

¿VIOLENCIA EN LA TERCERA EDAD?: ALGUNOS CONSEJOS ÚTILES PARA ENFRENTAR SUS CONSECUENCIAS.

MSC Blanca Luisa Sánchez Márquez

Centro Universitario Municipal “Bartolomé Masó Márquez”

Universidad de Granma. Cuba.

Email bsánchez@udg.co.cu

MSc. José A Ramírez Alcántara. Asistente.

Centro Universitario Municipal “Bartolomé Masó Márquez”.

Universidad de Granma. Cuba.

Emailjramirezalcantara@udg.co.cu

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Blanca Luisa Sánchez Márquez y José A Ramírez Alcántara: “¿Violencia en la tercera edad?: Algunos consejos útiles para enfrentar sus consecuencias.”, Revista Observatorio de las Ciencias Sociales en Iberoamérica, ISSN: 2660-5554 (Vol 2, Número 8, marzo 2021, pp. 88-96). En línea:

<https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/ocsi-marzo21/violencia-tercera-edad>

Resumen.

En Cuba cada día son más las personas que peinan canas, esto se evidencia en las estadísticas demográficas, pues la población por encima de los 60 años es el 19,8 % del total de habitantes de la isla, según datos recientes de la Oficina de Estadísticas e Información. Uno de los retos de nuestra sociedad está relacionado con el cuidado de estos ciudadanos por lo que la autora declara como tema ¿Violencia en el adulto mayor? con el objetivo de reflexionar en algunos consejos útiles para enfrentar sus consecuencias ya que la adultez es un período de replanteo de la vida donde se presenta llena de nuevas formas de seguir creciendo y desarrollándose. Se utilizaron métodos científicos como la entrevista, cuestionarios, observación, así como las propias vivencias que resultan de un accionar heroico en ese enfrentamiento que hoy se tiene y que le provee de la energía y el optimismo necesarios para seguir creciendo.

Recibido: 01/02/2021 Corregido: 21/04/2021 Publicado: 21/04/2021

La autora es Máster en Ciencias de la Educación, Asistente, graduada en la especialidad de Biología, se desempeña como profesora de Psicología por su ardua labor investigativa publicando varios artículos en diferentes revistas, ha participado en varios eventos provinciales, nacionales e internacionales, ha obtenido reconocimientos que avalan su actividad como docente

Palabras clave: violencia, maltrato, vejez, familia.

VIOLENCE IN THE THIRD AGE?: SOME USEFUL PIECES OF ADVICE TO CONFRONT HIS CONSEQUENCE

Abstract

In Cuba every day the people that have gray hair are further, this becomes evident in vital statistics, because the population on top of the 60 years is 19.8 % of the total of inhabitants of the island according to recent data, of Estadísticas's Office and Information. Some of the challenges of our society it related to these citizens' scare so that the author declares like the theme Violence in the older adult? For the sake of reflecting in some useful pieces of advice to confront this consequence since adulthood is a period of reconsideration of life where you show up full of new forms to keep on growing and developing. They utilized scientific methods like the interview, questionnaires, observation, as well as the own event experience in life that work out of one triggering heroic in that confrontation that today is had and that supplies him of energy and the optimism necessary to keep on growing.

Key words: Violence, mistreatment, old age, family.

Introducción

La principal tarea de las personas mayores es la de comprender y aceptar su propia vida y utilizar su gran experiencia para hacer frente a los cambios personales o pérdidas. Las personas han de adaptarse a la disminución de la fortaleza y salud física, a la jubilación y adaptarse a su propia muerte.

En la relación diaria con el anciano, no podemos ni sobreprotegerlo, ni marginarlo, ni enfatizar en las pérdidas ocasionadas por la vejez, lo que repercute en la imagen que tienen del anciano, la sociedad y el individuo envejecido de sí mismo. Una persona al envejecer suele basar su propia imagen en éxitos anteriores, como la belleza, el poder, el vigor físico o sexual, y los contrarresta con el presente de pérdidas, según que no son a veces reales, pues siempre existe un caudal de posibilidades interiores no reconocidas totalmente, ni por el anciano, ni por las demás generaciones.

