidad de brindar asistencia y protección a las mujeres durante el embarazo y después del parto. Esto incluye medidas para garantizar un entorno laboral seguro y la protección de la maternidad. Años más tarde, más precisamente en el año 2017, Colombia dio un paso significativo en el fortalecimiento de los derechos de las madres trabajadoras y la promoción de la igualdad de género en el ámbito laboral con la aprobación de dos leyes complementarias: la Ley 1822 y la Ley 1823. Ambas tienen como objetivo mejorar las condiciones de las mujeres durante el período de maternidad y lactancia, al tiempo que fomentan un equilibrio adecuado entre la vida laboral y familiar.

La ley 1822 de 2017, por medio de la cual se Amplía la licencia de maternidad a 18 semanas, marcando un logro significativo en la protección de los derechos de las madres trabajadoras al extender la licencia de maternidad de 14 a 18 semanas. Esta ampliación reconoce la importancia de proporcionar un período más prolongado de tiempo para que las madres puedan cuidar de sus recién nacidos y recuperarse físicamente después del parto. Además, esta medida contribuye a fomentar la lactancia materna durante los primeros meses de vida del bebé, otorgándoles mayor tiempo para los cuidados y atenciones al recién nacido, pero además promocionando un vínculo más sólido entre ambos lo que es fundamental para su salud y desarrollo. Y la Ley 1823 de 2017 por medio de la cual se hace referencia a la creación de Salas Amigas de las Familias Lactantes en el Entorno Laboral, enfocada en garantizar que una vez las madres culminen su licencia de maternidad, puedan continuar amamantando a sus hijos incluso mientras trabajan mediante la creación de espacios especialmente diseñados y equipados en los lugares de trabajo para permitir a las madres extraer leche de manera cómoda durante su jornada laboral. Además, se establecen medidas para garantizar la adecuada conservación de esta.

- No discriminación en el trabajo: La legislación prohíbe la discriminación de género en el trabajo y establece el principio de salario igual para hombres y mujeres que desempeñan las

mismas funciones y responsabilidades. Esto busca cerrar la brecha salarial de género que históricamente ha existido en muchas sociedades.

En esta misma línea, La Ley 1413 de 2010 es un paso importante hacia la valoración y el reconocimiento del trabajo no remunerado que las mujeres han llevado a cabo en sus hogares durante generaciones. Al incluir estas labores en las cuentas nacionales, se reconoce que el trabajo doméstico también tiene un valor económico y contribuye al bienestar de la sociedad en su conjunto. Esto representa un avance significativo hacia la igualdad de género, ya que desafía la percepción tradicional de que estas responsabilidades son exclusivamente femeninas y no tienen un valor económico real.

En última instancia, esta ley nos enseña que es esencial considerar y valorar todas las formas de trabajo, independientemente de su ubicación, género o compensación económica. Al hacerlo, se contribuye a una sociedad más equitativa en la que se reconoce y respeta el aporte de las mujeres, tanto en el ámbito doméstico como en el económico, promoviendo así la igualdad de género en todos los niveles.

- Acceso a servicios de salud integral: La ley aboga por la mejora y el aumento del acceso de las mujeres a servicios de salud integral. Esto incluye atención médica durante todas las etapas de la vida de una mujer, desde la adolescencia hasta la vejez, y se centra en cuestiones específicas de género como la salud reproductiva.

La Ley 82 de 1993 en Colombia introduce medidas específicas para respaldar a las madres cabeza de hogar, incluyéndolas en el sistema de seguridad social, proporcionando recursos educativos para sus hijos y garantizando que ni ellos ni sus familiares a su cargo sean privados del acceso a la educación y la atención médica, lo que contribuye a mejorar las condiciones de vida de estas mujeres y sus dependientes.

- Eliminación de estereotipos de género: Uno de los aspectos más relevantes del enfoque de género es la eliminación de los estereotipos sexistas en la orientación profesional, vocacional y laboral. Esto implica fomentar la elección de carreras y roles profesionales sin limitaciones impuestas por roles tradicionales de género.
- Educación referente al género: La ley promueve la eliminación del sexismo en los procesos educativos y alienta la inclusión de contenidos relacionados con la igualdad de género en la educación. Esto ayuda a sensibilizar a las personas desde una edad temprana sobre las cuestiones de género y la importancia de la igualdad.

La Ley 1257 de 2008, conocida como la "Ley de Violencia de Género en Colombia", representa un paso importante en la lucha contra la violencia hacia las mujeres. Esta ley aborda de manera integral y detallada cinco tipos fundamentales de violencia que afectan a las mujeres en la sociedad colombiana: la violencia física, psicológica, económica, patrimonial y sexual.

- Violencia Física: La ley reconoce y condena cualquier forma de violencia física dirigida hacia las mujeres. Esto incluye agresiones físicas como golpes, heridas o cualquier acción que cause daño físico o sufrimiento.
- Violencia Psicológica: La violencia psicológica se refiere a conductas que causan daño emocional, afectando la salud mental y el bienestar de las mujeres. Esto puede incluir amenazas, humillaciones, intimidación o cualquier otro acto que menoscabe la autoestima y la dignidad de una mujer.
- Violencia Económica: Esta forma de violencia se relaciona con el control económico ejercido sobre las mujeres. Puede manifestarse a través de la privación de recursos económicos, la

negación de acceso a la educación o al empleo, o la limitación en el manejo de sus finanzas personales.

- **Violencia Patrimonial:** La violencia patrimonial está vinculada al control y la manipulación de los bienes y recursos de las mujeres. Puede incluir la destrucción de propiedades, la retención de documentos importantes o cualquier acción que afecte el patrimonio de una mujer.
- **Violencia Sexual:** La violencia sexual abarca acciones que van desde el acoso sexual hasta la violación. La ley considera cualquier forma de coerción sexual o abuso como un acto de violencia sexual.

La Ley 1257 de 2008 también establece que la violencia de género puede ocurrir tanto en el ámbito público como en el privado, reconociendo que estas formas de violencia pueden manifestarse en diversos contextos, incluidos el hogar, el trabajo y la comunidad.

Años más tarde, y haciendo referencia a la ley de prevención y sanción de las violencias contra las mujeres, se diseña la Ley 1542 de 2012, conocida como la "Ley de Protección en Casos de Violencia Intrafamiliar e Inasistencia Alimentaria", que reconoce la necesidad de abordar dos cuestiones fundamentales:

- **Violencia Intrafamiliar:** la violencia que ocurre dentro de las familias, donde las víctimas suelen ser mujeres y niños. La violencia intrafamiliar puede abarcar las violencias anteriormente descritas, que van desde el maltrato físico hasta el abuso emocional y psicológico.
- **Inasistencia Alimentaria:** que se refiere a la falta de cumplimiento de las obligaciones alimentarias por parte de quienes tienen la responsabilidad legal de proporcionar alimentos a

sus dependientes. Esto afecta en Colombia mayoritariamente a mujeres y niños que dependen económicamente de sus familiares.

Aunque estas violencias se encuentran reglamentadas mediante estas leyes, y buscan sancionar a quienes las desarrollen, como si fuera poco estas continúan perpetuándose aun cuando sus consecuencias pueden ser más graves hasta ocasionar la muerte. En el año 2015, se promulgó la Ley 1761, comúnmente conocida como "Ley Rosa Elvira Cely", que representa un avance significativo desde la perspectiva de género. Esta ley establece el feminicidio como un delito independiente, distinto al homicidio simple, y lo define como el acto que causa la muerte de una mujer debido a su condición de género o identidad de género. El reconocimiento del feminicidio como un delito autónomo reconoce la gravedad de la violencia de género y su impacto en la vida de las mujeres.

El feminicidio es la manifestación más extrema y brutal de una sociedad patriarcal, en la que la violencia hacia las mujeres persiste como un problema arraigado. Esta ley no solo busca castigar a los perpetradores de este tipo de crímenes, sino que también tiene como objetivo prevenir la violencia contra las mujeres en todas sus formas. Para lograrlo, promueve estrategias de sensibilización dirigidas a la sociedad en su conjunto, con el fin de crear conciencia sobre la importancia de garantizar que las mujeres puedan llevar una vida íntegra, basada en los principios fundamentales de igualdad y no discriminación.

La Ley 1761, más allá de su carácter punitivo, representa un hito en la lucha contra la violencia de género y la protección de los derechos de las mujeres en la sociedad. Al reconocer el feminicidio como un delito específico, se envía un mensaje claro de que la violencia de género no será tolerada, y al mismo tiempo, se busca cambiar la mentalidad y la cultura que perpetúan este tipo de violencia, promoviendo una sociedad en la que todas las personas, independientemente de su género, puedan vivir de manera segura y en igualdad de condiciones.

Otra de las leyes para hacerle frente a las violencias ejercidas hacia las mujeres, es La Ley 1773 de 2016, también conocida como la "Ley Natalia Ponce", mediante la cual se penaliza las

lesiones causadas a las mujeres mediante agentes químicos y se tipifica este tipo de agresión como una forma de violencia violenta y premeditada. La ley lleva el nombre de Natalia Ponce de León, una mujer que fue víctima de un ataque con ácido en 2014, lo que resultó en graves lesiones en su rostro y cuerpo.

Esta ley es especialmente relevante debido a la naturaleza particularmente atroz de los ataques con agentes químicos, que pueden causar desfiguración, mutilación, ceguera y, en casos extremos, incluso la muerte. Es importante destacar que, si bien la ley se aplica de manera general tanto a hombres como a mujeres, la gran mayoría de estos ataques se dirigen hacia las mujeres, lo que la convierte en una herramienta legal fundamental para abordar y combatir la violencia de género en Colombia.

En este contexto, es importante destacar que en el año 2006 se promulgó la Ley 1009, que marcó el inicio del Observatorio de Asuntos de Género (OAG). El OAG desempeña un papel fundamental al llevar a cabo un seguimiento exhaustivo y profundas reflexiones sobre las políticas, planes, programas y normativas diseñadas para mejorar la situación de las mujeres y fomentar la igualdad de género en Colombia. Este observatorio opera bajo la supervisión del Departamento Administrativo de la Presidencia de la República, específicamente a través de la consejería presidencial para la equidad de género.

Su misión principal es analizar y evaluar el impacto de las políticas gubernamentales en relación con cuestiones de género, identificar desafíos y oportunidades para promover la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres en todas las esferas de la sociedad. Además, el OAG se dedica a sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de abordar las disparidades de género y promover una cultura de equidad en el país. También contribuye al desarrollo de políticas basadas en evidencia y al monitoreo de progresos en el camino hacia la igualdad de género.

En el año 2010, la Asamblea Departamental de Antioquia promulgó la Ordenanza N° 03, que hizo obligatoria la transversalidad de género en el Departamento de Antioquia. Y en este

contexto, en 2013, se emitió el CONPES Social 161, que incluye la Política Pública de Equidad de Género y el Plan para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencias. El CONPES se convirtió en un instrumento crucial para la acción pública al posicionar la equidad de género como un asunto de competencia nacional y proporcionar una guía de acción para los diferentes niveles del Estado, con el objetivo de superar la discriminación de las mujeres y garantizar sus derechos.

Hoy en día, la Gobernación de Antioquia cuenta con una política pública actualizada para las mujeres del departamento, establecida a través de la ordenanza No. 13 del 10 de junio de 2019. Esta política se concibe como un medio para garantizar los derechos humanos integrales de las mujeres y reducir las condiciones de inequidad y discriminación que afectan su calidad de vida.

Este enfoque de género se alinea con el Objetivo 5 de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas, que busca promover la igualdad de género y el empoderamiento de todas las mujeres a nivel mundial mediante la aprobación y fortalecimiento de políticas y leyes adecuadas.

## **6. Metodología**

Esta investigación se enmarca en un enfoque metodológico basado en un paradigma interpretativo, con el propósito de profundizar en la comprensión de las concepciones que las mujeres mayores de 60 años, residentes en El Retiro, tienen acerca de sus cuerpos y los roles que desempeñan en esta etapa de la vida. Dicho paradigma se distingue por su hincapié en la interpretación y comprensión de los fenómenos sociales desde la perspectiva de las participantes, reconociendo la subjetividad y la diversidad de experiencias.

El proceso metodológico abarcó un análisis contextual que consideró factores históricos, sociales y culturales que han influido en la formación de las concepciones de estas mujeres respecto a su identidad de género y su cuerpo a lo largo del tiempo. Asimismo, se otorgó atención

especial a las experiencias personales de las participantes, reconociendo la relevancia de los eventos individuales y las interacciones personales en la construcción de sus percepciones.

Mediante esta aproximación metodológica, se exploró un tema de gran importancia y a menudo subestimado: la relación entre la identidad de género y el envejecimiento en el contexto de la adultez mayor. Este enfoque facilitó una comprensión más profunda de cómo las mujeres en esta etapa vital se autodefinen, considerando las transformaciones significativas en las identidades de género, los roles y las percepciones corporales.

Este estudio representa un hito significativo en las ciencias sociales al desafiar las idealizaciones erróneas sobre la adultez mayor. Su objetivo es sumergirse en las experiencias reales, contribuyendo así a un análisis más preciso de este período vital.

Esta investigación adoptó un enfoque cualitativo para comprender las realidades socioculturales desde las perspectivas subjetivas e intersubjetivas. El propósito consistió en explorar el tema desde la vivencia natural e individual de cada mujer en un contexto temporal y espacial específico, interpretando los significados y representaciones atribuidos a sus experiencias (Rodríguez et al, 1996).

Galeano (2004) resalta la investigación cualitativa como un enfoque multimétodo que utiliza herramientas como la experiencia personal, la introspección y las historias de vida. Esto se llevó a cabo para acceder a los momentos significativos y desafiantes de la vida cotidiana desde diversas perspectivas, lógicas y visiones de las mujeres adultas mayores en el municipio de El Retiro. En consecuencia, la recolección y generación de información incluyó participantes diversas y heterogéneas, cada una con un conocimiento particular fundamental para entender la realidad.

También se aplicó un enfoque feminista sustentado en la necesidad de dar voz a las vivencias individuales de las mujeres. Estas vivencias encapsulan sentimientos, emociones, razonamientos y percepciones que, al comprenderse desde su propia perspectiva, se convierten en

pilares fundamentales para abordar las desigualdades de género presentes en la vida cotidiana. Estas desigualdades no solo se manifiestan, sino que a menudo están arraigadas en estructuras sociales y culturales más profundas, creando situaciones desiguales para las mujeres basadas únicamente en su género.

