

## **Viudez, soledad y sexualidad en la vejez: mecanismos de afrontamiento y superación**

*Widowhood, solitude and sexuality in old age: confronting and overcoming mechanisms*

Verónica Montes de Oca Zavala<sup>1</sup>

**RESUMEN:** A la viudez siempre se le asocia con aspectos negativos en la vida de las personas, máxime si estas se encuentran en la etapa de vejez. Sin embargo dependiendo del momento en que se experimenta este evento en el curso de vida es posible activar mecanismos que permitan afrontar y reordenar la vida. Este artículo muestra desde una perspectiva exploratoria, cualitativa y analítica, tres estudios de caso en el estado de México que muestran cómo se percibe la viudez, qué significa en la vejez, sus impactos económicos y sociales, así como los discursos y contradiscursos que se han generado por los sujetos analizados para superar la soledad, el aislamiento, la necesidad de afecto y amor más allá del que proporcionan la familia y los hijos. La sexualidad se vislumbra desde una perspectiva crítica y es un elemento que resalta en las narrativas de estos tres casos y que llamaron la atención ante la tradicional forma de analizar a la vejez y a la viudez. El artículo se compone de una revisión bibliográfica, los objetivos y la metodología, así como una sección de resultados y reflexiones finales.

**Palabras claves:** Vejez; Viudez; Sexualidad.

---

<sup>1</sup> La autora agradece los comentarios de los dictaminadores de *Kairós Gerontologia*, la colaboración de Lilia Fernández en la elaboración y transcripción de las entrevistas realizadas, a Alaide Ventura y Leonel Dorantes por su lectura crítica, así como los comentarios de Sagrario Garay, Mariana Madrigal y Rosaura Avalos.

**ABSTRACT:** *Widowhood is usually associated to negative aspects of life mainly when the people involved are in old age. However, depending on the moment this phase of life is faced, it is possible to activate certain mechanisms allowing confrontation and reorganization of life. This article presents, from an exploratory, qualitative and analytical perspective, three case studies in the state of Mexico showing how widowhood is seen, what it means in old age, its social and economic impacts, as well as its discourses and anti-discourses generated from the subjects analyzed so as to overcome solitude, isolation, the need for affection and love that go beyond what family and children provide for. Sexuality is seen from a critical perspective and it is an element that stands out both in the narrative of such three cases and when compared to the traditional view that analyses widowhood and old age. This article is composed of a bibliographic review, objectives, methodology and a section of final results and reflections.*

**Keywords:** *Old age; Widowhood; Sexuality.*

## **Introducción**

La formación de una familia, a través del matrimonio, es uno de los eventos más importantes en el curso de vida de los mexicanos y esto se ha hecho evidente a través del estudio de las trayectorias familiares (Tuirán, 1996; Echarri, 2009). Encontrar una pareja que te acompañe en los eventos más importantes de la vida, como el nacimiento de los hijos, el desarrollo personal, la generación del patrimonio familiar, entre otros, quizá sea uno de los privilegios más grandes que pueden encontrar las personas; por ello, hablar de la viudez cobra un especial significado (Solís y Puga, 2009; Mier y Terán, 2009). La viudez representa la disolución parcial de la familia originaria o, por lo menos, del enlace matrimonial del cual devienen otras transformaciones importantes en el curso de vida (Tovar, 1999; Pérez Cárdenas e Infante, 2005). Aunque es claro que la viudez ha sufrido cambios importantes durante el siglo XX, en la actualidad representa una transición popularmente relacionada con la entrada a la etapa de vejez, de hecho puede considerarse como un evento crucial que genera reajustes en el sistema de apoyo familiar en ciclos de

vida familiar avanzados (Montes de Oca y Hebrero, 2006). Sin embargo, no siempre la muerte de la pareja llega a darse dentro del ámbito familiar, ya que la convivencia diaria y los cambios en la personalidad de los individuos generan, cada vez con mayor frecuencia, la separación o el divorcio (Ojeda y González, 2008). Por otro lado, a la viudez se le asocia con la separación y la muerte, y es realmente extraño vincularla con otros aspectos como la sexualidad y el placer, lo cual es posible una vez que se ha superado la pérdida y se activan mecanismos de resiliencia para seguir la vida. Estos aspectos en la literatura están poco relacionados por eso parece relevante reflexionar en este espacio a partir de la evidencia encontrada en México.

Los estudiosos de la viudez mencionan que este evento tiene un significado diferente en función tanto de la etapa histórica que experimentan las poblaciones como de la etapa en el curso de vida de quien experimenta la viudez, así como del número de años que se vivieron como pareja, del género de quien vive la viudez, de la descendencia y número de la misma, de los recursos financieros de los cónyuges y, finalmente, de la memoria afectiva en la familia, la cual se genera a partir de la convivencia intergeneracional. En esa lógica, la viudez es considerada un evento importante en la vejez (Tovar, 1999; Quadagno, 2007). Pero, ¿cómo se vive la viudez?, ¿cuál es su significado en etapas avanzadas de la vida?, ¿la experimentan igual los hombres y las mujeres adultas mayores? ¿cómo impacta el sentido de la vida y que mecanismos surgen para hacerle frente a la soledad? ¿Cómo se transforma el ejercicio de la sexualidad después de la viudez? Estas preguntas no se agotan en este artículo pero si buscan profundizar con los temas asociados a la viudez. El artículo se compone de una revisión bibliográfica, los objetivos y la metodología, así como una sección de resultados y reflexiones finales.

### **La viudez en el pasado y el contexto mexicano**

La definición de viudez supone haber estado casada previamente a la muerte del cónyuge. El origen de la palabra viuda viene del latín *vidua* que significa vacía, puesta a un

lado, separada<sup>2</sup> (Tovar, 1999). La viudez no debe ser considerada, necesariamente, un fenómeno moderno; resulta más preciso decir que en el pasado era vista como algo natural y muy frecuente, tanto como la orfandad y la mortalidad infantil. Las viudas y las separadas o divorciadas eran nombradas con las mismas palabras porque eran mujeres sometidas a las mismas prohibiciones o rituales (Tovar, 1999). Si bien en el siglo XIX y principios del XX la viudez podía vivirse en cualquier momento de la vida temprana, con el desarrollo socioeconómico y la época moderna comienza a ser asociada con la longevidad y la llegada de la vejez. Los jóvenes contraían matrimonio casi al inicio de su etapa reproductiva y, al no haber control sobre la natalidad, se esperaba que las parejas tuvieran un alto número de hijos, tanto para garantizar el número suficiente de trabajadores agrícolas en la familia como para prevenirse si la muerte infantil derivada de las enfermedades transmisibles de la época los sorprendía irremediablemente (Jiménez, 1988). En aquellos años, las bajas tasas de sobrevivencia propiciaban que algunos de los miembros familiares más cercanos experimentaran la muerte. Por ejemplo, la mortalidad infantil<sup>3</sup> y materna eran fenómenos sociales que se esperaban con temor al término del embarazo, y la imagen de la infancia huérfana – parcial o totalmente – era una cuestión muy común. La descendencia que experimentaba orfandad podía vivir con algunos parientes y, en caso de que no existieran, había instituciones sociales que atendían dicha situación: los asilos para infantes.