La visión del niño, en sentido general, se ajusta a las condiciones actuales de la actividad del abuelo, al que asocia según a los mandados, y a las actividades de poco interés e importancia. No se puede permitir el deterioro de la imagen del anciano ante los demás, ni dejarlo solo con sus pensamientos y angustias, pues llegaría a deprimirse, a enfermarse de verdad. El estado depresivo en el anciano se manifiesta a través de la tristeza, el abatimiento, la desilusión y hasta el sentimiento de soledad. La depresión puede llegar a provocar retraimiento del contacto con otras personas, alejamiento de las actividades habituales que se tornarán difíciles de realizar, sensación de la pérdida de capacidad para sentir placer, disfrutar la vida y hasta quizás del funcionamiento del organismo, entonces comienzan en el anciano los dolores, la fatiga, los trastornos del sueño.

Por eso, los especialistas del envejecimiento, consideran que la imagen y actitudes negativas hacia el anciano constituyen factores de alto riesgo psicológico-social, semejante a los efectos biológicos del bajo peso al nacer de un niño, o la hipertensión en la embarazada. A partir de lo expuesto anteriormente la autora se propuso como objetivo: reflexionar sobre las consecuencias de la violencia en el adulto mayor a partir consejos útiles para enfrentar su impacto ya que la adultez es un período de replanteo de la vida donde se presenta llena de nuevas formas de seguir creciendo y desarrollándose.

Desarrollo

Las personas mayores de hoy en día se están dando cuenta de que el ser mayor ha cambiado completamente desde que sus padres llegaron a los 65 años, están más sanos y vigorosos que sus homólogos de hace varias generaciones. Tienen aspecto más juvenil, se sienten mejor y actúan con más vitalidad que sus padres y abuelos de la misma edad. Desde 1900, las formas de convivencia de las personas mayores han cambiado de tal forma que nada tienen que ver con las anteriores, es más probable que sean propietarios de sus casas, vivan por encima del nivel de pobreza y tengan menos hijos adultos.

Estrés: Un alto estrés o el que está por encima de la capacidad de la persona para afrontar los acontecimientos, puede lastimar la autoestima, deteriorar física y mentalmente. La forma de cómo se perciba el estrés varía según el género, raza, estado civil, nivel socioeconómico y educación. Las personas mayores no están exentas de situaciones negativas: mala salud, bajos ingresos, muerte de un cónyuge, además del envejecimiento del sistema inmunológico, les hace más vulnerables a los efectos del estrés y, por tanto, más propensos a responder desarrollando una enfermedad.

Trabajo y jubilación: La transición del trabajo a la jubilación es un cambio muy importante en el que la persona puede esperar sentir estrés. Puede suponer la pérdida de ingresos, la identidad profesional, el estatus social, los compañeros y la estructura cotidiana del tiempo y las actividades. La jubilación temprana (antes de 65 años) se puede deber a la mala salud, por no querer trabajar más o por la fuerza (despido). La jubilación en su momento (65 años), generalmente implica mala salud. La jubilación tardía (más de 65 años) la tienen aquellos que tienen sus propios negocios o quienes no pueden vivir con recursos limitados. La jubilación es un periodo de progreso a través de fases de prejubilación, luna de miel, desencanto, desorientación, estabilidad y finalización. Una clave para superar los efectos de la jubilación en la satisfacción de la vida es si la experiencia aporta algún elemento nuevo a la vida.