Un enfoque centrado en las mujeres, visibilizando la brecha entre las experiencias individuales y la intolerancia hacia la diversidad de la experiencia femenina. El feminismo, lejos de ser simplemente una crítica a la cultura existente, se alza como una propuesta para una nueva cultura. Como lo ha señalado Lagarde y de los Ríos (2005), el feminismo busca no solo desafiar las estructuras de poder preexistentes, sino construir una nueva narrativa, una nueva visión que integre la diversidad de experiencias de las mujeres y aborde las inequidades arraigadas en la sociedad.

Es crucial resaltar que la objetividad positivista, habitual en muchos estudios, se ve moldeada por la posición de la investigadora en este caso específico. Esta posición, fuertemente influenciada por el género, ejerce un impacto significativo en la forma en que se enfoca la investigación y se interpretan los resultados. Esta realidad subraya la importancia crítica de considerar el género como un factor central en el proceso de investigación y análisis, desafiando así la supuesta neutralidad de la ciencia.

Este proyecto se gestó mediante un muestreo intencionado, estratégicamente planificado para contrastar las experiencias de las participantes y abordar la diversidad de las formas de existencia que enriqueció nuestra comprensión del tema.

Las 5 participantes, mujeres mayores de 60 años en El Retiro, Antioquia, fueron seleccionadas mediante criterios específicos que abarcaron diversidad en profesión, acceso a la pensión, estado civil, maternidad, origen (nativas del municipio o de la ciudad), ocupación laboral, niveles educativos, estados socioeconómicos, condiciones de salud preexistentes y experiencias diversas relacionadas con la tercera edad. El objetivo central de esta selección

meticulosa fue garantizar una lectura pluralista de la investigación, considerando distintas perspectivas y las diversas formas en que estas mujeres experimentan la adultez mayor.

Para fundamentar la investigación, se llevó a cabo una exhaustiva revisión bibliográfica que abarcó antecedentes teóricos y estudios previos vinculados al tema de interés. Este proceso permitió establecer sólidas bases conceptuales y teóricas, identificando brechas y áreas que demandaban una atención más profunda, al tiempo que se establecieron conexiones y contrastes con investigaciones previas relevantes.

La técnica de observación participante jugó un papel fundamental en la identificación de participantes clave y en la comprensión de los comportamientos y entornos de las mujeres adultas mayores que participaron en la investigación. La información recopilada se consignó detalladamente en un diario de campo, asegurando así la recopilación precisa y detallada de datos.

Se llevaron a cabo dos entrevistas semiestructuradas como la principal técnica para la generación de información. Estas se desarrollaron de manera conversacional, precedidas por varios encuentros informales que contribuyeron a establecer un ambiente propicio para romper el hielo y generar confianza. Este enfoque previo permitió que las participantes se sintieran más cómodas al compartir sus historias de vida durante las entrevistas. En la primera entrevista, se exploraron las experiencias y percepciones de las mujeres adultas mayores en relación con su cuerpo en la tercera edad. Se realizaron dos entrevistas en total, la primera centrada en autobiografías, y la segunda abordando aspectos de la experiencia en la adultez mayor, utilizando un formato de conversación para adaptarse a las preferencias de las participantes.

Inicialmente se tenía planeada realizar una foto biografía, pero se optó por una segunda entrevista durante el primer encuentro de entrevistas semiestructuradas, dado que ya se habían abordado varios aspectos planificados para esta técnica y algunas participantes no tenían fotos o no deseaban compartirlas.

La recopilación de datos se llevó a cabo mediante grabaciones de voz de las técnicas empleadas, documentando toda la información en un diario de campo. La codificación se realizó de acuerdo con categorías predefinidas, incluyendo corporalidad, estereotipos de género, adultez mayor y condiciones de salud.

La tabulación y análisis de la información, que incluyó hallazgos de la revisión bibliográfica, datos de observación, y entrevistas por medio de la herramienta informática Atlas Ti. Esta herramienta facilitó un análisis preciso, identificando patrones y temas emergentes en el estudio.

La validación de la información se llevó a cabo a través de un plegable que resumía las conclusiones de la investigación. Las participantes fueron invitadas a expresar su acuerdo o desacuerdo con la información recopilada. Además, se les extendió una invitación para asistir a la presentación de los resultados de la investigación en la Universidad de Antioquia, Seccional Oriente. Es relevante mencionar que solo una de las participantes asistió a esta presentación.

### **6.1 Consideraciones éticas**

Las investigaciones de corte social y humano deben tener en todo el proceso determinadas consideraciones éticas puesto que el centro de ellas son los seres humanos, portadores de conocimientos y se les debe reconocer como actores, que tienen un papel activo y fundamental en la investigación. Es fundamental que se realice con un firme compromiso ético y un profundo respeto por los derechos y la dignidad de las personas involucradas.

Desde el inicio, se garantizó el respeto a la autonomía de las mujeres participantes. Se les proporcionó la información completa y comprensible sobre los objetivos e intenciones de la investigación. Fue crucial que ellas tuvieran la libertad de decidir si deseaban formar parte del estudio y que supieran que podían retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas, esto se realizó por medio de un consentimiento informado que fue firmado por quienes aceptaron participar.

En el proceso de consentimiento informado, se solicitó la aprobación para el uso de la información recopilada en el ámbito del proceso académico de la investigación. Esto comprendió el empleo de datos y resultados con el propósito de presentaciones públicas, tanto a nivel local como en la comunidad académica. Además, se brindó la oportunidad de revisar y aprobar o sugerir modificaciones en la presentación de los resultados antes de su divulgación.

Asimismo, se aseguró a las participantes el anonimato y la confidencialidad de la información recopilada que pudiera llevar a su identificación. Este aspecto fue considerado con especial atención para preservar la privacidad de las personas involucradas en la investigación.

Se promovió una comunicación abierta y transparente con las participantes a lo largo de todo el proceso investigativo. Se les mantuvo informadas sobre los avances del proyecto y se les proporcionó oportunamente los resultados. Además, se les consultó sus preferencias en cuanto a la forma de socializar los hallazgos y se llegaron a acuerdos en los que ambas partes tanto investigadora como participantes estuvieran de acuerdo.

La investigación fue sometida a una revisión ética, realizada por la misma investigadora y fue parte transversal del proceso de investigación. El objetivo principal de esta revisión ética fue asegurar que se cumplieran rigurosamente todas las normas éticas y que se protegieran de manera adecuada los derechos de las participantes.

Estas consideraciones éticas fueron esenciales para asegurar que la investigación se llevara a cabo de manera ética y responsable, respetando la dignidad, la autonomía y los derechos de las mujeres adultas mayores involucradas en el estudio. El respeto a estos principios éticos es fundamental para la integridad y la validez de la investigación desde una perspectiva de trabajo social.

## 7. Resultados

### 7.1 Capítulo I : Condiciones de las mujeres

En este capítulo, se presentará una caracterización general de cinco mujeres adultas mayores que residen en el municipio de El Retiro, y que compartieron sus vivencias para darle vida a este estudio. Nuestro objetivo primordial es distanciarnos de la construcción de un retrato uniforme y universal de lo que implica ser una mujer adulta mayor. En lugar de eso, nos centraremos en presentar experiencias individuales de cada una de las participantes a medida que avancemos en los capítulos, al presentar los datos recopilados, incorporaremos reflexiones desde una perspectiva feminista.

En este sentido, es crucial subrayar que "las condiciones de las mujeres" desempeñan un papel central en nuestro análisis, y al mismo tiempo, son un elemento que atraviesa todo el proceso de investigación. Esto se debe a que, al explorar las particularidades de cada mujer, no solo lograremos una comprensión más profunda de sus vivencias, sino que también arrojaremos luz sobre las complejas relaciones de género en las que estas mujeres pueden estar inmersas, y en este sentido:

“La cuestión más importante consiste en descifrar la medida en que sus recursos vitales dan potencia a las mujeres y permiten deconstruir los cautiverios, y en saber si esos hechos conducen hacia la construcción de nuevas identidades, de alternativas sociales, culturales y políticas. Esos recursos femeninos, expandidos hacia el conjunto de la sociedad y la cultura, quizá ya contribuyen a desarticular la opresión genérica y tal vez incluyen ya parcelas de libertad. Aunque sólo sea tendencialmente, en los cautiverios surgen opciones genéricas, modificaciones de la vida cotidiana, de las instituciones, del imaginario, de las fantasías, de las mentalidades y de las formas de ser y de convivir de las mujeres y de los hombres”. (Lagarde y de los Rios, 2005, pp 24).

Las participantes son residentes en el municipio de El Retiro, en un rango de edades que va desde los 63 hasta los 75 años. Todas las participantes son mujeres, aunque sus experiencias

varían significativamente. Cuatro de ellas casadas; una actualmente viuda. La quinta participante, si bien estuvo en unión libre en el pasado, también se encuentra en estado de viudez. Las tres casadas comparten sus hogares con sus esposos e hijos, mientras que las dos viudas residen solas.

En lo que respecta a la actividad laboral y los ingresos, ninguna de las participantes trabaja actualmente bajo un contrato formal. Sin embargo, dos de ellas reciben una pensión como fuente de ingresos, mientras que otras dos dependen económicamente de sus esposos e hijos. La quinta participante recibe subsidios estatales destinados a adultos mayores y complementa sus ingresos con un emprendimiento independiente centrado en la venta de ropa americana.

El estudio se enfoca en habitantes del municipio de El Retiro, y se observa una diversidad en el origen geográfico de las participantes. Tres de ellas son nativas del municipio, lo que denota un fuerte arraigo a la comunidad local. Las otras dos nacieron y se criaron en la ciudad de Medellín, pero han residido en El Retiro durante más de una década. A pesar de su origen citadino, todas las mujeres expresan su deseo de continuar viviendo en el municipio, lo que refleja su sólido vínculo con la comunidad.

En cuanto a los niveles educativos, se identifica una variabilidad significativa entre las participantes. Dos de ellas han alcanzado una educación de nivel profesional, destacando un nivel educativo más elevado. Las tres restantes completaron únicamente la educación primaria, debido a limitaciones en oportunidades educativas y económicas. A pesar de estas diferencias educativas, todas tienen antecedentes laborales en diversas áreas, como odontología, licenciatura, trabajo en la industria de confecciones y desempeño como asistente comercial.

Las nativas del municipio pasaron parte de su infancia en zonas rurales y se establecieron en la zona urbana del municipio durante la adolescencia. Por otro lado, las mujeres que nacieron en Medellín se mudaron a El Retiro por motivos laborales y personales.

Respecto a su situación de vivienda, cuatro de las mujeres habitan en viviendas propias, tres de ellas en la zona urbana y una en la zona rural, mientras que una de las participantes paga

un alquiler en la zona urbana. Los estratos socioeconómicos de estas viviendas varían entre el estrato 3 y el estrato 5.

En lo que concierne a la salud, todas las participantes enfrentan diversas condiciones de salud que afectan en diferentes grados su capacidad para realizar actividades cotidianas, incluyendo enfermedades como cáncer de mama, trombosis, depresión, osteoporosis, quistes en la columna vertebral, vasculitis necrosante, hipopituitarismo, artrosis, entre otras.

Es notable que las participantes han recibido apoyo a lo largo de sus vidas, principalmente de otras mujeres, quienes las ayudaron con las tareas del hogar mientras ellas trabajaban. En la actualidad, siguen siendo las mujeres en quienes confían para obtener apoyo.

Las mujeres que ejercieron profesiones perciben su vida de una manera más activa, participando en actividades de esparcimiento como costura, clases de cocina, clases de historia, pintura y natación, y disponiendo de poco tiempo libre. Por otro lado, las mujeres nativas del municipio pasan su tiempo libre principalmente en los cuidados de sus hogares. Aquellas con formación profesional ven la presencia de enfermedades como un condicionante, pero no un impedimento para sus actividades, mientras que las nativas indican que sus condiciones médicas les limitan significativamente.

## **7.2 Capítulo II: Feminización del envejecimiento**

La información presentada en la Gráfica 1 resalta un hecho relevante: en la etapa de la adultez mayor, la población femenina supera en número a la población masculina. Este fenómeno la Doctora Verónica Montes de Oca (2017) lo denomina como la "feminización del envejecimiento" en una serie de conferencias llevadas a cabo en México sobre relaciones de género.

El análisis de los resultados de esta investigación arroja luz sobre este fenómeno y sus diversas dimensiones. Como mencionó Montes de Oca (2017), la disparidad de género en la

población en adultez mayor está estrechamente vinculada a las normas de género arraigadas en la sociedad. Estas normas asignan roles diferenciados y desiguales en términos de riesgos y expectativas, lo que a su vez influye en la longevidad de ambos sexos.

Un elemento fundamental que emerge de las narrativas de las participantes es la desigual carga de responsabilidades en el ámbito doméstico. Desde una edad temprana, las mujeres asumen roles centrados en actividades reproductivas y tareas de cuidado en el hogar, mientras que los hombres son tradicionalmente vistos como los proveedores económicos. Esta disparidad puede llevar a que los hombres realicen trabajos con riesgos físicos significativamente mayores, lo que aumenta su exposición a peligros que pueden disminuir su esperanza de vida en comparación con las mujeres.

"Le dije que cuando yo quedara en embarazo me salía de trabajar y me dijo que sí, que no había problema, ah, y él era abogado. Y así fue, yo quedé embarazada, terminé todo el embarazo trabajando hasta que la niña nació en febrero y trabajé hasta diciembre. Tuve a mi hija y me dediqué a ella, y faltando ocho días para que cumpliera el año, él falleció. Entonces me tocó volver a empezar de cero, porque no me quedaba nada, él no tenía pensión, porque en ese momento estaba sin trabajo y entonces me tocó otra vez empezar a trabajar". (Luz, Comunicación directa, julio 26 de 2023)

Esta experiencia ofrece una perspectiva de cómo las dinámicas de género dieron forma a la trayectoria de vida de la participante. La pérdida de su esposo, quien era para ese entonces el proveedor económico principal se presenta como un momento que exigió ajustes significativos en su estilo de vida, generando una sobrecarga al equilibrar las demandas del hogar y las responsabilidades laborales.

Esta experiencia revela dos aspectos cruciales que requieren un análisis detenido. En primer lugar, la muerte del proveedor principal desencadena una reorganización en las dinámicas familiares, exigiendo una adaptación a las construcciones de género previamente establecidas.

Esto evidencia cómo los roles de género tradicional, centrado en el proveedor masculino, afectan la estructura familiar y generan la necesidad de repensar y redistribuir las responsabilidades.