Con el paso del tiempo, estos eventos – la orfandad y la mortalidad infantil – aparecen con menos frecuencia; la viudez, en consecuencia, tiende a postergarse en el curso de vida de las personas. Así, comienza a verse a la viudez como un evento relacionado con la edad avanzada y en especial con la vejez. La población mexicana experimentó este proceso durante la primera mitad del siglo XX, cuando la esperanza de vida de los mexicanos pasó de 20-30 años en el primer cuarto de siglo a 50 años en la década de 1950, a 67 en los ochenta y 75 en 2012 (Jiménez, 1988; Consejo Nacional de Población (Conapo, 2012).

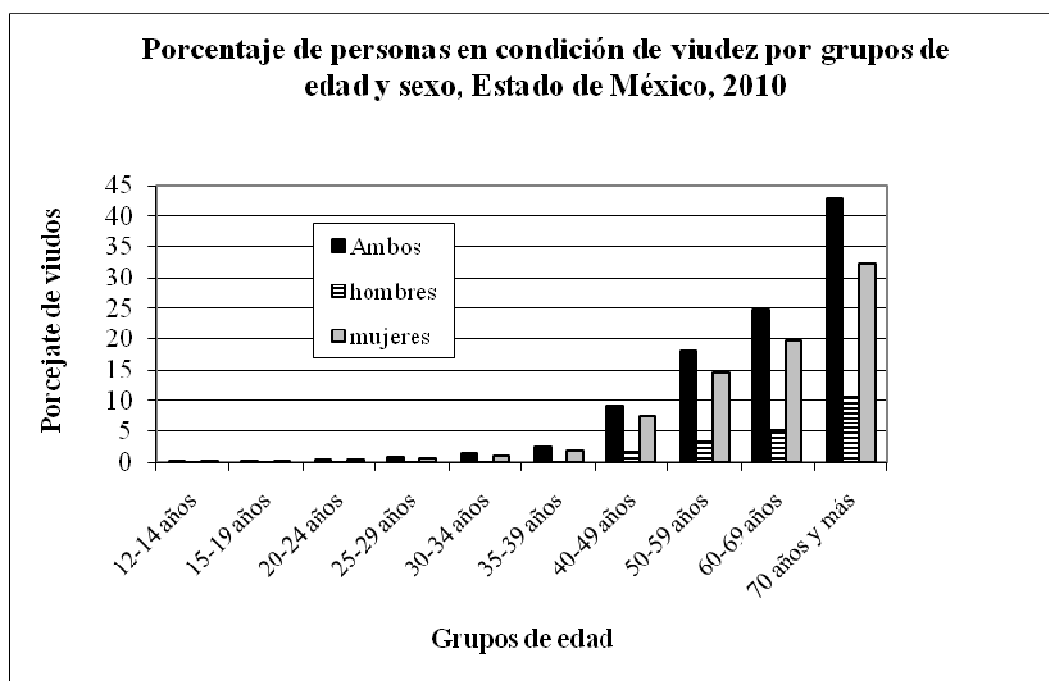
---

<sup>2</sup> En algunas sociedades, la definición de viudez se ampliaba a mujeres cuyos maridos estaban ausentes por la guerra, por migración o por trabajar en el ejército o marina. Estas mujeres eran denominadas “viudas de los vivos”, en cualquier caso se vestían de negro para poder identificarse y lograr moverse en espacios restringidos para hombres (Tovar, 1999).

<sup>3</sup> La mortalidad infantil se ha reducido de 288.6 en 1900 a 73.8 en 1960 y a 42 fallecimientos de menores de un año por mil nacidos vivos entre 1986-1986 (Jiménez, 1988). Actualmente las cifras oficiales mencionan 17.29 decesos en menores de un año por cada mil nacidos vivos (Index Mundi, 2011).

El Estado de México no estuvo exento de vivir este fenómeno, al igual que la nación en su conjunto, en prácticamente los mismos periodos históricos. Hoy por hoy, el estado de México cuenta con el mayor número de habitantes del país, 15.2 millones componen a la entidad más poblada del país. La esperanza de vida al 2011 para los mexiquenses es de 76.1 años (Consejo Estatal de Población [COESPO], 2011). De la población mexiquense 1,13 millones tienen 60 años y más, con lo que corresponde a la entidad federativa con más personas adultas mayores en números absolutos. El total de personas en condición de viudez en el Estado de México es de 454 mil personas de las cuales el 78% son mujeres. Del total de viudas y viudos mexiquenses 67.5% tienen 60 años y más. Del total de personas adultas mayores 40% son viudas (Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2010).

Gráfico 1



Fuente: Elaboración propia con datos del Censo General de Población y Vivienda, INEGI, 2010

A partir de lo anterior, intento expresar que la viudez es un evento que adquiere significados diferentes gracias a la historia de las poblaciones y al momento en el que ocurre en el curso de vida de cada persona. Es decir que la perspectiva del individuo se

debe a su posición en la organización familiar y al momento del ciclo familiar en el que ocurre el evento; ésa es la razón por la cual la viudez en la vejez adquiere especial importancia. La condición de viudez en el Estado de México se justifica por ser el más poblado en cuanto a personas adultas mayores y porque la viudez en la vejez es un fenómeno significativo estadísticamente. Varios aspectos son mencionados en la literatura que se asocian a la condición de viudez:

## **2. La viudez y factores asociados: revisión bibliográfica**

En esta sección se abordarán algunos factores asociados a la viudez. Sobresalen aquellos que relacionan a la viudez con procesos de vulnerabilidad económica, sobre aspectos psicológicos relacionados con la despersonalización, la pérdida de la identidad y el duelo. Le siguen aquella relación que plantea a la viudez como un antecedente al suicidio o quien lo relaciona con una forma de muerte. También se plantea la pérdida de la sexualidad como otra forma de duelo simultáneo a la viudez.