Matrimonio en la tercera edad: El evento más significativo en muchos matrimonios de personas mayores es la jubilación del hombre. Este se encuentra de repente sin su trabajo y apartado de sus contactos diarios con sus compañeros. Sin embargo, ansían más la jubilación que sus esposas. Las que no trabajan fuera de sus hogares, han de adaptarse a que sus maridos estén en casa todo el día. En el caso de la mujer que trabaja fuera de la casa, la idea de la jubilación implica pérdida de independencia, más si inician en la edad media su profesión. Sin embargo, algunas parejas pueden

adaptarse al cambio de roles sin problemas cuando llega la etapa de jubilación del esposo. En general, independiente del sexo, la jubilación conlleva nuevas exigencias: preocupaciones sobre el dinero, desacuerdos sobre trasladarse a una casa o departamento más pequeño o problemas de salud. Los principales conflictos-sobre divisiones de responsabilidad y poder, sexo, dinero, hijos y cuñados-ya han sido solventados. La mayoría de las que no pudieron resolver estos problemas se divorcian antes.

El divorcio y volver a casarse: Cuando las parejas que han estado casadas durante 40 años se divorcian, es más probable que den más muestras de estrés psicológico que los jóvenes que se encuentran en situación similar. La pérdida de los papeles conyugales, al igual que el de los profesionales, puede quebrantar su sentido de identidad. El número de personas mayores que se divorcian va en aumento. Los hombres cuando se divorcian es porque han estado enfrascado en su trabajo y coincide la ruptura con la jubilación y para casarse con otra mujer. La mujer, en cambio, lo hace porque su marido es alcohólico, tirano o mujeriego.(Hoffman et al.,1996). No obstante suele ser más grave para la mujer, debido a que ella ha socializado su rol de esposa y basado su identidad en ese rol, sintiendo que toda su vida había sido un fracaso. Los hombres mayores se casan con más facilidad que las mujeres, puesto que hay 3,6 mujeres divorciadas, viudas o solteras por cada hombre en ese grupo de edad, simplemente no hay bastantes hombres para todas.

Viudez: Aunque la mayor parte de los hombres estén casados, el matrimonio de la tercera edad tiene poca importancia para la mayoría de las mujeres de esa edad. Debido a que el ciclo de la vida de los hombres es más corto y que suelen ser mayores que sus esposas, los maridos desaparecen con tanta rapidez que la situación de viudez parece ser "normal" entre las mujeres mayores. Cuando se vuelven a casar, el nuevo cónyuge suele ser alguien que ya conocían antes de enviudar o alguien que han conocido a través de una amistad mutua o un pariente. Cuando uno de los cónyuges fallece, el que queda atraviesa un largo periodo de shock, protesta, desesperación y recuperación. El proceso de recuperación implica desarrollar una explicación satisfactoria de la razón por la que ha muerto el otro, neutralizar los recursos y asociaciones, y crear una nueva imagen de uno mismo. Las mujeres parecen adaptarse a la vida en solitario mucho mejor que los hombres. En comparación con las mujeres, los hombres tienen peor salud, mayor aislamiento emocional, unos vínculos más débiles con la familia y no es tan probable que tengan una persona de confianza. Durante el primer año de condolencia, el cónyuge puede estar deprimido, angustiado y hasta tener reacciones fóbicas. Aún después de la recuperación el dolor continúa.

Relaciones familiares en la tercera edad: Las elecciones de las formas de convivencia de las personas mayores, reflejan un equilibrio entre las metas de autonomía y de seguridad, por lo que no es sorprendente que la mayoría de las personas mayores vivan en casa normales, ya sea por su cuenta, con parientes o con otras personas que no sean familia. Los mayores-jóvenes (65-84 años), viven solos o con el cónyuge. La tendencia es "envejecer en el lugar", permanecer en las casas donde educaron a sus hijos que la mayoría posee. La casa está llena de recuerdos, al conocerla bien les otorga un sentido de competencia y el ser propietarios confiere estatus a la persona mayor. Son menos propensos a traslados o emigraciones, pero cuando lo hacen es por diversión, son bastante

sanos y suelen tener suficientes ingresos, pero a medida que se acercan a edades mayores, la emigración es para estar cerca de los hijos u otros parientes. Los mayores-ancianos (mayores de 85 años) se ven obligados a depender de alguien, por lo que su traslado suele denominarse emigración de ayuda. Generalmente, se van a vivir con los hijos, a una residencia o a una institución que ofrecen cuidados personales pero no médicos ni sanitarios a nivel profesional.