En segundo lugar, el aspecto previo al fallecimiento ilustra cómo la participante sigue un camino convencional al cumplir con las expectativas de género al convertirse en madre y dejar de lado su carrera profesional. Sin embargo, este hecho pone de manifiesto que las normas de género influyen en las percepciones y moldean los deseos de las mujeres de acuerdo con esas normas. La presión para conformar la familia se presenta como una prioridad en los proyectos de vida de algunas mujeres, incluso cuando sus objetivos individuales se ven sacrificados, como es el caso de esta participante.

En este contexto, esta historia no solo revela las complejidades de la feminización del envejecimiento, sino que también subraya la importancia de una comprensión más matizada de los roles de género y las expectativas sociales. Por ejemplo, en el caso de otra de las participantes, la pérdida temprana del padre en su familia resultó en una mayor carga económica para la madre y en una carga adicional para ella, quien asumió las responsabilidades del hogar mientras su madre trabajaba.

La feminización del envejecimiento se manifiesta de maneras diversas y en contextos distintos. En otro caso entre las participantes, se observa que las mujeres eligen casarse con hombres significativamente mayores, influidas por construcciones sociales y concepciones arraigadas sobre el matrimonio en una época específica. Esta brecha de edades a menudo conduce a que los hombres fallezcan antes que sus esposas. Una participante comparte la experiencia de su madre, quien nació en la década de los 40 y contrajo matrimonio con un hombre 19 años mayor que ella. Como consecuencia, el esposo falleció años antes que la madre debido a cuestiones relacionadas con la edad, ya que se encontraba en una etapa avanzada de la vida. De esta manera, se evidencia cómo, en este caso particular, el hombre falleció antes que la mujer debido a la disparidad de edades.

Es esencial destacar que, más allá de la disparidad de edades en las relaciones matrimoniales, varios factores influyen significativamente en la esperanza de vida de las mujeres. La salud emerge como un componente crucial, ya que las condiciones de bienestar físico y mental afectan directamente la duración de la vida.

Las experiencias de cuidado a lo largo de la vida de las mujeres se revelan como un factor determinante que puede restringir sus oportunidades laborales. En el caso de otra participante, al casarse, se dedicó exclusivamente al hogar, sin trabajar ni cotizar para acceder a una pensión. Esto la ha colocado en una situación de mayor vulnerabilidad económica en la adultez mayor, limitándose el acceso a ciertos recursos y la capacidad de tomar decisiones independientes. Las responsabilidades de cuidado, centradas en la crianza de hijos y el cuidado de personas enfermas, actividades predominantemente asociadas al ámbito privado y doméstico asociado socialmente a las mujeres, las exponen a un riesgo elevado de vulnerabilidad económica en la vejez al no contar con una pensión adecuada. Este ciclo de vida marcado por las responsabilidades de cuidado a menudo deja a las mujeres en una posición económica precaria.

Es esencial reconocer que estas experiencias son diversas y varían considerablemente entre las mujeres, influidas por sus circunstancias individuales. La comprensión de estas complejidades es crucial para abordar adecuadamente las disparidades de género en el envejecimiento y promover un enfoque más equitativo y justo.

### **7.3 Capítulo III: Dinámicas de relacionamiento.**

La mayor longevidad de las mujeres está vinculada a construcciones sociales presentes en diversas culturas y épocas, especialmente en lo referente a la formación de parejas. Una norma experimentada por las participantes es que el hombre debería ser mayor que la mujer en una relación, lo que ha contribuido a la predominancia de mujeres en estados civiles de viudez.

No obstante, una participante desafió esta norma al casarse con un hombre diez años más joven que ella. Esto la expuso al estigma social y a presiones que la menospreciaban,

considerándola indigna de la relación y del hombre con el que se casó. Además, tuvo un hijo con su esposo antes de casarse, desafiando otra norma que dicta que las mujeres no deben tener hijos antes del matrimonio.

La presión para casarse a toda costa, debido a su edad, revela la significativa influencia del aspecto físico en la autopercepción de las mujeres. Estas percepciones están moldeadas por construcciones sociales, limitando la autonomía de las mujeres en la toma de decisiones y resaltando la importancia que genéricamente se le otorga al matrimonio.

El discurso corporal determina las actuaciones de los cuerpos, estableciendo dinámicas de interrelación y marcando pautas a seguir tanto en la presentación ante uno mismo y los demás, como en el comportamiento social. Este cuerpo constreñido se limita a expresarse en ciertos parámetros para ser aceptado en un mundo hegemónico y heteronormativo (Vivero Marín, 2015, pp. 63).

Casarse con su actual esposo enfrentó desafíos, incluida la desaprobación de su suegra debido a la diferencia de edad. La edad se convirtió en un factor de discordia, evidenciando cómo las mujeres, influidas por una cultura patriarcal, a veces adoptan y perpetúan normas sociales, incluso discriminando a sus semejantes.

La concepción del mundo en las mujeres se caracteriza por ser fragmentaria, desconectada y pragmática, influenciada por su estilo de vida y la elaboración cultural de la ideología dominante, conocida como "sentido común". Este se convierte en el lenguaje de las masas y, en el caso de las mujeres, define cómo experimentan y explican la vida, a menudo transmitiendo y reproduciendo ideas en lugar de interpretarlas, lo que las hace conservadoras y perpetúa concepciones que filtran su visión del mundo (Lagarde y de los Rios, 2005, p. 297).

Superar la misoginia es crucial para lograr una colaboración armoniosa entre mujeres diversas, reconociendo el valor de cada experiencia y trabajando juntas para promover los

derechos de las mujeres. Las construcciones sociales permeando las percepciones pueden ser despectivas al discriminar a quienes no se ajustan a ellas. Las mujeres, como hijas de la cultura patriarcal, adoptan estas normas y pueden ser discriminantes y violentas incluso entre ellas. Aunque todas enfrentan discriminación debido al patriarcado, no siempre son conscientes de la violencia inherente, un fenómeno que Lagarde y de los Ríos (2009) denomina misoginia.

Por otro lado, la sororidad se presenta para contrarrestar en estas dinámicas, pues va más allá de la simple colaboración entre mujeres; implica una conexión profunda basada en la empatía, el apoyo mutuo y el reconocimiento de las experiencias compartidas. En el contexto de las participantes, la sororidad se manifiesta de varias maneras a lo largo de sus vidas.

Las mujeres resaltan la importancia crucial de las redes familiares de apoyo, donde figuras como hermanas, madres, abuelas y cuñadas desempeñan roles fundamentales. Los testimonios revelan actos cotidianos de solidaridad, como el cuidado de los hijos, respaldo económico en momentos difíciles y apoyo emocional durante situaciones complejas. Por ejemplo, una participante menciona: "Mi suegra me ayudaba con el cuidado de mis hijos" (Martha, comunicación directa, julio 24 de 2023). Otra destaca: "Mis primas no fueron solo primas, fueron mis hermanas. Cuando alguna estaba mal económicamente, el resto le ayudábamos con mercadito para que le diera a los niños" (Saray, comunicación directa, julio 17 de 2023). Asimismo, se destaca el papel crucial de estas redes en distintas generaciones, con un enfoque especial en el respaldo mutuo entre mujeres a lo largo de diversas etapas de la vida. Todas las participantes coinciden en que, en algún momento, una mujer, ya sea hermana, madre, abuela, cuñada u otra, ha contribuido y brindado ayuda. Por ejemplo, una participante relata que su tía llevaba cosechas a su madre en momentos de dificultad económica para asegurar la alimentación de los hijos. Otra, al enfrentar un diagnóstico de cáncer de mama, recibió apoyo emocional de primas y sobrinas, quienes le proporcionaron ropa cómoda para las quimioterapias. Además, una mujer menciona que su suegra cuidaba de sus hijos mientras ella ejercía su profesión como odontóloga.

Estas acciones de apoyo se enmarcan en la noción de sororidad, que implica una alianza entre mujeres basada en principios de reciprocidad y apoyo mutuo. Como bien señala Lagarde y

de los Ríos (2009), la sororidad promueve la diversidad y el reconocimiento de la igual valía de todas las mujeres, fundamentada en su condición humana compartida.

Las expresiones de sororidad revelan una conexión arraigada en la comprensión de las luchas compartidas como mujeres. La ayuda mutua va más allá de una simple transacción; es un reconocimiento de las adversidades específicas que enfrentan las mujeres y una respuesta solidaria a esas realidades. Es un acto de empatía que trasciende las barreras familiares y se conecta con la experiencia colectiva de ser mujer en una sociedad con expectativas y roles de género predefinidos que ellas se sienten en la obligación de cumplir.

A pesar de la existencia de casos en los que las mujeres perpetúan estereotipos de género y juzgan a quienes no se conforman a ellos, la sororidad persiste como un lazo que une a estas mujeres. La solidaridad entre ellas se convierte en una fuerza que contrarresta las presiones y expectativas sociales.

En cuanto al ámbito familiar, las participantes presentan una variedad de modelos familiares. Tres de las mujeres casadas comparten sus hogares con sus parejas e hijos, conformando así una estructura familiar nuclear. Por otro lado, las dos mujeres viudas mantienen hogares unipersonales, siendo una de ellas quien vive sola y la otra, a pesar de ser madre, también reside de manera individual.

En el caso de las mujeres casadas, suelen residir con sus familias y continúan asumiendo la responsabilidad del cuidado de sus hogares. Esto incluye tanto a sus esposos como a sus hijos, incluso cuando estos últimos son mayores de 24 años y podrían encargarse de sí mismos. A pesar de la capacidad de sus hijos para cuidarse, las mujeres siguen siendo las principales encargadas de actividades como la preparación de alimentos, el mantenimiento del hogar y otras tareas asociadas con las responsabilidades reproductivas.

Aunque muchas de estas mujeres no participan actualmente en empleos remunerados, estas responsabilidades absorben la mayor parte de su tiempo diario, lo que resulta en una carga

significativa en el cuidado de sus seres queridos. Esta dinámica a menudo se traduce en una reducción del tiempo disponible para dedicarse a actividades fuera del hogar.

A lo largo de sus vidas, las mujeres asumen la responsabilidad de cuidar. Desde la infancia, donde cuidan de sus hermanos y ayudan a sus madres en las funciones del hogar, hasta la vida en pareja ya sea casadas o en unión libre, momento en el que asumen el cuidado de esposos e hijos. En la adultez y adultez mayor, continúan siendo cuidadoras, ahora de personas enfermas. Este ciclo vital implica que sus vidas giren en torno a las funciones del cuidado, y esto tiene connotaciones significativas en su existencia, ya que estas responsabilidades absorben gran parte de su tiempo y limitan su capacidad de disfrute. Estas mujeres son, en cierto sentido, seres dedicados a otros, siempre enfocadas en el cuidado de otros, incluso a expensas de su propio bienestar. Como lo expresó una participante: "Es que yo no tuve infancia, a mí mis papás nunca me pegaron ni castigaron porque es que yo no pude hacer las travesuras que hacían los otros niños porque yo era la mayor y tenía que cuidar a mis hermanos" (Ofelia, comunicación directa, julio 19 de 2023).

Un ejemplo más contemporáneo de esta dinámica es una participante que, a pesar de haber ejercido como odontóloga en el pasado y haber tenido la posibilidad de desvincularse en cierta medida de las responsabilidades reproductivas, en su adultez mayor se ha convertido en la principal cuidadora de su esposo, quien padece la enfermedad de Alzheimer. Esta nueva dinámica ha requerido ajustes significativos en su rutina diaria.

“yo sé que para el otro año yo voy a tener que elegir en qué cursos quedarme, porque ya no me da para estar en todos por la condición de mi esposo, yo no lo puedo dejar solo tanto tiempo, pero yo también ya me he ido preparando, he hecho las tertulias en mi casa”. (Martha, comunicación directa, agosto 15 de 2023)

Es esencial resaltar que, en los casos de mujeres casadas que mantienen familias nucleares, la dinámica común es que son sus hijos quienes permanecen en el hogar de origen con sus padres, en lugar de que las personas mayores vivan en los hogares de sus hijos. Esta situación

plantea cuestionamientos sobre el estereotipo arraigado de que las personas mayores dependen de sus hijos. Para comprenderlo, es necesario indagar en su origen, y podría estar vinculado a las dificultades que enfrentan las generaciones más jóvenes en la actualidad para acceder a empleo y viviendas independientes.

Además, es destacable señalar que estas mujeres vinculan la permanencia de sus hijos en el hogar con la búsqueda de un matrimonio, pues señalan que no se han mudado debido a la falta de una pareja. Este aspecto subraya la importancia cultural otorgada al matrimonio en nuestra sociedad. La interpretación de esta situación sugiere que, en lugar de una dependencia directa de los hijos por parte de las personas mayores, la elección de permanecer en el hogar puede estar influenciada por factores socioculturales, como las expectativas relacionadas con el matrimonio. En consecuencia, se plantea una reflexión crítica sobre las percepciones convencionales acerca de la dependencia de las personas mayores y se sugiere una conexión más compleja con las circunstancias socioeconómicas y las normas culturales contemporáneas.

En contraste, es interesante destacar que las mujeres viudas, a pesar de vivir solas, no necesariamente experimentan sentimientos de soledad o aislamiento. Un caso ilustrativo revela que, tras la pérdida de su esposo, una mujer encontró apoyo al vivir con sus hermanas, quienes la respaldaron en el cuidado de su hija mientras ella trabajaba para sostener económicamente a su familia. A medida que su hija se casó, la transición a la vida en solitario se volvió más llevadera para esta mujer. Su rol previo como cuidadora principal de su hija había llegado a su fin, lo que le brindó la oportunidad de explorar actividades artísticas y deportivas que antes le resultaban inaccesibles por el poco tiempo que contaba para ello. La adultez mayor le permitió sumergirse en intereses personales que previamente no había tenido la oportunidad de explorar.

A pesar de estos cambios positivos, cuando su hija se independizó, la mujer se encontró en el hogar de sus hermanas y enfrentó diversos retos. Este período de ajuste implicó una serie de desafíos que, aunque distintos de los que experimentó anteriormente, evidencian la complejidad de la transición a la vida en solitario después de haber compartido un hogar con su familia.