### ***Vulnerabilidad económica en la viudez***

Desde la perspectiva económica, la vejez resulta un fenómeno fundamental ya que la estructura conyugal no sólo consiste en una formalización de la vida familiar, sino que también es un componente fundamental del modo de producción agraria. Las unidades familiares, históricamente, han sido también unidades domésticas de producción agrícola; por ello, en un determinado momento, la viudez era un fenómeno que indicaba el desmantelamiento de la unidad básica de producción. Así fuera en el caso de la mujer o del hombre, la viudez apelaba a la muerte de alguno de los cónyuges, con lo que desaparecía uno de los elementos básicos de la reproducción económica, social y biológica. Si moría la mujer, la unidad doméstica perdía un elemento sustantivo para la manutención, en lo que se refería a la recolección de alimentos y su preparación cotidiana, la elaboración del vestido y la procuración de cuidados a los miembros más pequeños de la unidad. Éstos, a su vez, al

ser futuros miembros activos de la fuerza laboral que se requería para el trabajo agrícola, garantizaban la sobrevivencia económica de la familia. Con la muerte del cónyuge varón, la unidad doméstica perdía a la fuerza de trabajo primordial de la unidad de producción, la cabeza de familia, administrador principal de los bienes, gestor frente a la sociedad, los ejidos o la administración municipal. Dentro de esa lógica, morir y dejar a una familia representaba el comienzo de una etapa de vulnerabilidad, la cual tenía efectos diferentes en el caso de las mujeres y de los varones. Tovar (1999) menciona que esta vulnerabilidad traía consigo debilidad, necesidad, indigencia y desgracia.

Tomando en cuenta la etapa histórica que muy probablemente vivieron nuestros actuales adultos mayores en México, es importante reconocer que después de haber sobrevivido a las enfermedades transmisibles de la época (viruela, sarampión, cólera, tuberculosis, etc.), así como a la falta de vacunación y ausencia de servicios médicos, la longevidad alcanzada hasta estos tiempos representa un evento extraordinario de gran significado social. Pero la viudez que acompaña esta longevidad no está siendo asegurada ni protegida a través de una pensión y derechohabencia, especialmente en el caso de las mujeres quienes tienen una mayor esperanza de vida. Las mujeres dependen económicamente de sus esposos a lo largo de su vida, lo que propicia que, al enviudar, pierdan su principal sostén económico y sean expuestas al mercado de trabajo sin contar con una capacitación adecuada. Hoy todavía la viudez continúa siendo un evento al cual se asocian vulnerabilidad y pobreza. Por la forma en que fueron educados los varones, las esposas representan un lazo afectivo fundamental y son quienes resuelven la vida cotidiana; así mismo, generan y cuidan los vínculos con los familiares, vecinos y amigos. Desde la perspectiva de género, tanto mujeres como hombres adultos mayores son vulnerables, pero en aspectos sociales y económicos diferentes.

### ***Despersonalización, pérdida de identidad y duelo***

Desde la psicología, la viudez es un fenómeno que se ha asociado con la entrada a una etapa de despersonalización, en la cual se pierde la identidad propia a partir de la

pérdida de la pareja. La despersonalización es considerada como una alteración de la percepción o la experiencia de uno mismo, de tal manera que uno se siente "separado" de los procesos mentales o del cuerpo, como si fuese un observador externo a los mismos. Si bien este suceso también se puede dar con el divorcio, lo cierto es que sus efectos tienen reacciones diferentes en la familia y la sociedad; existe literatura que señala que las redes sociales actúan con mayor fuerza cuando hay una muerte en las familias que cuando ocurre el divorcio o una separación, ya que la solidaridad social tiende a desplegarse ante eventos irresolubles, no así cuando los cónyuges aún viven y rompen el vínculo básico de la sociedad. Otros estudios señalan el papel de las redes sociales ante la muerte del cónyuge como un factor protector en el ámbito familiar y religioso que permite enfrentar el evento (López, Cervantes, Obregón y Villalón, 2009). Sin embargo, parte de la pérdida de identidad es generada por la viudez y el proceso de duelo; éste se puede definir como el estado de pensamiento, sentimiento y actividad que se produce como consecuencia de la pérdida de una persona o cosa amada, y que está asociado a síntomas físicos y emocionales.

En otras palabras, es una reacción emocional que ocurre ante una pérdida; psicológicamente, es traumática en la misma medida que una herida o quemadura, por lo cual siempre es dolorosa; la persona necesita tiempo para volver al equilibrio normal, que es lo que constituye el proceso de duelo<sup>4</sup> (Carevic, 2003). No obstante, existen mecanismos de afrontamiento que permiten generar resiliencia y adaptación posterior a la muerte del cónyuge, estudios han mostrado que hay estrategias revalorativas a través de las redes de apoyo social que tienen una función cohesiva y comunicativa para las personas que experimentan la viudez (López *et al.*, 2009). Otro estudio realizado en España plantea que la adaptación a la viudedad implica comenzar a afrontar problemas en solitario, sugiere comenzar a experimentar inseguridad de hacer cosas que nunca se habían hecho, a decidir por uno mismo. Asimismo plantea que la capacidad de adaptación depende de varios factores como el sexo, edad, condiciones de salud, grado de dependencia, y presencia de redes sociales de apoyo (Sánchez-Vera, Algado, Centelles, López y Jiménez, 2009). Al entrevistar a trabajadoras sociales se sugiere que las comunidades rurales tienden a arropar

---

<sup>4</sup> Según Carevic (2003), Freud toma la palabra 'duelo' en sus dos acepciones: como dolor ('dolere') y como combate entre dos ('duelum'), ya que el duelo implica un combate doloroso entre dos: por un lado, el yo que se resiste a abandonar sus lugares de satisfacción y, por el otro, el principio de realidad que insiste en la pérdida.



más a quienes viven la muerte del cónyuge, pero que en definitiva mantenerse activos es un mecanismo que permite afrontar el suceso con mayor éxito (Sánchez-Vera *et al.*, 2009).