Los esfuerzos de la medicina para incrementar la esperanza de vida no tendrían sentido por sí solos, si no tratamos de mejorar las actitudes hacia esa vida que se prolonga cada vez más en el tiempo.

Cada generación de ancianos, como cada generación de jóvenes, de adultos, de niños, tiene sus propias especificidades, ninguna es igual a la otra. No podemos valorarlas con estereotipos: "Los jóvenes son inmaduros", o "los viejos son achacosos", porque no siempre estas son características reales del grupo o de los individuos. La madurez sana de un individuo depende mucho de su personalidad anterior, desde su juventud; así un joven alegre será un viejo contento, aunque tenga más allá de 80 años de edad y hasta quien sobrepase los 100.

En el proceso de envejecimiento es básico superar lo físico, adaptarse al deterioro biológico, a las canas, a las arrugas, a los cambios y entonces, a partir de allí, fomentar el desarrollo social y espiritual con la experiencia acumulada. En este concepto vital se valoran mejor las satisfacciones de un trabajo determinado, de la formación de una familia y de la actividad social. La vejez tiene entonces su verdadero sentido como etapa de la vida donde se encaran pérdidas importantes, pero en la que se puede disfrutar y continuar creciendo como seres humanos.

La violencia hacia las personas mayores es un problema que se conoce hace pocos años, debido a que se mantuvo en el ámbito privado y en muchas ocasiones enmascarado porque los familiares cercanos eran quienes la ejercían. Existía un gran desconocimiento sobre los actos u omisiones que se consideraban maltrato, por lo que no se le daba el interés ni la prioridad, ya que, no se sabía cómo detectarla y menos atenderla. La autora asume el criterio de Guevara de León, T y Valdés Rodríguez, E(2010) que, desde una perspectiva gerontológica, se han definido diferentes tipos de maltrato contra las personas mayores:

- **Maltrato físico.** Acto no accidental que provoca daño corporal o deterioro físico.
- **Maltrato psicológico.** Actos verbales o no verbales que generen angustia, desvalorización o sufrimiento.
- **Abuso sexual.** Cualquier contacto sexual no consentido.
- **Abandono.** Descuido u omisión en la realización de determinadas atenciones o desamparo de una persona que depende de otra por la cual se tiene alguna obligación

legal o moral. Es una de las formas más extremas del maltrato y puede ser intencionada o no.

- **Explotación financiera.** Uso ilegal de los fondos, la propiedad o los recursos de la persona adulta mayor.

Maltrato estructural. Se manifiesta en la falta de políticas sociales y de salud adecuadas, la inexistencia, el mal ejercicio y el incumplimiento de las leyes; la presencia de normas sociales, comunitarias y culturales que desvalorizan la imagen de la persona mayor y que resultan en su perjuicio y se expresan socialmente como discriminación, marginalidad y exclusión social.

Como se puede apreciar, son muchos los factores que pudiesen intervenir en un mal desempeño del adulto mayor, es por esto, que surge la interrogante acerca de qué tan efectivos pueden llegar a ser estos resultados. Si observamos a nuestro alrededor nos daremos cuenta de que esta disminución cognitiva forma parte más de un mito que de la realidad, ya que la mayoría de los ancianos no experimentan disminuciones significativas en su capacidad intelectual, sino por el contrario, se pueden mantener estables o llegar incluso a un incremento; todo lo cual estará dado por las diferencias individuales. Es así como el anciano es capaz aún de aprender destrezas nuevas, pero requiere de mayor tiempo que las personas jóvenes, lo cual se debería a un decremento en la incapacidad operacional de la memoria a corto plazo, especialmente en la utilización de estrategias de codificación, organización y recuperación de la información que haría más difícil el aprendizaje como es la resolución de problemas. No obstante, gracias a "los programas de entrenamiento ha sido posible acelerar el procesamiento de la información, reducir las diferencias en recordar e invertir los declives en las habilidades de inteligencia fluida".