“Tengo una hermana que tiene cáncer y ha habido mucho problema con eso, un sobrino que nunca nos ha mirado ni nada y ella sí ha tenido buena relación con él, y entonces llegó y a mí me echaron de la casa, que era la casa de mi mamá que porque el sobrino venía y no me quería ver y yo, como le parece, yo le dije “cómo así Tata, preferís al sobrino que ha sido una porquería con todos, que no saluda a nadie que a la mamá ni siquiera le deja ver su nieta y ella “ah sí hija, que pena”, y yo “ah bueno, quédate con tu sobrino que te da más cosas haber hasta cuando le dura” y me vine para acá”. (Luz, Comunicación directa, agosto 26 de 2023)

El testimonio de la participante revela una compleja dinámica familiar en la que su hermana ha optado por priorizar la presencia masculina de su sobrino sobre la relación con su propia hermana, a pesar de haber compartido un hogar durante varios años. Este hecho es notable incluso cuando el sobrino no muestra un comportamiento particularmente respetuoso y afectuoso. Las razones detrás de esta elección pueden ser variadas y estar vinculadas a influencias sociales y familiares.

Algunas posibles explicaciones para esta elección podrían incluir la presencia arraigada de estereotipos de género en la sociedad, que valoran más la figura masculina. También podría estar relacionado con la creencia de que un hombre puede ofrecer una mayor protección que la que la participante, como mujer, podría proporcionar en ese contexto. Además, la asignación tradicional de roles económicos, donde al hombre se le atribuye la responsabilidad del sustento del hogar, puede influir en esta decisión.

Esta situación pone de manifiesto cómo las percepciones, moldeadas por las construcciones sociales, subestiman la figura femenina en comparación con la masculina. A pesar de compartir un espacio durante muchos años, estos estereotipos de género continúan predominando en cualquier situación, evidenciando la persistencia de desigualdades y prejuicios en la percepción de roles y responsabilidades dentro del núcleo familiar.

A pesar de la situación actual, la participante reside de manera independiente y expresa sentirse plenamente satisfecha con su vida en solitario. Aunque comparte su hogar únicamente consigo misma, no experimenta la soledad y disfruta de manera activa de su tiempo libre. Gracias a sus actividades lúdicas y deportivas, ha logrado forjar amistades y establecer conexiones significativas con otras personas. Esta experiencia subraya la relevancia de la autonomía y la independencia, evidenciando que esta mujer encuentra satisfacción y compañía en su día a día, a pesar de vivir de manera individual. Asimismo, resalta la idea de que la elección de residir sola no solo brinda una mayor sensación de libertad, sino también la oportunidad de construir relaciones significativas más allá del ámbito familiar.

Otra situación relacionada con las dinámicas interpersonales involucra circunstancias imprevistas, eventos inesperados que provocan cambios en la percepción de cómo las mujeres se relacionan. La presencia de una enfermedad, por sí misma, conlleva una carga emocional significativa y representa un cambio en las prioridades y perspectivas de quienes la experimentan. Una participante que compartió su vivencia con la enfermedad destacó un cambio profundo en su vida y perspectiva.

La enfermedad la llevó a una profunda reflexión sobre su bienestar y su independencia. Antes de esta experiencia, se auto definía como la "tía querida" y la "hermana querida", siempre dispuesta a complacer a los demás y mantener una actitud servicial. Sin embargo, la enfermedad la hizo cuestionar esta dinámica y se dio cuenta de que, en última instancia, debía priorizar su propia salud y felicidad. Además, notó la falta de reciprocidad durante su enfermedad, ya que sus familiares y personas cercanas no estuvieron para ella de la misma manera en que ella lo había estado en otras ocasiones.

Este proceso refleja un empoderamiento personal en el que la participante se aparta de la idea de complacer a todos a su alrededor. Al centrarse más en sí misma y en su bienestar, experimentó un fortalecimiento emocional y reconoció la importancia de ser su propia prioridad. Aunque aún valora su familia y comparte tiempo con ellos, ha aprendido a establecer límites y a

expresar sus pensamientos y sentimientos de manera más honesta, incluso si eso implica decir verdades que pueden resultar incómodas para los demás, como ella misma señala.

En el contexto de las mujeres, a lo largo de la historia se les ha asignado tradicionalmente el papel central en la familia, encargándose del cuidado de sus seres queridos. El proceso de transición hacia una vida más independiente puede resultar desafiante para ellas. La adaptación de modelos familiares nucleares a hogares unipersonales implica ajustar las expectativas entre las generaciones, un proceso que no siempre es sencillo. En muchas ocasiones, se enfrentan a sentimientos de desvalimiento, ya que las idealizaciones conformadas para cumplir con las expectativas sociales no siempre se materializan como se espera. Sin embargo, las mujeres llevan a cabo un reajuste de esas expectativas basándose en sus experiencias cotidianas y en la forma en que las circunstancias las han colocado.

En general, estas mujeres han adoptado un enfoque más independiente en esta etapa de sus vidas, priorizando su propio bienestar y deseos. Todos los discursos analizados subrayan la variabilidad de las condiciones de las mujeres y cómo estas condiciones generan experiencias significativamente diversas. Incluso situaciones aparentemente negativas, como la muerte del cónyuge o la aparición repentina de una enfermedad, muestran cambios que podrían considerarse o concebirse como positivos. No se trata tanto del suceso desafortunado en sí mismo, sino de la manera en que estas mujeres se enfrentan, asumen y se convierten en mujeres resilientes. A pesar de los acontecimientos negativos, continúan con sus vidas, y los cambios resultan beneficiosos para ellas.

Este fenómeno demuestra que la adultez mayor puede ser una fase de independencia en lugar de dependencia, aclarando que la independencia no debe confundirse con la individualización. La historia ha evidenciado que nada se construye en solitario; desde la infancia hasta las edades avanzadas, se necesita el cuidado y apoyo de otros. Los niños dependen del cuidado de quienes los rodean, especialmente de los cuidados de sus madres, las personas enfermas requieren la atención de médicos para su tratamiento y de quienes se encargan de sus cuidados que mayoritariamente son ejercidos por mujeres, y en el caso específico de las

participantes, la solidaridad entre ellas ha sido fundamental. Bajo el principio de sororidad, se han apoyado mutuamente para llevar a cabo sus actividades, y es innegable que, sin esta colaboración, enfrentarían desafíos más complejos.

Las mujeres que han elegido vivir de manera independiente durante muchos años han experimentado una forma de vida que encuentran satisfactoria. Se destaca la experiencia de una mujer que, tras enviudar, intentó "rehacer su vida" al embarcarse en una convivencia con una nueva pareja, pero esta no cumplió con sus expectativas. Es crucial señalar que el término "rehacer" puede resultar inapropiado, ya que la vida de esta mujer no llegó a su fin con la culminación de su matrimonio. El uso de esta expresión puede pasar desapercibido o emplearse de manera inconsciente, pero su simbología conlleva una carga ideológica significativa. Utilizar este término sugiere que la vida de una mujer alcanza su punto culminante con el matrimonio, cuestionando la importancia que se le atribuye a esta institución y destacando el sentimiento de desvalimiento que algunas mujeres experimentan al sentir la necesidad de "reiniciar" sus vidas tras la pérdida del cónyuge. Es fundamental reconocer que la valía de las mujeres no debería estar condicionada por la presencia o ausencia de un matrimonio.

La participante se embarcó en una nueva convivencia con una segunda pareja, pero su experiencia se vio empañada por la celosía y el comportamiento problemático de este último, especialmente cuando consumía alcohol de manera frecuente. A pesar de otorgarle una segunda oportunidad, la relación apenas perduró ocho meses, y la mujer, enfrentando situaciones difíciles, finalmente optó por poner fin a la relación. Aunque anhelaba un hogar tradicional con madre y padre, sentía la necesidad de la presencia masculina, expresando que "criar a un hijo sola es muy duro". A pesar de las dificultades, la mujer intentó varias veces ayudar a su pareja, buscando apoyo en Alcohólicos Anónimos para evitar la ruptura. Sin embargo, ninguno de estos esfuerzos tuvo éxito.

Su intento de brindar apoyo pone de manifiesto cómo la sociedad patriarcal tiende a asignar a las mujeres roles de cuidado, perpetuando la idea de que las relaciones entre hombres y mujeres son complementarias, donde las mujeres se ocupan del hogar y los hombres del sustento

económico. En el imaginario social, las mujeres se idealizan en matrimonios y hogares nucleares, y no estar en esta situación genera un sentimiento de desvalimiento. En situaciones complejas, las mujeres a menudo se perciben a sí mismas como salvadoras, adoptando una perspectiva de amor romántico en la que creen que el amor puede superar cualquier adversidad, incluso cuando su propio bienestar está de por medio.

La realidad experimentada por las mujeres casadas difiere notablemente debido a la influencia de las construcciones sociales en sus vidas. Estas construcciones han modelado sus roles y percepciones, y la figura masculina, personificada por sus esposos, desempeña un papel crucial al reforzar en las mujeres sentimientos de protección y seguridad. La dependencia de estas mujeres respecto a la masculinidad surge como una consecuencia directa de las construcciones sociales arraigadas en roles de género tradicionales, que han relegado a las mujeres al hogar como madres y esposas, mientras que se ha validado la idea de que los hombres desarrollen sus vidas fuera de casa. “A mí no me gusta estar sola, Juan Camilo y mi esposo salen los fines de semana y yo me quedo sola, pero no me gusta, me da miedo sentir el silencio, estar sola en la noche y que me pueda pasar algo” (Ofelia, comunicación directa, agosto 9 de 2023).

El énfasis en el papel de las mujeres como madres y esposas conlleva a menudo una sensación abrumadora de responsabilidad y deber hacia la familia. Este compromiso dificulta que se distancien de estos roles, incluso de manera temporal. Alejarse de estas responsabilidades, aunque sea por un breve período, genera en ellas sentimientos de culpa y una sensación de hacer algo "malo". Sienten que están incumpliendo con lo que se considera "correcto" y esperado de ellas, llevando consigo etiquetas como "malas madres" o "malas esposas".

La preferencia de estas mujeres por la compañía de sus esposos va más allá de una simple elección; les proporciona un profundo sentido de seguridad. Esta inclinación evidencia de manera clara cómo las construcciones sociales han forjado una conexión sólida entre las mujeres y su dependencia de la masculinidad. A lo largo de sus vidas, estas mujeres han estado intrínsecamente vinculadas a la formación y sustento de una familia, donde sus existencias giran en torno al hogar.

A diferencia de las mujeres que viven solas, las casadas encuentran su principal fuente de protección y satisfacción en la presencia de sus esposos e hijos. Por otro lado, las viudas experimentan una especie de libertad, donde las expectativas sociales genéricas pasan a un segundo plano. El desligarse de estas normas les brinda la oportunidad de disfrutar de sus vidas participando en actividades que les apasionan y descubriendo facetas de sí mismas que no están vinculadas a las funciones tradicionales del hogar y la familia. Este estado les concede el tiempo necesario para explorar sus habilidades, intereses y placeres, permitiéndoles definir su identidad de una manera más auténtica y plena.

En cuanto a las estrategias utilizadas para luchar contra la soledad, las participantes buscan la sororidad y se reúnen con amigas, hermanas u otras mujeres. “A mí me da miedo estar sola en las noches cuando los hombres no están (esposo e hijo) entonces le digo a mi hermana que se venga a dormir conmigo” (Ofelia, comunicación directa, agosto 9 de 2023). También se centran en actividades artísticas, lúdicas y deportivas, como gimnasia, costura y bailes de salón, en las que pueden interactuar con otras personas y evitar la soledad. Estas estrategias son fundamentales para mantener un sentido de conexión y bienestar emocional.

Hay una serie de desafíos y circunstancias que influyen en su experiencia de la soledad y su búsqueda de una vida satisfactoria. Las construcciones sociales y los roles de género tradicionales a menudo las han ubicado en roles de cuidadoras y responsables del hogar, lo que influye en sus decisiones y emociones. Sin embargo, a medida que envejecen, algunas mujeres encuentran formas de reconectar con sus propios deseos y establecer conexiones significativas con otras personas para combatirla.

#### **7.4 Capítulo IV: Educación y su implicación en la adultez mayor**

Se evidencian notables disparidades en el acceso a la educación entre las mujeres originarias del municipio y aquellas de la ciudad de Medellín. Las dinámicas en ambos entornos presentan variaciones significativas, especialmente en lo que respecta a las relaciones de género.

El acceso a la educación juega un papel crucial, ya que proporciona herramientas que permiten percibir y abordar el mundo de maneras diversas, influyendo directamente en las perspectivas y acciones de las mujeres.

Es innegable que las historias familiares desempeñan un papel fundamental en la formación de valores y percepciones, siendo la familia la primera institución educadora. Sin embargo, es importante destacar que el acceso a otros ámbitos educativos, como la escuela y la universidad, introduce herramientas diferentes que pueden divergir de las normas transmitidas en el seno familiar.

La brecha en el acceso a la educación entre las mujeres nativas del municipio y las de la ciudad de Medellín resalta la importancia de considerar las distintas realidades y contextos que influyen en la formación educativa de las mujeres. Esta disparidad no solo impacta en las oportunidades individuales, sino que también contribuye a la configuración de las percepciones de género en ambos entornos, influyendo en la construcción de identidades y roles dentro de la sociedad.

En el caso de las mujeres nativas del municipio, su nivel educativo se limita en su mayoría a la educación primaria. Sin embargo, es relevante destacar que una de ellas logró acceder a cursos en un noviciado, donde las monjas, también conocidas como hermanas en la religión católica, desempeñaban un papel crucial al impartir clases de matemáticas y lectoescritura. Este enfoque educativo se dirigía especialmente a aquellas mujeres que, por diversas razones, no habían tenido la oportunidad de adquirir estas habilidades anteriormente.

La participante señala que, aunque no le gustaba estudiar, encontró en el noviciado un espacio donde se ofrecían cursos prácticos, como repostería, panadería y costura, que ella describe como "útiles para la vida". Aquí se revela una conexión importante entre la formación educativa y las habilidades domésticas, resaltando la relevancia que se le dan a las últimas incluso más que la formación tradicional de la escuela.

Este contexto destaca dos aspectos de relevancia. En primer lugar, se evidencia el arraigado don de servicio históricamente asociado a las mujeres, particularmente dentro del contexto de la religión católica, donde son las monjas las que desempeñan roles relacionados con actividades reproductivas y de cuidado. En este entorno religioso, las relaciones de género prevalecen y se perpetúan. A pesar de que los cursos prácticos ofrecidos están directamente relacionados con funciones tradicionalmente asignadas a las mujeres, se observa una dinámica de sororidad, manifestada a través de la solidaridad y el deseo de compartir conocimientos con otras mujeres que, en su momento, no tuvieron acceso a tales saberes. Estos conocimientos son considerados esenciales para reducir la brecha de desigualdad y brindar a estas mujeres mayores oportunidades, disminuyendo así la brecha de analfabetismo. Esta dinámica refleja tanto la solidaridad entre mujeres como el reconocimiento social del don del servicio como un atributo femenino.