### ***La viudez como factor de riesgo al suicidio***

Algunas investigaciones también han advertido que la viudez propicia una situación de desesperanza y extravío que, en ocasiones, puede llegar a generar una muerte social y, en el peor de los casos, una muerte por suicidio. En otras palabras, el matrimonio o tener una pareja es un factor protector ante el suicidio (Luoma y Pearson, 2002). Pero podría acotarse aquí que más que la muerte después de la viudez, lo cierto es antecede una muerte social producto de la separación social que en algunas sociedades deviene después de la viudez. Por tanto sería difícil emitir una relación causal directa entre la viudez y el suicidio. En la sociedad norteamericana se ha encontrado que, mientras la viudez es un factor previo al suicidio en poblaciones jóvenes, conforme avanza la edad el divorcio es un factor mayor (Luoma y Pearson, 2002). Estos estudios ponen en evidencia que la separación del cónyuge tiene una fuerza sustantiva en nuestras culturas y que la pérdida de la pareja tiene un grave efecto en la vida social. El matrimonio o la presencia de pareja, por otro lado, refuerzan el papel de los individuos ante la sociedad y protegen la identidad personal. Estas cuestiones probablemente tienden a agravarse en aquellas parejas que no cuentan con descendencia, ya que la existencia de hijos puede aminorar el efecto nocivo de la viudez o el divorcio.

### ***Hasta que la muerte nos separe...***

Nuestra cultura se encuentra perneada por pautas judeocristiana que han privilegiado las normas religiosas sobre las civiles, razón por la cual los matrimonios católicos aún tienen un peso sustantivo en nuestra sociedad. En México, el matrimonio continúa percibiéndose como un vínculo que deberá durar toda la vida y que sólo la muerte de uno de los cónyuges es capaz de deshacer. De acuerdo con algunos datos sobre el Estado

de México, de la población con 60 años y más el 49.3% en 1990 y el 45.9% estaban casados por ceremonias religiosas y civiles, 4.3 y 3.1, respectivamente sólo por ceremonias religiosas (Consejo Estatal de Población, 2006) Con el matrimonio se propicia la compañía; a pesar de los conflictos, la presencia de una pareja en la vejez adquiere un sentido muy peculiar; gran parte de esta relación se sustenta en el hecho de vencer la soledad y procurarse cuidados mutuamente. Aunque la descendencia es un fruto de la relación matrimonial, nunca podrá sustituir al cariño y amor de la pareja. Otro elemento importante, al respecto, tiene que ver con la sexualidad en la vejez; el cónyuge es también la pareja sexual y afectiva, por lo que su muerte también implica, por lo general, una cancelación de la vida sexual.

### ***La pérdida de la sexualidad de pareja con la viudez***

La sexualidad en sí misma es un tema censurado. Mucho más lo es cuando se habla de sexualidad en pareja. Pero sexualidad en la vejez es prácticamente inexistente en la literatura. López (2007) plantea que existe una negación a hablar y pensar la sexualidad en la vejez, y esto se debe a tres errores concretos y a varias falsas creencias. Entre los errores se menciona la concepción de sexualidad reducida a la genitalidad y capacidad coital, el hecho de pensar la sexualidad en la vejez con base el modelo coital juvenil, y un tercer error consiste en simplificar la sexualidad a la erección masculina la cual funge también como símbolo de poder. Todos estos errores inhiben la sexualidad al tratarla en función del vigor de la erección y capacidad coital y no por la capacidad de gozar y amar. Entre las falsas creencias se menciona: las personas mayores no tienen capacidad para tener conductas coitales, las personas mayores no tienen interés sexual, las personas mayores que se interesan por su sexualidad son inmaduras, los hombres mayores si tienen intereses sexuales, las mujeres no. Otras falsas creencias son: las mujeres que se interesan por su sexualidad son ninfómanas, las desviaciones sexuales son más frecuentes en la vejez, la actividad sexual desgasta y envejece, la actividad sexual es mala para la salud, la masturbación es una conducta desviada, después de la menopausia la satisfacción sexual disminuye, las personas mayores enfermas no deben tener actividad sexual, las personas

mayores no son atractivas sexualmente para los demás, las mujeres deben ser igual o más jóvenes que los hombres en una relación de pareja (López, 2007; Fouilloux, 2007).

Ante esta cantidad de ideas y creencias es muy poco probable asociar la vejez con la sexualidad y mucho menos después de la viudez. En la vejez, la sexualidad tiene un papel muy importante, ya no tiene un fundamento reproductivo, sino es más placentero y satisface los deseos corporales y emocionales. Como podemos apreciar la sexualidad es un tabú cuando se habla de las personas en edad avanzada, se piensa erróneamente que no ejercen su sexualidad, tal y como lo hacen los jóvenes (Fouilloux, 2007). De hecho en el cine existen pocas películas que hablan al respecto, casi siempre se abordan las relaciones en los jóvenes y edad madura. Más aún cuando se habla de la sexualidad en la edad avanzada, la atención se centra en los varones quienes se relacionan con mujeres más jóvenes. Tampoco se habla de la homosexualidad en la vejez (Fouilloux, 2007). Mientras que es un doble tabú hablar de la sexualidad femenina en la vejez y más aún de la relación con varones más jóvenes que ellas.

La sexualidad en cualquier persona, independientemente de la edad, es un aspecto sustancial para una vida plena. Sólo se va transformando con el paso del tiempo. La sexualidad no se pierde con la edad, al contrario se mantienen o incrementan las necesidades de afecto, el enamoramiento, el aprecio, la ternura, la empatía y el gusto por el contacto físico (López y Olazábal, 1998; citado en López, 2007; Dello, 1998; citado en Fouilloux, 2007).

La literatura advierte que una vez pasada la etapa reproductiva, las mujeres descubren un aspecto sustantivo de su sexualidad, más placentero y menos riesgoso al embarazo aunque no para enfermedades de transmisión sexual. Las investigaciones coinciden en que los cambios hormonales que las mujeres experimentamos a causa de la disminución de la función ovárica no siempre produce cambios en la actividad sexual (Fouilloux, 2007). Para el caso de los hombres, sólo es difícil ejercer una sexualidad genital si se tienen problemas en su estado físico, pero por lo regular el ejercicio de la sexualidad tiene ventajas para la salud y la autoestima.<sup>5</sup> Uno de los beneficios más mencionados tiene

---

<sup>5</sup> Dello (1998; citado en Fouilloux, 2007) encontró una serie de factores asociados de manera positiva con la actividad sexual: ser varón, estar casado, tener menor edad, mayor nivel educacional, buen funcionamiento social y no sufrir de deterioro cognoscitivo.

que ver con la vitalidad, el fortalecimiento de la autoestima y una seguridad en el relacionamiento con el resto de las personas. En el campo fisiológico también se beneficia el sistema cardiovascular y con ello muchos otros órganos del cuerpo (López, 2007). Pero un aspecto fundamental, que a pesar de ser obvio, hay que mencionarlo es que a través de la sexualidad alcanzamos la felicidad de manera momentánea pero consistente (Fouilloux, 2007). Por eso no es inevitable pensar que cuando se vive la viudez se cancele la sexualidad con la pareja, pero se abren en la vejez nuevas opciones una vez que se ha atravesado el duelo.