Por último, si bien es cierto que el anciano ya no cuenta con la misma eficiencia que tuvo en su juventud, en relación a algunas habilidades cognitivas; en la actualidad es poseedor de un conocimiento pragmático, que conocemos como sabiduría, la cual ha sido acumulada como producto de su experiencia a lo largo de la vida. De esta manera, el adulto mayor posee un gran desarrollo de la comprensión por medio de la experiencia y la capacidad para aplicarlos a sus asuntos importantes.

¿Cómo podemos identificar el maltrato en las personas mayores?

Las personas mayores que han sido maltratadas pueden presentar confusión, insomnio, agitación, agresividad, pérdida de peso, moretones, cicatrices o quemaduras, higiene deficiente, desarrollo de úlceras, entre otros. Es importante destacar que **la violencia, en cualquiera de sus formas tiene consecuencias en la integridad emocional y física de las personas mayores, por eso es importante reconocerla, prevenirla y atenderla.**

Conocer al adulto mayor significa ser receptivo ante sus necesidades y posibilidades, dar confianza y seguridad para brindarle así un mejor espacio de realización personal.

A pesar de todos los deterioros físicos propios de la edad que pueden sufrir las personas mayores, muchos enfrentan esta etapa con una actitud positiva y juvenil, tienen una vida activa, rica en experiencias, en fin, muy satisfactoria. No parecen ni se sienten como senescentes, pues su envejecimiento biológico es compensado con un estilo de vida que los hace mantenerse en excelentes condiciones hasta muy avanzada edad.

Sin embargo, incertados como estamos en una sociedad que resalta lo joven, transitorio y veloz y, peor aún, que no se siente responsable de integrar, valorar y acoger al adulto mayor, perdiéndonos con ello todo lo que nos pueden brindar: experiencia, sabiduría, pacencia, afecto, etc. De esta manera el envejecimiento biológico es fomentado por la estructura social, por ejemplo algunas familias son exageradamente sobreprotectoras con sus adultos mayores, limitando su libertad y de pasa el desarrollo de una vida normal y productiva, predisponiendo así al "viejo" a ser pasivo y dependiente de los demás..

Es un error de nuestra sociedad el tratar de visualizar a los adultos mayores como minusválidos, en circunstancias en que la gran mayoría de estas personas tienen buena salud y que pueden realizar las mismas cosas que antes sólo que ahora más lento.

La edad avanzada no es signo de decaimiento o incapacidad intelectual, es evidente que muchas personas continúan realizando importantes aportes en diferentes áreas del conocimiento y de las artes; así por ejemplo Freud, Erikson, Picaso, Einstein y muchos otros tuvieron una prolífica actividad creativa hasta sus últimos años de vida.

En definitiva, el problema central radica en la falta de políticas oficiales que integren a los más viejos con el resto de la población y que les permitan desarrollar todas sus capacidades generativas.

Es tarea de todos que el cumpleaños número 65 de nuestros padres o el de nosotros mismos sea realmente un cumpleaños feliz y el inicio de una etapa de dicha y enriquecimiento personal.

Situaciones comunicativas.

1- Ramón es un abuelo de 75 años de edad que todavía se siente tocado por la magia del amor, lo que provoca en él, salidas nocturnas, deseos de bailar, conversar y encontrar el amor. La familia lo maltrata psicológicamente por no concebir como normal una actitud como esta en esta edad.

2- Antonio y Francisca son jubilados del sector educacional, llenos de experiencias en su trayecto de vida y descansados de su labor pedagógica, prefieren hacer su rutina diaria escuchando novelas

radiales. La familia le impone la responsabilidad de cuidar los nietos, ir a la bodega diariamente y realizar largas colas en el mercado.