Sin embargo, a pesar de que la participante pudo beneficiarse de esta formación, es crucial señalar que este enfoque educativo se centraba en enseñar funciones hogareñas a las mujeres, específicamente vinculadas con el cuidado y actividades que ella valora como "útiles". Esta conexión entre la educación y las responsabilidades domésticas resalta la persistencia de roles de género tradicionales que asignan a las mujeres responsabilidades específicas en el ámbito del hogar.

Las otras dos mujeres nativas del municipio también sólo cursaron la primaria, cada una por diferentes condiciones, una porque habitaba en una zona rural del municipio y la escuela sólo tenía cobertura de la primaria, pero además porque su padre falleció y ella tuvo que encargarse de los cuidados del hogar mientras su madre trabajaba, por otro lado la otra mujer residía en la zona urbana pero sus progenitores prefirieron que ella aprendiera desde temprana edad funciones prácticas para colaborar con la economía del hogar, así que aprendió a atender una tienda que era familiar, y no requería de estudios adicionales.

El acceso a la educación de estas mujeres se vio restringido, como se evidencia en los ejemplos, debido a diversas razones relacionadas con factores socioculturales que influyen en sus

trayectorias de vida. Por un lado, se prioriza la asignación de funciones reproductivas y roles tradicionalmente atribuidos a las mujeres. El aprender y capacitarse en actividades prácticas como repostería y costura, que históricamente han sido asignadas a las mujeres y concebidas para desarrollarse en el ámbito doméstico, revela cómo las expectativas de género pueden limitar las opciones educativas.

La educación a la que accedieron determinó en gran medida las funciones que cada mujer desempeñó en la vida adulta. Una de ellas, tras casarse tempranamente, se dedicó exclusivamente al cuidado de su hogar. Otra, capacitada en actividades comerciales, trabajó como asistente comercial en diversas tiendas del municipio. La tercera, formada en el noviciado, encontró empleo en una empresa de confecciones. Estos ejemplos subrayan la influencia significativa que la educación puede tener en las trayectorias de vida.

En la etapa de la adultez mayor, solo una de ellas pudo acceder a una pensión, lo que le brindó mayores oportunidades, como el acceso a servicios médicos. La mujer empleada en confecciones tuvo la posibilidad de cotizar a la seguridad social en algunos trabajos, pero no en todos, lo que le impidió acceder a la pensión. Por otro lado, la mujer dedicada exclusivamente al cuidado del hogar, a pesar de que esta labor ya se reconoce como "economía del cuidado", no obtuvo remuneración económica. Estas últimas dos mujeres se enfrentan a limitaciones económicas en la actualidad y dependen del sostén de sus esposos e hijos, lo que significa que su capacidad de disfrutar de recursos económicos se ve restringida a lo que les puedan proporcionar.

Por otro lado, las mujeres nacidas en la ciudad de Medellín experimentaron oportunidades distintas en cuanto al acceso a la educación. Ambas lograron completar el bachillerato y acceder a la educación superior profesional. Una de ellas se desempeñó como maestra de infantes, mientras que la otra se convirtió en odontóloga.

Este acceso diferenciado podría atribuirse a aspectos socioculturales arraigados en el contexto en el que se desarrollaron. La influencia de diversos movimientos sociales, posiblemente más influyentes en entornos urbanos que en áreas rurales, podría explicar estas

disparidades. Además, los factores económicos desempeñan un papel crucial en cada familia, ya que sin los recursos necesarios, habría sido más difícil acceder a la educación superior.

Es relevante señalar que la historia familiar también influyó, ya que algunos de sus parientes habían cursado estudios de educación superior. Esta conexión con la educación superior contribuyó a que percibieran este nivel educativo como algo significativo para sus proyectos de vida. A diferencia de las mujeres nacidas en entornos rurales, para quienes la idea de estudiar nunca se contempló como una opción viable o relevante.

Quizás la proximidad a los centros de formación también influyó en las oportunidades educativas de las mujeres ciudadinas, pero varios factores, como se destaca en toda esta investigación, subrayan la importancia de reconocer la diversidad de experiencias de las mujeres. Aunque puedan existir condiciones similares, las experiencias individuales varían, y es crucial comprender que estas experiencias no son homogéneas.

Estas diferencias en la dinámica de género entre entornos citadinos y pueblerinos impactan en la percepción de la vejez y en las oportunidades disponibles para las mujeres a lo largo de sus vidas. Mientras que en los contextos citadinos se ha avanzado más en la igualdad de género, en los entornos rurales persisten tradiciones más conservadoras que mantienen roles de género tradicionales. Las oportunidades educativas y profesionales pueden ser limitadas en los pueblos, lo que da lugar a experiencias de vida notablemente diferentes para las mujeres que crecieron y vivieron en estos entornos.

Las mujeres ciudadinas que participaron en el estudio tuvieron la oportunidad de acceder a una educación superior, pero sus relatos ponen de manifiesto cómo las expectativas de género ejercieron una influencia significativa en sus elecciones de vida. Una de las participantes expresó: "Siempre quise tener una hija, le decía a mi mamá que, de cualquier forma, tenía que darle una hija a la patria" (Luz, comunicación directa, julio 26 de 2023). Inicialmente, desempeñó el rol de maestra, aunque lo concibió como una ocupación temporal mientras trabajaba en la construcción de su familia, afirmando: "Yo le dije a mi esposo que apenas quedara embarazada, me salía de

trabajar para cuidar a la hija, y él me dijo que sí, que no había ningún problema” (Luz, comunicación directa, julio 26 de 2023). Su visión de vida siempre se centró en la formación de una familia, lo que refleja las normas de género tradicionales que sitúan a las mujeres en un papel prioritario de cuidadoras y enfatizan la familia por encima de los proyectos individuales. Su aspiración era casarse, tener hijos y dedicarse al cuidado de su familia.

No obstante, esta visión se vio truncada de manera trágica cuando su esposo falleció. Esta situación la forzó a regresar al ámbito laboral para mantener económicamente a su hija y a sí misma, aunque no pudo seguir con su carrera como maestra y tuvo que buscar empleo en otras áreas. Más adelante, fue despedida, argumentando que era "demasiado justa", una cualidad a menudo asociada a las mujeres, que también se perciben como sensibles. Este ejemplo ilustra cómo las expectativas de género pueden moldear la vida de las mujeres y limitar sus opciones, incluso cuando tienen acceso a la educación y a oportunidades laborales. La pérdida de su esposo la impulsó a asumir la responsabilidad económica, pero también puso de manifiesto las barreras que las mujeres enfrentan en el mercado laboral, donde las cualidades consideradas "femeninas" pueden llevar a la discriminación y a desafíos adicionales en su búsqueda de autonomía económica.

Cuando exploramos las diferentes perspectivas sobre "independencia y autonomía" entre las mujeres entrevistadas, encontramos similitudes que, al mismo tiempo, revelan matices según las circunstancias individuales de cada una. Un aspecto clave que destaca es la importancia de la independencia y la autonomía en el ámbito económico. En este contexto, y como se señaló anteriormente, solo dos están pensionadas, una realiza trabajo remunerado y dos no remunerado ni reciben pensión. Esto se convierte en un punto de énfasis, ya que expresan que su bienestar percibido se relaciona directamente con su capacidad de cubrir sus necesidades económicas básicas, una dimensión fundamental de la existencia humana.

En este sentido, es importante señalar que

“La autonomía económica suele ser entendida como la capacidad de las mujeres de “tomar decisiones sobre la productividad propia, la elección de un trabajo u oficio para generar ingreso, el tiempo dedicado a un trabajo no remunerado y a uno remunerado, la posibilidad de adquirir bienes y administrarlos, de tener información completa y veraz para sus decisiones económicas, a participar de las decisiones económicas de la familia, de la comunidad, del Estado” (Rodríguez Peña, 2018).

En este sentido, el factor económico desempeña un papel crucial en la percepción de independencia y bienestar de las mujeres en esta etapa de la vida. Aquellas con pensiones mencionan sentir una mayor libertad para participar en actividades que les motivan y disfrutar de su tiempo libre. Esto se debe a que el dinero representa una forma de independencia que les permite tomar decisiones de manera más autónoma. En contraste, las mujeres que no tienen una fuente de ingresos propia y no son pensionadas dependen económicamente de sus esposos e hijos.

Para estas últimas, la falta de recursos financieros limita su capacidad de llevar a cabo actividades que les gustan y motivan. El dinero que reciben de sus familias generalmente se destina exclusivamente al sostenimiento del hogar, sin que tengan la posibilidad de gestionar esos recursos para su propio disfrute. Esto las hace sentir dependientes de sus esposos, ya que sus elecciones y posibilidades se ven reducidas a las actividades que sus esposos estén dispuestos a financiar. Como resultado, su capacidad para tomar decisiones autónomas y participar en actividades que les interesan se ve significativamente restringida.

“Entonces yo le dije a Samuel (esposo) “¿entonces qué, adónde quiere ir de día de padres? Usted sabe que aquí no volvimos a hacer nada, entonces adónde lo llevamos a usted a comer frisoles” y me dijo “no olé, sabes qué quiero, que me lleven a comer o qué vamos, pues si ustedes tienen la formita”, porque uno hace el esfuerzo de invitarlo a almorzar, pero él dijo que si teníamos la forma, que aunque de igual él nos colabora para ir a comer lechona” porque Sandra no gana un peso,

a Sandra no le entra plata de ninguna parte y yo menos” (Saray, comunicación directa, julio 17 de 2023 ).

La noción de autonomía económica vista desde una perspectiva feminista, se despliega como un proceso que requiere una profunda inmersión en el contexto de las mujeres para descubrir y confrontar las múltiples formas de opresión arraigadas en la sociedad. Este enfoque de género no debe ser limitado a un aspecto aislado de la vida de las mujeres, sino que debe atravesar todas las dimensiones de su existencia. Su objetivo es desentrañar las opresiones y desigualdades que suelen pasar desapercibidas y, lamentablemente, se normalizan bajo la etiqueta de "cuestiones culturales".

No considerar este enfoque de género podría conllevar una interpretación errónea de la autonomía económica, restringiéndola a la mera obtención de ingresos. Sin embargo, la verdadera autonomía económica abarca mucho más. Implica que las mujeres tengan la capacidad no solo de acceder a oportunidades económicas, sino de transformar las estructuras y relaciones en las que a menudo se encuentran subordinadas. Este empoderamiento les permite enfrentar los desafíos cotidianos con determinación.

La autonomía económica también exige una profunda revisión de las dinámicas familiares y sociales, particularmente en lo que respecta a la redistribución de las tareas de cuidado no remuneradas. Se reconoce la sobrecarga de trabajo que las mujeres y niñas enfrentan debido a sus responsabilidades productivas y reproductivas. Las mujeres suelen ser asignadas con la responsabilidad del cuidado de la familia y el hogar, generando una sobrecarga adicional para aquellas que también realizan trabajos remunerados. Esto no cambia a lo largo de las diferentes etapas de la vida de las mujeres.

En el contexto específico del municipio de Retiro, Antioquia, se observa cómo los estereotipos socioculturales siguen influyendo en la vida de las mujeres. A pesar de los avances logrados en décadas pasadas, aún persiste una presión social sobre aquellas mujeres que desean alejarse de los estándares tradicionales de lo que se espera de ellas. Estos estándares incluyen la

idea de que las mujeres son las responsables de mantener la familia y encargarse de las labores del hogar, limitando así sus oportunidades fuera de casa.

### **7.5 Capítulo V: Condiciones de salud, más allá de los estereotipos**

Este capítulo se centra en el análisis de las percepciones de las mujeres en la etapa de la adultez mayor en relación con su salud, proporcionando una visión diversa de cómo estas mujeres experimentan y evalúan esta etapa vital. Desde una perspectiva feminista, se exploran las complejas narrativas que emergen desafiando estereotipos arraigados en la sociedad.

Un descubrimiento significativo en esta investigación resalta la importancia crucial de la independencia y la autonomía en el proceso de envejecimiento. Aunque la narrativa social comúnmente asocia la vejez con la dependencia y la pérdida de autonomía debido al deterioro físico, ninguna de las participantes en el estudio se percibe como dependiente de otros. Es importante destacar que, en el caso de las mujeres casadas, valoran la compañía de sus parejas e hijos, y ante la presencia de una enfermedad reconocen la importancia de recibir cuidados, pero ninguna considera estos cuidados como necesarios de manera permanente o imprescindibles para llevar a cabo sus actividades diarias.

A pesar de que la vejez ha sido tradicionalmente asociada con estereotipos negativos, como la conexión directa con enfermedades y dependencia, este estudio revela matices significativos que deben abordarse para desmontar dichos estigmas y obtener una perspectiva más cercana a las realidades de las personas mayores. Este hallazgo desafía uno de los estereotipos más arraigados sobre el envejecimiento y lo posiciona en una perspectiva más alineada con la autenticidad de sus experiencias.

Además, la salud emerge como un componente fundamental al abordar la temática de independencia y autonomía en este contexto. Todas las participantes en el estudio presentan diversas condiciones de salud, pero ninguna las vincula directamente con la vejez; más bien, las

interpretan como resultados desafortunados de diversas circunstancias a lo largo de sus vidas. La percepción de estas condiciones de salud varía entre las mujeres mencionadas.

Algunas participantes consideran que estas condiciones son condicionantes, pero no limitantes, influyendo en su capacidad para llevar a cabo ciertas actividades cotidianas que solían realizar. Sin embargo, estas condiciones se asocian principalmente con la interrupción de su carrera laboral. Como se destacó previamente, las enfermedades no se manifiestan exclusivamente en la adultez mayor; ya desde etapas anteriores, obligaron a estas mujeres a abandonar sus trabajos. Cuando se les pregunta acerca de las limitaciones o consecuencias en sus vidas diarias debido a la presencia de la enfermedad, las participantes relatan lo siguiente:

“Me ha impedido trabajar, yo ya no puedo trabajar por eso, porque manejando la maquina me dolían muchos los pies, entonces tenía que parar y no cumplía, aunque yo todavía hago costuras acá en mi casa, pero acá si lo puedo hacer a mi ritmo” (Ofelia, comunicación directa, julio 19 de 2023).