Muchos otros temas se relacionan a la viudez sin embargo he tratado de hacer una breve revisión de la importancia de este tema en el ámbito sociológico, aunque quedan muchos aspectos que analizar frente a un incremento de la longevidad y el envejecimiento demográfico que experimentan nuestras sociedades.

### **3. Objetivo del estudio y estrategia metodológica**

La presente investigación es parte de un estudio más amplio denominado “Diagnóstico Demográfico del Envejecimiento en el Estado de México” desarrollado en el Centro de Investigaciones y Estudios Avanzados de la Población de la Universidad Autónoma del Estado de México Este estudio tenía por objetivo conocer la situación de las personas con 60 años y más en la entidad más poblada del país. Para ello se levantó una encuesta sociodemográfica y se realizó un estudio cualitativo sobre algunos aspectos considerados relevantes: la población institucionalizada en asilos (Garay, 2009), cárceles (Ramírez, 2009), población indígena y en condición de viudez. Cada investigación tenía sus propios objetivos. En lo que corresponde a indagar sobre la condición de viudez las preguntas que guiaron este estudio eran ¿cómo se vive la viudez?, ¿cuál es su significado en etapas avanzadas de la vida?, ¿la experimentan igual los hombres y las mujeres adultas mayores? ¿cómo impacta el sentido de la vida y que mecanismos surgen para hacerle frente a la soledad? ¿Cómo se transforma el ejercicio de la sexualidad después de la viudez?

En este marco el objetivo central de este estudio era conocer el significado y las percepciones que genera la viudez, cómo se vive esta experiencia en hombres y mujeres adultos mayores en varios municipios de la entidad mexiquense. Para ello se realizaron nueve entrevistas semiestructuradas con una guía de preguntas en el municipio de Texcoco, Estado de México, durante mayo-agosto del 2008. De las entrevistas realizadas se seleccionaron tres casos que teóricamente resultaron relevantes en el contexto del resto de informantes entrevistados. Una vez transcritas los casos seleccionados para el estudio se trabajó en la interpretación del significado de la viudez y su relación con la sexualidad en la vejez mexiquense.

El estudio es exploratorio, cualitativo y analítico, por tanto no busca ser representativo pero sí permite distinguir corrientes y contracorrientes sobre el tema de la viudez y la sexualidad. Este artículo recoge lo más relevante sobre el tema cuya limitación es la ausencia de un mayor número de casos que permitan contrastar otras perspectivas.

No obstante, es posible tomar en consideración lo que argumenta Giménez (2012) sobre los estudios de caso, él señala que son válidos en los análisis exploratorios ya que si hay elementos sobresalientes en este tipo de contextos (personas mayores en un municipio como Texcoco en el Estado de México), es posible considerar que las temáticas de sexualidad y viudez son en sí mismas pertinentes sociológica y antropológicamente, en este tema que nos ocupa del envejecimiento humano.

De tal forma que como menciona Yin (2003) los estudios de caso son generalizables para proposiciones teóricas pero no son generalizables estadísticamente, por tanto su utilidad radica en poder identificar problemáticas novedosas y poco elaboradas mediante otras metodologías. E

n síntesis en este artículo sólo se pretende mostrar evidencia sobre la percepción de la viudez y cómo se enlaza con algunos temas como la cuestión de las redes sociales de apoyo y la sexualidad. No se busca inferir conclusiones a todos los viudos mexiquenses sino explorar nuevas perspectivas para analizar a la viudez en México.

#### 4. Viudez, soledad y sexualidad a través de tres estudios de caso mexiquenses

El significado de la viudez no puede entenderse cabalmente a través de las narrativas de hombres y mujeres adultos mayores residentes en el Estado de México, pero si podemos profundizar sobre discursos afines, contrarios o nuevos que muestren una mayor complejidad en ciertos fenómenos no tratados en la literatura con anterioridad. En este artículo rescato para su análisis tres casos que permiten entender el significado y las percepciones sobre la viudez en la vejez. Dos casos de varones (73 y 75 años) y uno de mujer (71). Los tres casos residían al momento de la entrevista en la comunidad de San Miguel Tlaixpan, Texcoco, Estado de México. Doña María tuvo un matrimonio que duró 40 años, don José, tuvo uno que duró 46, y don Luis, vivió su matrimonio por 25 años. A todos los alcanzó la viudez ya entrando en la vejez; hoy se encuentran en el grupo de septuagenarios. Todos tuvieron matrimonios prolongados de los cuales nacieron sus hijos e hijas. Su descendencia no es considerada la fuente principal de sus apoyos familiares, lo cual es una característica que rompe con la tendencia de la vejez en México (Montes de Oca, 2001). Estos casos no cuentan con una red familiar sólida que provea apoyos. A pesar de que la experiencia de la viudez en la vejez les dejó mucha tristeza y dolor, propiciados por los años de vida juntos, las circunstancias que prevalecen en cada historia son enfermedades prolongadas de sus cónyuges. Por ejemplo, el esposo de doña María y la esposa de don Luis murieron a causa de la diabetes, y la esposa de don José de un probable tumor en la cabeza. El promedio de viudez que ellos han experimentado es de cerca de diez años, tiempo en el que han tenido que sortear la enfermedad, la soledad y la falta de apoyos de sus familiares.

El momento de ocurrencia de un evento es un factor central en la forma como se reconstruye la experiencia, en este caso el de la viudez la cual es reflexionada en la vejez. Estos elementos son un dato que merece ser analizado de manera particular:

*“Hace 8 años que falleció mi esposo, yo tenía 66 años cuando él murió. En 1960 nos casamos y duramos 40 años de casados. Mi esposo murió de diabetes, 30 años de diabetes, esa enfermedad se los acaba, no pueden comer de todo, estuvo mucho tiempo bien delicado. Temprano se iba y se*

*tomaba sus pastillas, en las noches llegaba y se tomaba otras pastillas, solamente así se controlaba, comía muy poquito”.* (Doña María, 72 años y 43 de matrimonio. Originaria de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Para doña María, la muerte de su esposo aparece como un evento doloroso pero también como un alivio frente a tantos años de padecer una enfermedad como la diabetes, que implica mucho tiempo de cuidados prolongados. El descanso es tanto para el enfermo como para doña María. Hay que recordar que hace 30 años la ciencia médica no había avanzado tanto en cuanto a cuidados sobre la diabetes y la situación era más cruel con los enfermos y sus familias; hoy en día es más sencillo convivir con esta enfermedad.