3- Uno de los problemas de mayores conflictos en el hogar es la distribución de los gastos económicos que los sustentan.

Mario es un abuelo jubilado, que debe entregar mes a mes el dinero de su pensión a su hija mayor para sustentar a una nieta menor de edad, provocando disgustos en Mario ya que el mismo se siente maltratado.

4- En una cena familiar donde cada uno de sus miembros tiene un espacio fijo en la mesa, no se tiene en cuenta el puesto preferido por el abuelo.

5- En el hogar de Cintia conviven personas de diferentes edades, una bien marcada es la de la adolescencia, y otra la adultez. La música alta y los videojuegos ya son parte de la rutina diaria, creando descontento en los abuelos.

Consejerías útiles a tener en cuenta para enfrentar sus consecuencias

1. Estas son situaciones comunicativas que a diario nos pone a pensar en cuanto al tema (violencia en la adultez), por lo que los autores consideran que se debe fomentar la consideración hacia los adultos mayores, verlos con admiración, comprenderlos como reflejo de lo que algún día seremos y extenderles una mano, una ayuda y hasta un consuelo.

2. La labor no depende de cuantas veces nos reiteren esas ideas, sino de lo que sintamos en situaciones así, y finalmente lo llevemos a la práctica.

3. Nunca es demasiado tarde para comenzar.

4. Cuando las personas llegan a la tercera edad se nos convierten en símbolos de fortaleza, de ejemplos. Por lo tanto, para disfrutar de su compañía es necesario tocarlos con los ojos del corazón.

5. Nuestros mayores no son solo “los abuelos de la casa” son los fundadores de la nueva generación, portadores de la historia y la sabiduría, la que solo se alcanza con el pasar de los años.

6. Contribuir a enriquecer la vida social, espiritual y el autocuidado de adulto mayor, en aras de favorecer una imagen positiva y sana del proceso de envejecimiento humano, preparando a la familia para garantizar una comunicación y convivencia armónica con el adulto mayor.

7. Conocer al adulto mayor significa ser receptivo ante sus necesidades y posibilidades, dar confianza y seguridad, para sí brindarle una mejor convivencia social y familiar un mejor espacio de realización personal.

Estimular el papel activo en la familia y la sociedad contribuye a dar vida en estos años.

Conclusiones:

- 1- Se identificaron varios casos de violencias hacia las personas de la tercera edad.
- 2- Se demostró que este grupo etario es vulnerable a los problemas sociales como la violencia.
- 3- El envejecimiento de la población es un fenómeno de gran relieve en la sociedad contemporánea el cual debe ser abordado con mucha sutileza.
- 4- Posibilitó acercarnos a la situación social del desarrollo jugando un papel importante el rol de la familia y el adulto como ser social.

Bibliografía.

- Álvarez, M. y otros. (1993) "Acerca de la familia cubana actual. Academia, La Habana.
 - Castro Alegret, P L y Castillo, Silvia M.(1989)"Para conocer mejor a la familia ". Pueblo y Educación, La Habana.
 - Arés, P. (1990) "Mi familia es así". Ciencias Sociales, La Habana.
 - .- García Batista, G y Romero Ramírez, V.(2010) "Fundamentos de la Educación Especial Materiales Básico y Guía de estudio", Maestría en Ciencias de la Educación Módulo II. Pueblo y Educación, La Habana.
 - Arés, P. (1990) "Mi familia es así". Ciencias Sociales, La Habana.
 - Colectivo de autores. (2000)" Género salud y cotidianidad". Científico-Técnica, La Habana.
 - Fernández Díaz, A. (2002)" La comunidad como espacio educativo", en Nociones de Pedagogía, Psicología y Sociología. Pueblo y Educación, La Habana.
 - Rodríguez Bell, RI y López Machín, R.(2002)"Convocados por la diversidad". Pueblo y Educación, La Habana.
- Tamara Guevara de León, T, Valdés Rodríguez, E (2010) Violencia en el adulto mayor <http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/920/167>