“Yo era odontóloga, o soy, no sé cómo se dirá, y me empezaron a fallar las manos y ya dije, me encantaba la profesión y la disfrutaba mucho pero ya dije esto sí ya es falta de responsabilidad y me tocó dejarla por la artrosis” (Martha, Comunicación directa, julio 24 de 2023).

“Yo he sido operada dos veces de la columna, me dan quistes en la columna. Últimamente he estado con mucho dolor en las piernas y creo que es la consecuencia de eso, porque yo fui donde el médico y me mandó una radiografía, pero me dijo que ya no me podían hacer nada más en la columna pero que no, que eso ya se debe tratar con terapias” (Luz, comunicación directa, julio 26 de 2023).

Estos relatos evidencian cómo en una sociedad capitalista, la perspectiva predominante o el ideal imperante es la constante producción. Estas mujeres dan prioridad a esta perspectiva, y a través de sus vivencias se podría ofrecer una respuesta al estereotipo que asocia la "falta de

productividad en la adultez mayor". Este fenómeno también puede estar vinculado con la transición a la jubilación o la pensión de las actividades laborales.

Vivimos en una sociedad que ha inculcado a las personas la idea de trabajar y generar ingresos. La ausencia de una actividad laboral, de contribuir a ese sistema económico tan omnipresente, puede generar un sentimiento de desvalimiento. La sociedad nos ha enseñado a vincular nuestra valía con nuestra capacidad para producir y contribuir económicamente. La idea de estar sin empleo puede colocar a las personas en un estado en el que ocuparse de otras actividades se percibe como un desvío de ese sistema, dificultando el disfrute pleno.

Es crucial destacar que, a pesar de haberse visto obligadas a abandonar ciertas actividades debido a sus enfermedades, las participantes exhiben un notable grado de autosuficiencia en movilidad y tareas diarias, prescindiendo de asistentes permanentes. A pesar de enfrentar dolencias y haber pasado por cirugías que podrían limitarlas, las mujeres demuestran habilidades significativas para realizar actividades cotidianas sin depender de ayuda constante.

Es interesante observar que las participantes asocian principalmente sus enfermedades con la limitación para trabajar, mientras que el resto de sus actividades diarias se llevan a cabo con normalidad, ajustándose a las restricciones impuestas por cada condición de salud. Es esencial subrayar que estas enfermedades se desarrollaron antes de entrar en la adultez mayor, desvinculando así la idea de que esta etapa de la vida está inherentemente marcada por la enfermedad.

Sin embargo, una de las participantes luego de atravesar por un cáncer de mama, actualmente su principal enfermedad o la que más la ha limitado es la trombosis que la hace concebirla como un aspecto negativo que la limita fuertemente y no le permite disfrutar este ciclo vital completamente, ella expresó: "Yo ya no puedo hacer nada, yo me la paso de cita en cita"(Saray, comunicación directa, julio 17 de 2023). Para esta mujer, que adoptó las actividades reproductivas desde temprana edad para apoyar a su madre y que, al casarse, nunca ejerció una actividad laboral remunerada, la enfermedad representó un abandono de las actividades

reproductivas y la situó en un estado de desvalimiento. A lo largo de su vida, sus roles estuvieron centrados en el cuidado de su familia y su hogar. La enfermedad, en su percepción, la llevó a transferir la responsabilidad de los cuidados del hogar a su hija mayor, quien dejó su trabajo remunerado para encargarse de las tareas del hogar, de ocupar el rol y desempeñar las funciones que estaban a cargo de su madre, a pesar de no desearlo. Esto es un ejemplo de cómo la cultura se reproduce a lo largo de generaciones, y cómo la falta de una perspectiva de género puede limitar las opciones y acciones de las mujeres frente a ciertas situaciones. La hija depende económicamente de su padre y, al asumir el cuidado de su madre y su hogar, se ve restringida en cuanto a las oportunidades y la libertad de elección en la forma en que quiere vivir su vida, pues sus actividades se ven muy limitadas por la responsabilidad que asumió con su madre, y aunque la participante ya superó el cáncer de mama, ella tiene la percepción de necesitar permanentemente de los cuidados de su hija.

Una vez más, cuestionamos y destacamos la desigualdad que enfrentamos las mujeres, así como la manera en que los roles de género nos constriñe y nos dictan la forma en que debemos vivir nuestras vidas, incluso cuando no es nuestro deseo. El rol de cuidadoras está tan arraigado en nosotras que lo experimentamos como una responsabilidad casi imposible de desvincular, más que una responsabilidad, es percibido como una cualidad de la cual no podemos liberarnos. Esto nos sitúa en escenarios que restringen nuestras oportunidades, como, por ejemplo, limitar la posibilidad de que una hija acceda a un empleo y a la autonomía económica. Esta restricción afecta tanto a la hija como a la madre, ya que ambas dependen del sustento que el padre pueda proporcionar, colocándolas en una posición de vulnerabilidad.

Considerando que la vejez es un ciclo vital en el que las experiencias y los acontecimientos de etapas anteriores adquieren relevancia, esta mujer en su adultez mayor podría enfrentar una mayor vulnerabilidad al no contar con acceso a una pensión que le brinde autonomía económica para cubrir sus necesidades sin depender de otra persona.

Otro caso significativo en este estudio, y que se nombró en uno de los capítulos anteriores, es el de una participante a la que le diagnosticaron una enfermedad en la que su vida

corría un peligro significativo cuando aún no había ingresado en la etapa de adultez mayor. Este diagnóstico fue una experiencia compleja para ella, ya que experimentó un profundo temor. No temía por su propia salud, sino por la posibilidad de fallecer y dejar a sus hijos desamparados. Su preocupación central no era su bienestar personal, sino garantizar la protección de sus hijos. Como ella misma expresó, "Yo me volví muy relajada, porque era muy entregada a mi familia, pero me dejaron sola" (Martha, comunicación directa, agosto 15 de 2023).

Este caso ilustra claramente la tendencia generalizada entre las mujeres de priorizar el bienestar de los demás, incluso por encima del suyo propio. La participante llegó a un estado de tranquilidad al liberarse de la responsabilidad de cuidar constantemente de su familia de origen, aun cuando estos cuidados no eran recíprocos. A medida que avanzó en su proceso de aceptación de la condición de salud, llegó a la conclusión de que era fundamental priorizar su propio bienestar. Se dio cuenta de que debía cuidar de sí misma para estar en condiciones de seguir siendo una fuente de apoyo para su familia, además porque tenía la percepción de que nadie se iba a encargar de los cuidados de sus hijos como ella lo haría, que no estarían mejor a cargo de los cuidados de otra persona. Este cambio de percepción refleja un proceso de empoderamiento y autovaloración, que se manifiesta al reconocer la importancia de atender sus propias necesidades, y que el hacerlo no significa necesariamente descuidar su papel de cuidadora. La experiencia de esta participante demuestra cómo, a pesar de las dificultades iniciales, puede surgir una mayor conciencia de la importancia de cuidarse a una misma, lo que puede conducir a un estado de mayor equilibrio en las relaciones familiares y el bienestar individual.

La percepción común de que el envejecimiento implica una pérdida inevitable de capacidades y habilidades es un estereotipo que merece ser desmontado. Las personas mayores, a pesar de las condiciones físicas que puedan enfrentar, no ven limitadas sus posibilidades de disfrutar plenamente de la vida. De hecho, pueden seguir llevando a cabo actividades que les brindan satisfacción y bienestar.

Al consultar a todas las participantes acerca de los obstáculos derivados de las enfermedades que han enfrentado, cada una de ellas menciona que la principal limitación reside

en la imposibilidad de trabajar. Aunque reconocen que esta limitación laboral es significativa, también destacan que, a pesar de ello, pueden llevar a cabo el resto de sus actividades cotidianas con normalidad. Es importante tener en cuenta que estas actividades se realizan considerando las restricciones específicas asociadas con cada enfermedad que padecen.

## **7.6 Capítulo VI: Adulthood mayor, ciclo vital de conexión con la corporalidad**

El cuerpo trasciende la mera consideración de ser un ente biológico o un conjunto de órganos cuya función es simplemente mantener la vida. Más allá de concebirlo únicamente desde una perspectiva biológica, debemos reconocer que el cuerpo es un narrador de historias, un vehículo que nos permite existir y participar en este mundo terrenal. En este contexto, el mundo terrenal se caracteriza por la diversidad de perspectivas, aunque esta diversidad no siempre se traduce en una experiencia positiva. A menudo, las concepciones universales imponen una visión homogénea de cómo deben ser percibidos los cuerpos, restringiendo así la expresión individual.

El cuerpo no es estático ni desligado de la historia; más bien, es un ser histórico que refleja las múltiples experiencias y vivencias a lo largo del tiempo. A través de este vehículo llamado cuerpo, tenemos la capacidad de percibir y experimentar las maravillas que la vida y el universo nos ofrecen. Al reconocer la riqueza de estas experiencias, podemos apreciar la singularidad de cada individuo y resistirnos a las limitaciones impuestas por las visiones uniformes de cómo deberían ser nuestros cuerpos. En última instancia, el cuerpo se convierte en un medio a través del cual exploramos y nos conectamos con la complejidad de la existencia.

Históricamente, los cuerpos han estado intrínsecamente vinculados a construcciones sociales que dictan no solo cómo comportarse, sino también cómo deben ser percibidos. Esta influencia es aún más pronunciada cuando se analiza desde la perspectiva de género. En particular, las mujeres han sido situadas en una posición desfavorecida, donde sus cuerpos son objeto de control y las formas en que buscan expresar sus identidades a través de ellos se ven limitadas.

El cuerpo, como medio de expresión, nos permite manifestar diversos aspectos de nuestra cultura y nuestras identidades. Al observar a una persona sin conocerla, su apariencia física puede proporcionar pistas sobre múltiples aspectos y ofrecer una primera impresión. Sin embargo, es crucial reconocer que esta perspectiva no es absoluta ni debe considerarse como el único criterio para definir a alguien. Caer en la trampa de basar juicios únicamente en la apariencia física alimentaría estereotipos y encasillamientos, contradicen así el propósito de esta investigación, de desmontar estas nociones preconcebidas. La riqueza de la identidad humana trasciende la superficie física, y es esencial abogar por una comprensión más profunda que respete la diversidad y complejidad de cada individuo.

En la estructura patriarcal de la sociedad, donde se ejerce un control particularmente riguroso sobre las mujeres, sus cuerpos también son objeto de constante vigilancia. En particular, la idealización del cuerpo femenino está estrechamente vinculada a la juventud. Sin embargo, ¿qué sucede cuando transcurre el tiempo? Es inevitable que los cuerpos experimenten cambios físicos a medida que envejecemos.

Con el paso de los años, surgen inevitables transformaciones en la apariencia física: aparecen arrugas y el color de nuestro cabello se modifica, a menudo tornándose blanco con canas. Estas canas, que a veces son rechazadas o despreciadas por no ajustarse al ideal femenino de juventud, pueden también representar una historia familiar única. En algunas familias, las canas pueden manifestarse desde edades tempranas, desafiando la percepción convencional de que sólo están asociadas a la vejez. Es fundamental desafiar la norma que vincula la valía y la belleza de una mujer exclusivamente a la juventud, reconociendo la riqueza y la singularidad que cada etapa de la vida aporta a la narrativa de una persona.

Abrazar los cambios físicos que surgen con el paso de los años implica reconocer el valor de cada experiencia vivida, cada historia tejida en el transcurso del tiempo, y hacerlo con respeto y dignidad. Entre las participantes, la aceptación de estos cambios ha sido marcada por una resiliencia y una actitud positiva. Estas mujeres describen el proceso como "envejecer con dignidad", comprendiendo que sus cuerpos les han permitido disfrutar de innumerables

experiencias y les han llevado al lugar en el que se encuentran hoy. Este enfoque no solo celebra el paso del tiempo, sino también destaca la gratitud por los cuerpos que han sido testigos y en la construcción de sus historias de vida. Una de ellas señala: “A mí ahora me gustan mis canas, yo tengo un manojito acá pero me gustaría que fueran más” (Martha, comunicación directa, agosto 15 de 2023).

Las participantes comparten que en sus años más jóvenes, se daba excesiva importancia a cumplir con las expectativas sociales en cuanto a sus aspectos físicos. La delgadez era considerada como el atributo primordial, y se prestaba especial atención a la presentación personal, incluyendo el peinado para transmitir una imagen favorable. Sin embargo, al llegar a la adultez mayor, como se mencionó anteriormente, estas expectativas corporales dejan de ser una preocupación central.

En esta etapa de la vida, las mujeres experimentan una mayor libertad para desvincularse de las presiones previas. Ya no sienten la necesidad de ajustarse a ciertos estándares, lo que les permite vivir sus cuerpos con mayor autenticidad. Este periodo les brinda la oportunidad de expresar su corporalidad de manera genuina, alineada con sus propios intereses y afinidades. En lugar de estar constreñidas por las expectativas externas, encuentran comodidad y libertad en la autenticidad de sus expresiones corporales, marcando así una nueva y liberadora etapa en su relación con sus cuerpos. Una de ellas señala: “Yo ahora digo que lo importante es la comodidad, yo desde que esté cómoda no le paro bolas a nada, no como antes” (Martha, comunicación directa, agosto 15 de 2023).

La etapa de la adultez mayor se manifiesta como un ciclo vital donde la autonomía abarca tanto las decisiones personales como la identidad. Durante esta fase, las personas mayores gozan de la libertad para expresar sus ideas, pensamientos y emociones sin preocuparse por la censura o el juicio de los demás. Esta autonomía se extiende incluso a la forma en que eligen presentarse, permitiéndoles expresar su autenticidad de manera libre y sin que la percepción ajena influya en sus elecciones. En este periodo, la independencia se fusiona con la capacidad de definir su propia identidad, marcando una fase de la vida

## 8. Conclusiones

Este estudio ha profundizado en la complejidad de la autopercepción del envejecimiento en mujeres adultas mayores, destacando las diferencias significativas entre aquellas provenientes de entornos urbanos, como Medellín, y las nativas del municipio de Retiro. La disparidad en oportunidades educativas y profesionales ha emergido como un factor clave que moldea sus perspectivas sobre la vejez.

El análisis detallado de las representaciones revela la hipótesis central de variabilidad en la autopercepción del envejecimiento, oscilando entre visiones positivas y negativas. La interacción compleja de factores como relaciones familiares, autonomía y actividades emprendidas en esta etapa ha aportado una comprensión más rica y matizada de estas percepciones.