La narrativa de don José nos refleja otras experiencias:

*“Yo tenía 63 años cuando mi esposa se murió, tengo 12 años de viudo. A mi esposa le dio una enfermedad en la cabeza. Yo estaba en Atizapán. Un viernes llegué de trabajar y se puso muy mala, fuimos a ver el doctor a San Nicolás; le mandó medicamentos, no le hicieron nada. El domingo se puso más mala, la llevamos con otro doctor y teníamos que internarla en el hospital de Texcoco. La llevamos en un coche, ya no llegó; se murió en el camino, allí en la entrada del Molino de las Flores, no alcanzó a llegar al doctor. Yo creo que era un tumor porque le dolía mucho la cabeza, nunca supimos bien la enfermedad que tenía, quién sabe qué le pasó”.*

(Don José, 75 años y 46 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

En el caso de don José, la incertidumbre rodea el terrible evento de ver morir a su esposa, sin los recursos médicos para tratarla cerca del domicilio; se trata de la vulnerabilidad geográfica en que viven muchas comunidades mexiquenses. Los intentos por lograr que sobreviviera su esposa fueron frustrados por la lejanía y la falta de servicios de salud adecuados. Ante la muerte del cónyuge sobrecoge no tener información sobre la

causa de la muerte, incertidumbre que se agrega al dolor de la pérdida propiciando sentimiento de tristeza y enojo.

La situación de don Luis tuvo algunas coincidencias pero también diferencias con los anteriores casos:

*“Mi esposa tenía 48 años cuando murió de diabetes, los 2 últimos años estuvo muy mal, se le complicó con otras enfermedades. La diabetes acaba con las personas, no tiene curación, es la verdad. La llevé con varios doctores a Texcoco, a México, y con un brujo para que le hiciera una limpia, no se compuso, no se alivió. La diabetes no tiene remedio, ya pasé por todos esos fracasos; entiendan, por favor, ya no las lleven a ningún médico, las van operar y se complica con otras enfermedades, se complica con todo”. (Don Luis, 73 años y 25 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).*

Con la diferencia de edades entre don Luis (65) y su esposa (48) no era muy probable experimentar la muerte de ella, pero nuevamente como en el caso del esposo de doña María, la diabetes hizo su aparición, trayendo desgracias a la vida de una familia mexiquense. Este aspecto es muy importante dado el impacto que tiene esta enfermedad como una de las primeras causas de muerte en México. Para el 2010 las principales causas de muerte son enfermedades del corazón, diabetes mellitus y tumores malignos (INEGI, 2010). Dada la expansión de estas enfermedades crónicas como diabetes y cánceres es posible advertir las causas que generan previas a la muerte en los cónyuges y familiares.

### ***La enfermedad, la marginación y la viudez***

Las narrativas de los sujetos estudiados nos ilustran varios aspectos que son cualitativamente importantes cuando hablamos de la viudez en la vejez mexiquense. Por un lado, la presencia de enfermedades que hoy en día están siendo controladas por las principales instituciones de salud del país, pero cuyo esfuerzo no se refleja contundentemente en la población. En todos los casos, el deterioro de la salud funge como



el principal responsable de este evento, que trajo dolor y soledad en la vejez. Pero si bien la salud se vuelve frágil con la edad, lo terrible es que no existan opciones médicas ni un desarrollo social para alcanzar curación y llegar a la vejez con una adecuada calidad de vida. Se ha dicho que la mayor esperanza de vida se traduce en el hecho de poder vivir más tiempo, lo cierto es que es una fortuna el lograr sobrevivir en pareja y vivir tantos años de matrimonio. Tomando esto en cuenta, la vejez puede ser vista como un gran logro del desarrollo social, pero también como un privilegio para unos cuantos solamente. Don Luis, don José y doña María están experimentando esa fortuna, pero la enfermedad crónica no permitió que vivieran su vejez en compañía de sus parejas.

Parte de la marginación tiene como antecedente la pobreza que muchos de estos adultos mayores vivieron en la infancia. Por ejemplo, en el caso de doña María, su niñez estuvo inmersa en pobreza y enfermedad. Ella nos dice:

*“Me separé de mi casa a los 12 años, éramos muy pobres, no teníamos suficiente dinero. Mi mamá y papá estaban enfermos todo el tiempo. Fue una historia triste, no tenían trabajo. Me vine a poner unos zapatos hasta los 10 años”.* (Doña María, 72 años y 43 de matrimonio. Originaria de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Algo similar sucedió con don Luis; él cuenta que:

*“No estudié porque tuve que mantener a mi familia. A los 6 años me fui de pastor a cuidar borregos y chivas. Con mi abuelo trabajé en los terrenos cultivando maíz o fríjol. Como no tenía papá, mi madre se volvió a casar y nos fuimos para San Pablo, allá me llevaban al monte a cortar leña, hacer carbón, vigas, tejamanil, tablas, hacer de todo.”* (Don Luis, 73 años y 25 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

En muchos casos, la pobreza que se vive en la niñez se repite durante la vejez, ya que las condiciones en las que se nace estructuran el curso de vida hasta la muerte. Pocas

oportunidades aparecen en el curso de vida para cambiar las trayectorias de pobreza. Es el caso de la niñez y adolescencia de doña María, quien siempre realizó actividades buscando la sobrevivencia; luego, en el matrimonio, su esposo estuvo enfermo durante treinta años y eso mermó su bienestar familiar.

La situación de don Luis fue distinta, ya que tuvo la oportunidad de migrar a la ciudad de México y trabajar en una institución bancaria, que le ofreció la pensión que ahora lo mantiene en la vejez. Tanto doña María como don Luis tuvieron hijos en su matrimonio, pero éstos no necesariamente representan una compañía ni un apoyo para ellos. En uno de los casos, la descendencia representa un apoyo familiar pero en el otro, por el contrario, es una fuente de conflicto y de malos tratos en la vejez.

### ***La soledad y la viudez en la vejez***

La viudez pone en una situación de vulnerabilidad a las personas, a la vez que desestabiliza la estructura familiar y recrudece la marginación. Tras la viudez devienen el duelo y los procesos psicológicos que se denominan despersonalización y pérdida de identidad. Desde una dimensión objetiva, la soledad aparece como estar o vivir solo y, desde una dimensión subjetiva aparece el sentimiento de soledad (Sánchez-Vera y Bote, 2007). La soledad que acompaña a la viudez muchas veces no se ve compensada con la descendencia y los nietos. Esa experiencia se expresa de la siguiente manera:

*“Recién que se murió mi mujer, yo quería irme al Asilo Mundet que está enfrente del edificio en donde voy a cobrar mi cheque. Yo dije: Mejor me voy al Asilo y que ellos [sus hijos] vayan a recoger mi cheque, ¿qué hago? Esta señora me dijo: Compadre, ¿qué vas a hacer allá?, todavía estás fuerte, allá te vas acabar la vida, aquí tienes tu casa, puedes ir a pasear, tienes que salir adelante. Estaba muy desesperado, pensaba no lo haga aquí [el suicidio], mejor me voy a matar en la barranca y se acaban todos los problemas. Cuando estamos solos llega el momento que dices ¿qué hago aquí?” (Don Luis, 73 años y 25 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).*

En uno de los casos podemos apreciar como el suicidio es considerado tras experimentar la viudez, abordada en la revisión de la literatura al inicio del presente texto. Algunos estudios ya han hecho mención de este fenómeno que es mucho más grave entre los viudos jóvenes. Pero la vida en común durante décadas y el significado emocional del vínculo matrimonial propicia que exista una etapa de crisis psicológica en quien experimenta la viudez. Este cambio del estado civil es considerado un problema de salud pública porque es un factor condicionante del suicidio. La viudez misma propicia depresión y una sensación de tristeza que se piensa sólo puede aliviarse con la muerte misma (Luoma y Pearson, 2002). La soledad que viene cuando muere la pareja con la que se han compartido tantos años juntos es una vivencia emocional que merece ser estudiada. Para doña María la situación fue algo similar; ella nos dice:

*“Más que nada la soledad es muy triste, acaso no ve a los abuelos que se han quedado solos, se ponen muy tristes, la soledad nos mata, nos lleva la tristeza. La soledad es triste, cuando se murió mi viejito me pasaba noches sin dormir, en el día no quería comer, buscaba a mi viejito, lo llamaba, ¿a dónde lo iba a encontrar? Tenemos que conformarnos, así es la vida, dicen que para todo hay remedio menos para la muerte. Sí me hubiera gustado que mi esposo viviera los mismos años que yo, como perros y gatos, pero juntos; había ratos que nos enojábamos, ratos que comíamos a gusto, contentos. En el matrimonio hay de todo, problemas, cuando pasaba el coraje me rogaba o yo le rogaba: ándale viejita, vamos a comer”. (Doña María, 72 años y 43 de matrimonio. Originaria de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).*

A pesar de los conflictos inherentes al matrimonio, la viudez sigue siendo un evento cargado de tristeza y soledad. Para Sánchez-Vera y Bote (2007) los varones tienden a sentirse menos solos que las mujeres, aunque también están necesitados de compañía y de que les solucionen algunos aspectos funcionales de la vida cotidiana; además, los mayores niveles de instrucción parecen paliar un poco los sentimientos de soledad.

Tras la evidencia de que 38.3% de las mujeres en el Estado de México en la vejez experimentan la viudez (INEGI, 2010), debemos recordar que este evento no es automático y que la convivencia familiar y el matrimonio son dos situaciones profundamente emocionales que están vinculadas con la calidad de vida en la vejez. La soledad y su manifestación más extrema, el *Síndrome de la soledad*,<sup>6</sup> pueden llegar a afectar el estado de salud (físico y/o emocional) de las personas mayores. De hecho, los estudios desde la perspectiva medioambiental han encontrado una fuerte correlación entre soledad y enfermedad. También existe una relación inversa en el sentido de que algunas enfermedades tienden a aislar a las personas mayores provocándoles sentimientos de soledad que más vale tomar en cuenta (Lawton, 1974; Gubrium, 1976; citados en Sánchez-Vera y Bote, 2007). Algunos estudios más han encontrado que con la viudez femenina sobreviene incluso una depresión que se acrecienta cuando la persona vive en hogares unipersonales. En síntesis, viudez, soledad y enfermedad, en todas sus combinaciones, son situaciones ligadas que pueden afectar la calidad de vida en las personas adultas mayores.

### *Nuevas nupcias en la vejez*

Hay sólo una manera de hacer frente a la soledad: buscar compañía. Para ello están los grupos de ayuda, los clubes de la tercera edad y los grupos eclesiásticos, por mencionar sólo algunos. El afrontamiento es un proceso que remite a una fortaleza interior para encarar las situaciones negativas en la vida, es una forma de adaptarse y transformar satisfactoriamente los escenarios cotidianos en la nueva etapa de la vida ya sin el ser amado. Por esa razón, los grupos de autoayuda son un apoyo muy importante ante estos eventos; a través de ellos es posible encontrar amigos y amigas e, incluso, volver a establecer una relación amorosa con otras personas de estas generaciones. Sin embargo, éste no es un proceso sencillo, ya que existe un sistema de valores que rechaza o muestra animadversión ante las segundas nupcias, sobre todo tratándose de gente mayor. Esto se debe a las falsas creencias que relacionan a la sexualidad con la vejez, así como a los

---

<sup>6</sup> El Síndrome de la Soledad se define como un estado psicológico que ocurre tras una pérdida en el sistema de soporte individual, propicia una disminución de la participación de las actividades dentro de la sociedad a la que pertenece y sensación de fracaso en su vida (Bermejo, 2002).

criterios sobre la sexualidad misma que mencioné en páginas anteriores. También la descendencia puede oponerse al ver en peligro su herencia. Además, como el matrimonio está ligado a la reproducción, el hecho de violentar esta función impacta negativamente la imagen de las segundas nupcias entre mayores. Sánchez y Bote (2007: 37) apelan a considerar al noviazgo, la cohabitación y el matrimonio de las parejas de mayores como una forma de prolongar la vida autónoma y de proporcionar apoyo mutuo, independencia y felicidad, lo que prolonga la calidad de vida en la vejez y rompe con los estereotipos relacionados con ella.