Este estudio destaca la vejez como un proceso profundamente individual y subjetivo, moldeado por recursos personales y contextos únicos. La diversidad de experiencias, influenciada por factores económicos, sociales, culturales y de salud, resalta la necesidad de adoptar enfoques más completos y contextuales para comprender la complejidad de la vejez.

A pesar de las variaciones individuales, la discriminación de género persistente a lo largo de la vida de las mujeres surge como un elemento constante que influye en su experiencia de envejecer. Este hallazgo subraya la importancia de abordar las estructuras de poder y roles de género que impactan en la vejez de las mujeres, con el objetivo de fomentar la igualdad en este ciclo vital que ha sido invisibilizado.

La resignificación del envejecimiento se revela como un aspecto esencial, destacando la importancia de desafiar las percepciones negativas y el rechazo asociado al envejecimiento. Esto es especialmente relevante para las mujeres cuyas vidas han estado históricamente vinculadas a

responsabilidades reproductivas, ofreciéndoles la oportunidad de desligarse de estas obligaciones y explorar sus intereses individuales.

En conclusión, este estudio contribuye a una comprensión más completa y enriquecedora de la vejez, promoviendo la igualdad de género y destacando la diversidad de experiencias que caracterizan esta etapa única en la vida de cada individuo. La atención a las diferencias contextuales y la necesidad de desafiar los estereotipos asociados al envejecimiento emergen como elementos esenciales para fomentar una vejez más justa, equitativa y empoderadora para todas las mujeres.

## **9. Recomendaciones**

En el ámbito de las investigaciones sociales, se destaca la importancia del enfoque metodológico aplicado en este estudio, que se centra en la singularidad de cada individuo y considera el entorno en el que se desenvuelven, así como las construcciones sociales que los influyen. Explorar fenómenos sociales desde esta perspectiva, tomando en cuenta las historias familiares y las diversas construcciones sociales, revela aspectos fundamentales que inciden en las percepciones y respuestas de las personas frente a sus realidades.

Se hace hincapié en la relevancia del enfoque de género en futuras investigaciones sociales. La variabilidad en las experiencias de hombres y mujeres sugiere la necesidad de profundizar en estas diferencias para contribuir a cerrar la brecha de desigualdad. La consideración del patriarcado como una forma de discriminación presente en todos los aspectos de la vida humana se presenta como una veta esencial para investigaciones subsiguientes, abarcando lo económico, familiar, laboral y las dinámicas interpersonales.

Otro aspecto recomendado es fomentar investigaciones lideradas por mujeres, reconociendo que estas perspectivas pueden aportar matices únicos y una intencionalidad particular al abordar aspectos cotidianos en diversas esferas, incluyendo el ámbito académico. La diversidad de

perspectivas, en este sentido, se erige como un elemento enriquecedor para comprender fenómenos sociales complejos.

En cuanto a las técnicas de investigación, se sugiere utilizar enfoques sensibles y participativos que se adapten a los intereses y preferencias de la población estudiada. Específicamente, para la población adulta mayor, técnicas que faciliten la narración de experiencias y la exploración de historias de vida pueden resultar efectivas. Además, se subraya la importancia de establecer conversaciones previas que generen confianza, dado que la indagación sobre percepciones se adentra en un ámbito privado del cual muchas personas podrían no sentirse cómodas hablando.

Estas recomendaciones buscan orientar futuras investigaciones sociales hacia enfoques más sensibles, inclusivos y contextualmente relevantes, con el propósito de profundizar en la comprensión de las complejidades inherentes a la condición humana.

## **10. Referencias bibliográficas**

El Retiro. Alcaldía municipal (2020). *Plan de desarrollo, El Retiro contigo siempre*. Alcaldía municipal.

Asamblea Departamental de Antioquia. (2010). Ordenanza N° 03: Por la cual se promueve la transversalidad de género en el Departamento de Antioquia.

Asamblea General de la ONU. (1948). *Declaración Universal de derechos humanos* (2017 [III] A). Paris.

Bordignon, N. (2005) El desarrollo psicosocial de Erik Erikson, el diagrama apignético del adulto. *Revista lasallista de investigación*. [Revista La Salle OK.p65 \(unilasallista.edu.co\)](#)

Carbajo Vélez, M. (2009). Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*. (24) 87-96. Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante - Dialnet (unirioja.es)

Chaves Jiménez, A. (2012). Masculinidad y feminidad: ¿De qué estamos hablando? *Revista electrónica Educare*. (16) 5-13. (PDF) Masculinidad y feminidad: ¿De qué estamos hablando? (researchgate.net)

Colom Bauzá, J. (1999). Vejez, representación social y roles de género. *Educació i Cultura*. (12) 47-56. Vejez, representación social y roles de género (uib.cat)

Cruz Lopera, J. (2023). Colombia envejece de manera acelerada. *Alma mater*. [Colombia envejece de manera acelerada \(udea.edu.co\)](#)

Cuevas Ocampo, N. (2018). *Abuelas sin nietos*. En M. Arrazola, R. Gallegos Meza & R. Fernández Rivero (Eds). *Estudios de familias*. (pp 193-162). Colección cuadernos de DEC, Tomo V.

Díaz Peris, R. (2019). *Explorando la expresión sexual de las personas mayores: una perspectiva antropológica en la ancianidad institucionalizada*. Canales de la Fundación Joaquín Costa, ISSN 0213-1404, N° 31. Explorando la expresión sexual de las personas mayores: una perspectiva antropológica en la ancianidad institucionalizada - Dialnet (unirioja.es)

El Retiro. Alcaldía municipal (2022). *Análisis de Situación de Salud con el modelo de los Determinantes Sociales de Salud*. 30 de enero de 2020.

Galeano, Marín. E. (2004). *Diseño de proyectos en investigación social cualitativa*. Medellín, Colombia: Fondo Editorial Eafit. Recuperado de: [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=Xkb78OSRMI8C&oi=fnd&pg=PA11&dq=Galeano,+M.+E.+\(2004\).+Dise%C3%B1o+de+proyectos+en+investigaci%C3%B3n+soci+al+cualitativa.+Medell%C3%ADn,+Colombia:+Fondo+Editorial+Eafit.&ots=zsEybOWHuQ&sig=wPZkZKNL8sT3QCORN1gZOU1lbQ#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=Xkb78OSRMI8C&oi=fnd&pg=PA11&dq=Galeano,+M.+E.+(2004).+Dise%C3%B1o+de+proyectos+en+investigaci%C3%B3n+soci+al+cualitativa.+Medell%C3%ADn,+Colombia:+Fondo+Editorial+Eafit.&ots=zsEybOWHuQ&sig=wPZkZKNL8sT3QCORN1gZOU1lbQ#v=onepage&q&f=false)

Gobernación de Antioquia. (2019). Ordenanza No. 13 del 10 de junio de 2019: Por la cual se establece la política pública para las mujeres del departamento de Antioquia.

Gobierno de Colombia. (2013). CONPES Social 161: Política Pública de Equidad de Género y Plan para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencias.

González Gabaldón, B. (1999). *Los estereotipos como factor de socialización en el género*. Comunicar. ISSN: 1134-3478. [Redalyc. Los estereotipos como factor de socialización en el género](#)

González Rivera, S. (2010). *"De eso no se habla": Nociones culturales sobre la sexualidad en la mujer envejecida*. Escuela de psicología. [https://www.academia.edu/44911944/De\\_eso\\_no\\_se\\_habla\\_Nociones\\_culturales\\_sobre\\_la\\_sexualidad\\_en\\_la\\_mujer\\_envejecida](https://www.academia.edu/44911944/De_eso_no_se_habla_Nociones_culturales_sobre_la_sexualidad_en_la_mujer_envejecida)

Help Age International. (2015). Índice global de envejecimiento Agewatch 2015. [Index2015\\_SPA\\_ResumenEjecutivo\\_16pp\\_FINAL.pdf \(fiapam.org\)](#)

Lagarde y De los Ríos, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas* (4ª ed). Siglo XXI Editores.

Lagarde y De los Ríos, M. (2009). *La política feminista de la sororidad*

Lamas M. (1994). Cuerpo: Diferencia sexual y género. *Debate feminista*. 1(10), 50-83

Ley 82 de 1993. Por la cual se expiden normas para apoyar de manera especial a la mujer cabeza de hogar. 03 de noviembre de 1993. D.O 41101

Ley 1009 de 2006. Por medio de la cual se crea con carácter permanente el Observatorio de Asuntos de Género. 23 de enero de 2006. D.O. 46160.

Ley 1257 de 2008. Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los códigos penal, de procedimiento penal, la ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones. 04 de diciembre de 2008. D.O 47193

Ley 1276 de 2009. A través de la cual se modifica la ley 687 del 15 de agosto de 2001 y se establece nuevos criterios de atención integral del adulto mayor en los centros vida. Enero 5 de 2009. D.O 47223

Ley 1413 de 2010. Por medio de la cual se regula la inclusión de la economía del cuidado en el sistema de cuentas nacionales con el objeto de medir la contribución de la mujer al desarrollo económico y social del país y como herramienta fundamental para la definición e implementación de políticas públicas. 11 de noviembre de 2010. D.O. 47890.

Ley 1542 de 2012. Por la cual se reforma el artículo 74 de la ley 906 de 2004, código de procedimiento penal. 05 de julio de 2012. D.O 48482

Ley 1761 de 2015. Por la cual se crea el tipo penal de feminicidio como delito autónomo y se dictan otras disposiciones. (Rosa Elvira Cely). 06 de julio de 2015. D.O. 49565.

Ley 1773 de 2016. Por medio de la cual se crea el artículo 116<sup>a</sup>, se modifican los artículos 68<sup>a</sup>,104,113,359,374 de la ley 599 de 2000 y se modifica el artículo 351 de la ley 906 de 2004. 06 de enero de 2016. D.O 49747

Ley 1822 de 2017. Por medio de la cual se incentiva la adecuada atención y cuidado de la primera infancia, se modifican los artículos 236 y 239 del código sustantivo del trabajo y se dictan otras disposiciones. 04 de enero de 2017. D.O 50106

Ley 1823 de 2017. Por medio de la cual se adopta la estrategia salas amigas de la familia lactante del entorno laboral en entidades públicas territoriales y empresas privadas y se dictan otras disposiciones. 04 de enero de 2017. D.O 50106

Ley 2055 de 2020. Por medio de la cual se aprueba la “Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores”, adoptada en Washington, el 15 de junio de 2015. 10 de septiembre de 2020.

Ley 248 de 1995. Por la cual se aprueba la Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer, suscrita en la ciudad de Belem do Para, Brasil, el 9 de junio de 1994. 29 de diciembre de 1995. D.O. 42171.

Ley 48 de 1986. Por la cual se autoriza la emisión de una estampilla pro-construcción, dotación y funcionamiento de los centros de bienestar del anciano, se establece su destinación y se dictan otras disposiciones. 23 de septiembre de 1986. D.O. 37644

Ley 51 de 1981. Por medio de la cual se aprueba la "Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer", adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 18 de diciembre de 1979 y firmado en Copenhague el 17 de julio de 1980. 07 de julio de 19881. D.O. 35794.

Ley 581 de 2000. Por la cual se reglamenta la adecuada y efectiva participación de la mujer en los niveles decisorios de las diferentes ramas y órganos del poder público, de conformidad con los artículos 13, 40 y 43 de la Constitución Nacional y se dictan otras disposiciones. 31 de mayo de 2000. D.O. 44.026

Ley 823 de 2003. Por la cual se dictan normas sobre igualdad de oportunidades para las mujeres. 7 de julio de 2003. D.O. 45245.

Ley 931 de 2004. Por la cual se dictan normas sobre el derecho al trabajo en condiciones de igualdad en razón de la edad. 30 de diciembre de 2004. D.O. 45777.

Montes de Oca, A. (2017). *Género y envejecimiento*. Ciclo de conferencias relaciones de género. Instituto de investigaciones sociales.UNAM.

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y salud*. Organización Mundial de la Salud.

Peláez Mondragón, M. (2017). *Estilos de vida de ancianas jubiladas y amas de casa y su relación con el afrontamiento y sentido de vida*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala; Vol 20, No 3. [Vol20No3Art7 \(unam.mx\)](#)

Rodríguez Gómez, G, Gil Flores, J, García Jiménez, E. (1996). Metodología de la investigación cualitativa. Aljibe. Granada (Ed). [METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION CUALITATIVA \(weebly.com\)](#)

Rodriguez Peña, Viviana. Violencia económica y patrimonial contra las mujeres rurales. - ILC Latinoamérica. 2018-2020. Página 2. Disponible en: [https://lac.landcoalition.org/documents/1278/Violencia\\_economica\\_y\\_patrimonial\\_contra\\_las\\_mujeres\\_rurales\\_compresed.pdf](https://lac.landcoalition.org/documents/1278/Violencia_economica_y_patrimonial_contra_las_mujeres_rurales_compresed.pdf)

Saüch, G & Castañer, M. (2013). *La proyección de la imagen corporal en jóvenes adultos y en la tercera edad. Una aplicación específica de expresión de la corporalidad*. ISSN 1579-1726, 24, 113-116, [La proyección de la imagen corporal en jóvenes adultos y en la tercera edad. Una aplicación específica de expresión de la corporalidad - Dialnet \(unirioja.es\)](#)

Torrado Ramos, A, Armenta Hurtarte, C & Lozano Verduzco, I. (2021). *Estudio cualitativo sobre los cuerpos, las sexualidades y las adúlteras mayores*. Revista Puertorriqueña de Psicología. 32 (1) 34-48. [Estudio cualitativo sobre los cuerpos, las sexualidades y las adúlteras mayores | Revista Puertorriqueña de Psicología \(repsasppr.net\)](#)

Vivero Marín, W. (2015). *El cuerpo viejo femenino: una reflexión*. Universidad de Guadalajara. Revista de investigación y divulgación sobre los estudios de género. 16(2) 59-75. [962\\_art\\_3\\_el\\_cuerpo\\_viejo\\_femenino\\_una\\_reflexion.pdf \(ucol.mx\)](#)

## 11. Anexos

### 11.1 Anexo 1. Consentimiento informado



#### Consentimiento Informado

<p>INVESTIGACIÓN TITULADA</p> <p>Corporalidades femeninas, reflexiones en torno a la adultez mayor.</p>
<p>Tenga en cuenta lo siguiente:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Le estamos pidiendo que participe en un estudio investigativo.</b></li> <li>➤ <b>Usted no tiene que participar en el estudio si no lo desea.</b></li> <li>➤ <b>Si dice que sí, puede dejar de participar en el estudio en cualquier momento si así lo requiere.</b></li> <li>➤ <b>Por favor tome todo el tiempo que necesite para decidir.</b></li> <li>➤ <b>No habrá acciones en su contra si decide no participar.</b></li> </ul>
<p><b>Aviso legal:</b> La información contenida en este documento, será para el uso exclusivo de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Antioquia, quien será responsable de su difusión y conservación debido a que contiene información que puede ser relevante para próximos estudios. Esta información no podrá ser reproducida total o parcialmente, salvo autorización expresa de los investigadores.</p>

#### Información relevante para su participación en la investigación.

##### 1. ¿Para qué se firma este documento?

Lo firma para poder participar en el estudio arriba descrito cuya duración será de un año.

**2. ¿Por qué se está realizando esta investigación?**

Esta investigación se realiza con la finalidad de conocer las representaciones de algunas mujeres adultas mayores residentes del municipio de El Retiro Antioquia, sobre su cuerpo físico en el ciclo vital que transitan, en aras de visibilizar las múltiples, pero sobre todo las desapercibidas formas en las que se ejerce discriminaciones y violencias basadas en género hacia las mujeres.

**3. ¿Qué pasa si digo “sí, quiero participar en el estudio”? Si dice que sí:**

Le preguntaremos su opinión acerca de aspectos relacionados con el cuerpo físico y los roles que a través de su vida ha desempeñado. Realizaremos una entrevista con preguntas para que usted las conteste sobre estos aspectos, consignando fielmente la información de forma anónima en archivos, estas preguntas no tienen respuestas correctas o incorrectas. Puede saltar cualquier pregunta si no quiere contestarla. Para efectos de la investigación sería de utilidad que usted nos permitiera hacer registro fotográfico (videos y fotos) y estas mismas serán utilizadas en un video documental, por tanto, nos gustaría dejar claro que con la firma de este consentimiento usted nos permite hacerlo, sin embargo, si en algún encuentro quiere cambiar de opinión se respetará.

**4. ¿Cuánto tiempo tomará los encuentros?**

Su duración estará alrededor de una hora.

**5. ¿Qué pasa si digo “no quiero participar en el estudio”?**

Su participación es voluntaria, por lo tanto, no recibirá ningún tipo de sanción o afectación personal, profesional o económica.

**6. ¿Qué pasa si digo que sí, pero cambio de opinión más tarde?**

Usted puede dejar de participar en el estudio en cualquier momento o decidir no responder alguna pregunta en particular.

**7. ¿Quién verá mis respuestas?**

Las únicas personas autorizadas para ver sus respuestas son el equipo conformado para esta investigación debidamente reconocido en la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Antioquia, podría tener acceso el Comité de ética de la Universidad de Antioquia.

En el momento de la socialización que se realizará por medio de un video documental, podría acceder a su visibilización personas residentes del municipio y estudiantes del pregrado de trabajo social.

Cuando compartamos los resultados del estudio, o se someta un artículo para su publicación, no incluiremos su nombre si así lo requiere. El equipo de investigación asegurará de manera permanente la confidencialidad de su identidad.

**8. ¿Me costará algo participar en el estudio?**

No.

**9. Participar en el estudio, ¿me ayudará de alguna manera?**

Participar en este estudio no le ayudará directamente, pero podría contribuir a visibilizar y concientizar las diferentes maneras en las que se ejerce discriminaciones y violencias basadas en género hacia las mujeres adultas mayores.

**10. Participar en este estudio, ¿podría ser malo para mí, de alguna manera?**

R: Sí. Existe una posibilidad de que:

- Alguien pudiera enterarse de que usted participó en este estudio y llegar a saber algo sobre usted que usted no quería que supiera. Haremos todo lo posible para proteger su privacidad si lo solicita.

**11. ¿Qué debo hacer si tengo preguntas?**

Por favor contacte al investigador principal del estudio, Juliana Castaño López ( email: [juliana.castanol@udea.edu.co](mailto:juliana.castanol@udea.edu.co) )\_si:

- Tiene alguna pregunta sobre el estudio.
- Tiene preguntas sobre sus derechos.
- Cree que se ha vulnerado su privacidad de alguna manera por participar en este estudio.

Puede enviar un correo a la profesora encargada de validar el procedimiento investigativo [Isabel.acevedo@udea.edu.co](mailto:Isabel.acevedo@udea.edu.co) para informar alguna situación que considere afecte su dignidad relacionadas con este estudio.

**12. ¿Tengo que firmar este documento?**

No. Firme solamente si desea participar en el estudio.

**13. ¿Qué debo hacer si quiero participar en el estudio?**

Tiene que firmar este documento. Le entregaremos una copia.

**Al firmar este documento está diciendo que:**

Está de acuerdo con participar en el estudio.

Le hemos explicado la información que contiene este documento y hemos contestado todas sus preguntas.

**Usted sabe que:**

No tiene que contestar preguntas que no quiera contestar.

En cualquier momento, puede dejar de contestar nuestras preguntas y no le pasará nada.

Yo, \_\_\_\_\_ identificado (a) con el documento \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ por voluntad propia doy mi consentimiento para la participación de la investigación denominada **Corporalidades femeninas, reflexiones en torno a la adultez mayor**, que está llevando a cabo la estudiante de pregrado en Trabajo social de la Universidad de Antioquia Juliana Castaño López.

Manifiesto que recibí una explicación clara y completa del objeto del estudio y el propósito de la realización de la investigación. También recibí información sobre la forma y el tiempo para llevar a cabo las actividades.

Así mismo, me han informado que esta investigación es únicamente con fines académicos y que mis respuestas no serán publicadas sin mi autorización.

Doy mi consentimiento para que los resultados sean conocidos por parte de la Facultad de Ciencias sociales y humanas de la Universidad de Antioquia, así como la población guarceña convocada a la presentación del documental.

Hago constar que he leído y entendido en su totalidad este documento, por lo que, en constancia de ello, firmo y acepto su contenido.

Firma: \_\_\_\_\_

Nombre completo: \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Firma de la persona que explica el consentimiento:

\_\_\_\_\_

Nombre completo: \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

## 11.2 Anexo 2. Guía de entrevista semi estructurada #1

### Introducción

Saludo y agradecimiento por participar en la entrevista.

Explicación del propósito de la entrevista y cómo sus experiencias serán valiosas para el estudio.

### Sección 1: Antecedentes y Contexto Personal:

¿Podrías compartir tu nombre?

¿Conoces la historia detrás de tu nombre? ¿Tiene algún significado especial?

¿Utilizas algún sobrenombre?

¿Tienes alguna condición médica? ¿Podrías mencionarla?

¿Sientes que esta condición te ha limitado en alguna actividad?

¿Cuándo y dónde naciste?

¿Podrías hablarnos sobre tu historia de vida y tus antecedentes familiares, como tus padres y hermanos? ¿Qué hacían?

Cuéntanos sobre tu experiencia viviendo en el municipio a lo largo de los años.

¿Cuál es tu nivel educativo?

¿Qué área de tu formación te apasiona o apasionaba más?

¿A qué te has dedicado laboralmente? ¿Por qué elegiste esa carrera u oficio?

¿Cuándo empezaste a trabajar? ¿Recuerdas tu primer trabajo?

En caso de que ya no trabajes, ¿eres pensionada? Si no, ¿cómo te sustentas económicamente?

Si pudieras haber elegido una profesión diferente, ¿cuál habría sido?

¿Cuál es tu estado civil? Si eres o fuiste casada, ¿a qué edad?

¿Quiénes conforman tu familia actualmente?

¿Con quién compartes tu hogar?

¿Cómo es la relación con los miembros de tu familia? ¿Tienes una relación especialmente cercana con alguno de ellos?

¿Cómo ocupas tus días? ¿Realizas alguna actividad física, artística o lúdica?

¿Qué disfrutas hacer en tu tiempo libre?

¿Profesas alguna religión?

## **Sección 2: Experiencias de Vida y Ciclo Vital:**

¿Cuáles consideras los momentos más significativos de tu vida?

Háblanos sobre tu experiencia como mujer adulta mayor. ¿Has experimentado cambios emocionales, sociales o físicos?

¿Cómo percibes la transición a la adultez mayor? ¿Cómo la vives?

Reflexiona sobre cómo era tu vida hace 20 años. ¿Qué ha cambiado desde entonces?

Cuéntanos sobre tus actividades e intereses actuales y cómo pasas el tiempo.

¿Tienes metas futuras que te gustaría compartir?

## **Cierre:**

Agradecimiento por participar en la entrevista y compartir sus experiencias.

Organizar la fecha para el próximo encuentro.

### **11.3 Anexo 3, Guía entrevista semi estructurada # 2**

#### **Preguntas orientadoras sobre estereotipos corporales y percepción del cuerpo**

1. ¿Puedes contarme un poco sobre ti y tu vida en la adultez mayor?
2. ¿Cómo has experimentado cambios en tu cuerpo a lo largo de los años? ¿Cuáles han sido los cambios físicos más significativos para ti?
3. ¿Cómo te sientes acerca de estos cambios en tu cuerpo?
4. ¿Has enfrentado presiones o expectativas relacionadas con tu apariencia física en la adultez mayor? ¿Alguien te ha hecho comentarios despectivos o positivos?
5. ¿Has optado por realizar cambios en tu aspecto físico, como cubrir las canas o procedimientos estéticos, para cumplir con estas expectativas?
6. ¿Cuál consideras que es el ideal corporal femenino? ¿Cuál era tu percepción en la juventud y cómo la ves ahora? ¿Alguna vez te has sentido insegura sobre tu aspecto físico?
7. ¿Cómo crees que la sociedad percibe a las personas mayores en términos de su apariencia física?
8. ¿Has sentido la presión de cumplir con ciertos estándares de belleza o apariencia en la adultez mayor? ¿Cómo has lidiado con ello?
10. ¿Cómo describirías tu relación con tu propio cuerpo en la adultez mayor?
11. ¿Cómo ha evolucionado tu percepción de la belleza a medida que avanza tu ciclo vital?
12. ¿Si pudieras retroceder en el tiempo, qué consejo te darías a ti misma sobre el envejecimiento y la apariencia física?

#### **Preguntas orientadoras sobre los estereotipos de los roles de las mujeres adultas mayores**

1. ¿Cómo te imaginabas tu vida en la adultez mayor? ¿Crees que la realidad se ha acercado o alejado de esa percepción?
2. De ese ideal de envejecimiento que tenías, ¿cuál consideras que es la parte más difícil de alcanzar? ¿Por qué?

3. ¿Has experimentado limitaciones en la realización de ciertas actividades debido a tu edad? ¿Cuáles son esas actividades?
4. ¿Alguna vez has sentido que deseabas realizar alguna actividad, pero te has sentido insegura debido a tu edad? ¿Cuál es esa actividad?
5. ¿Crees que estos estereotipos han influido en tus decisiones y acciones en la adultez mayor?
6. ¿Has tenido que enfrentar desafíos o discriminación debido a estos estereotipos? ¿Podrías compartir algún ejemplo?
7. ¿Has notado cambios en la manera en que la sociedad ve y trata a las mujeres adultas mayores en comparación con décadas pasadas?
8. ¿Has encontrado formas de desafiar o superar estos estereotipos en tu vida?
9. ¿Qué mensaje o reflexión te gustaría compartir con otras mujeres adultas mayores sobre cómo afrontar estas situaciones en la etapa de la adultez mayor?

### 11.3 Anexo 3. Plegable entregado a las mujeres participantes de la investigación

## FEMINIZACIÓN DEL ENVEJECIMIENTO

Madres y padres de las participantes



Participantes



---

Hombre Mujer Viudez Cónyuge con enfermedad Ambos conyugues con vida



En la adultez mayor hay mayor población de mujeres que hombres y esto se puede deber a diferentes factores que podrían estar relacionados con las funciones que culturalmente se le asignan a hombres y mujeres; hombres encargados de trabajar para conseguir el sustento económico lo que los ubica en riesgos mayores de perder la vida antes que las mujeres. Además de las dinámicas familiares en las que las mujeres se casan con hombres predominantemente mayores.

Estamos experimentando un incremento en la población de adultos mayores a nivel global y local. Este crecimiento demanda una atención específica y diferenciada, particularmente centrada en desmantelar los estereotipos sociales que han rodeado a esta etapa de la vida, marcándola como un proceso negativo. La problemática se intensifica al analizarla desde la perspectiva de género, ya que las mujeres son especialmente afectadas por estos estereotipos. Se ven sometidas a juicios relacionados con su apariencia física y los roles que históricamente han desempeñado, roles que, inevitablemente, experimentan transformaciones significativas en esta etapa vital.



**CORPORALIDAD ES FEMENINAS, REFLEXIONES EN TORNO A LA ADULTEZ MAYOR**

Juliana Castaño López  
Trabajo social  
2023



Año	Número de personas de 60 años o más	Porcentaje de la población total mundial
2015	901m	12.3%
2030	1,402m	16.5%
2050	2,092m	21.5%

Fuente: UNDESA División de la población, World population prospects: the 2015 revision ("Perspectivas de la población mundial: revisión de 2015"), edición de DVD, 2015



Las mujeres, desde temprana edad, se ven moldeadas por las construcciones sociales y las normas de género, influencia que perdura a lo largo de su vida. A pesar de los esfuerzos de movimientos como el feminismo para empoderarlas y liberarlas de estereotipos, las expectativas sociales continúan impactando sus percepciones y decisiones. En la adultez mayor, algunas mujeres encuentran una nueva libertad al alejarse de roles de género convencionales, permitiéndoles priorizar su bienestar. No obstante, esta etapa también puede desencadenar sentimientos de pérdida, especialmente para aquellas arraigadas en roles familiares. La complejidad de estas dinámicas resalta la necesidad de reflexionar sobre la intersección entre las expectativas sociales y la autonomía individual, promoviendo una vejez inclusiva y plena.

## Las percepciones del envejecimiento son tan diversas como las mujeres

Las percepciones sobre el envejecimiento entre las participantes muestran una variabilidad, ya que estas están intrínsecamente vinculadas a las particularidades individuales de cada mujer. La riqueza y complejidad de estas experiencias individuales revelan la inexistencia de una única narrativa sobre el envejecimiento, considerando la diversidad de vivencias y contextos, se observa cómo cada mujer construye su propia interpretación de este fenómeno, generando un mosaico en el que la edad se entrelaza de manera única con su individualidad y su historia personal.