En México, no es común que después de la viudez las personas vuelvan a contraer nupcias, en especial las mujeres. Sin embargo, aunque este tema no se ha explorado en nuestro país, los estudios de casos aquí presentados arrojan algunas evidencias muy interesantes al respecto. Don Luis menciona que ante la muerte de su esposa se sintió sumamente solo y sufrió por ello:

*“Por esta razón busqué otra señora y ahora vivo con ella; también porque mis hijas no me cuidaban, ya tienen sus esposos e hijos, y de qué sirve que tengo a mi madre y hermanos si ya están viejitos. Me quedé solo”.*

Esta declaración permite observar en qué forma la compañía de la pareja arroja componentes que no son equiparables al cariño y afecto que dan los hijos, padres, amigos y hermanos. Las nuevas nupcias incorporan nuevos arreglos familiares en las que a veces intervienen los hijos, sobre todo en el tema de la herencia. El mismo don Luis comenta:

*“Le digo a la señora: Vamos a casarnos para que tengas derecho a lo que yo tengo. Tal vez de mi casa no tengas derecho... La gente dice: A tu casa no debes meter a otra mujer porque los derechos son de tus hijas.”* (Don Luis, 73 años y 25 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Doña María nos comenta que, a raíz de su viudez, buscó compañía y contraer matrimonio nuevamente:

*“Sí fuimos novios: venía a esta casa, pensábamos casarnos, hacer una fiesta chiquita, eso ya no importaba. Mis hijos no me decían nada, me dijeron: es muy tu vida y haz lo que quieras”.*

Como se puede apreciar, una parte documentada en las narrativas de los casos estudiados es la injerencia de la descendencia en las nuevas nupcias de las personas adultas mayores, sean hombres y mujeres. Al parecer, cuando se es joven son los padres quienes orientan las actuaciones de los hijos en materia de noviazgo y sexualidad; sin embargo, cuando se llega a la vejez, los hijos toman un papel de autoridad y consejo en estas experiencias de los padres y madres ancianos. También a doña María, la asistencia a grupos de apoyo en la vejez le permitió volver a tener una relación amorosa:

*“Después de que se murió mi esposo pasaron 2 ó 3 años y encontré al segundo, ya lo conocía desde hace años, porque yo vendía en las albercas y me echó el ojo, pero todavía vivía mi esposo. Yo sí busque otro hombre, ahora ya de viuda me iba a casar, pero se murió, no aguantó. Lo conocí en los bailes del grupo. Falleció mi esposo y nos hicimos amigos, después fuimos novios, estuvimos saliendo juntos, me invitaba a tomar una cerveza, íbamos a bailar, a pasear, salíamos juntos”.* (Doña María, 72 años y 43 de matrimonio. Originaria de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Don José, por su parte, intentó en varias ocasiones relacionarse seriamente con mujeres, pero no tuvo suerte. Sin embargo, es capaz de expresar las necesidades afectivas en la vejez, las cuales muchas veces se trata de encubrir socialmente, a pesar de que tienen una fuerza relevante en la calidad de vida. En los relatos de don José se evidencia que pudo ser engañado por la descendencia de sus futuras compañeras afectivas, posiblemente a causa de sus bienes acumulados. En la literatura sobre malos tratos existe una investigación que apunta justamente sobre el abuso económico en la vejez y sobre su incidencia por

género y edad (Giraldo, 2006). Don José fue víctima de malos tratos por parte de los hijos de sus posibles parejas y la experiencia lo orilló a no buscar a nadie más y vivir una vejez lejos de los riesgos de tratar de compaginar distintas dinámicas e intereses familiares.

*“Uno de grande se tiene que cuidar, si no se cuida uno se va más pronto para el panteón, el sexo acaba, dicen los doctores todo es bueno pero con medida, una copa con medida, cualquier cosa con medida, si uno se va de frente se acaba más pronto. Se van acabando las ganas de estar con las mujeres. Las mujeres que he tenido después de mi esposa me han dejado malas experiencias, me hicieron cosas malas y me quitaron mi dinero, no tenían un cariño y amor por mí. Mejor solito, así estoy bien, es mejor así, que mal acompañado. Con lo que di de joven con eso es suficiente”. (Don José, 75 años y 46 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).*

La necesidad de afecto llega sin lugar a dudas con la viudez; por eso en la vejez se hacen intentos por volver a vivir en compañía. Sin embargo, las experiencias no son siempre exitosas; los varones en la vejez llegan a sufrir de malos tratos financieros por parte tanto de sus familiares como de las personas escogidas. Tal fue la situación de don José, quien no tuvo suerte cuando intentó volverse a enamorar y, recuerde el lector, también recibió malos tratos por parte de sus hijas. Los estudios han mostrado que gran parte de los responsables de malos tratos son los mismos familiares o personas con cierta cercanía.



*Pareja de adultos mayores bailando en una fiesta en Toluca, estado de México. Autor: Proa*

En el estudio de Giraldo (2006) en el Distrito Federal los diferentes tipos maltratos no muestran diferencias por nivel educativo, pero sí por sexo. Los varones padecen, en mayor medida, maltrato físico y económico, mientras que las mujeres, físico y psicológico. Cualquier clase de malos tratos aumenta con la edad y con el deterioro de la salud (Giraldo, 2006).

### ***El cuerpo lo pide: la sexualidad y el envejecimiento***

Si bien las nuevas nupcias en la vejez son un tema marginado en los estudios sociológicos y antropológicos, peor lugar ocupan la sexualidad y el placer en la tercera edad. Sin lugar a dudas, las declaraciones de doña María superan las más tradicionales y ortodoxas visiones sobre la mujer y la sexualidad en edad avanzada. Este caso muestra como los sujetos pueden construir su propio discurso, lejos del discurso esperado por la sociedad. Una mujer de escasos recursos económicos y educativos pero con una sabiduría que es realzada por sus propias palabras. Ella menciona la importancia del ejercicio de la sexualidad en la vejez y apunta que, aunque muchas veces las necesidades emocionales y del cuerpo no se manifiestan, ella no se quedó sin intentarlo:

*“El amor es sólo una vez, no a cada rato; como dice la canción, se ama sólo una vez. Por el segundo sí sentí su amor y su muerte, pero no como*



*el primero, que fue el papá de mis hijos; a él sí lo quise mucho y sentí mucho su muerte. El segundo hombre ya no se quiere tanto, si se llega a enamorar, no con mucho amor como el primero, es diferente. Mientras Dios me dé licencia de seguir viviendo a mí no me pasa nada estando sola”.*

*“Hay muchas personas que hablan de las viudas: Ay, viejas cochinas, si ya tuvieron su señor y sus hijos, y todavía andan de coquetas, buscando otro hombre, es una cochinada. Aunque estemos solas siempre existe la habladuría de la gente”.*

En estas primeras narrativas doña María muestra conciencia del discurso social esperado, y muestra las acciones de coacción del entorno social, a través de lo que denomina las “habladurías de la gente”. Ella es consciente de esos mecanismos sociales y de cómo en la sociedad se espera se comporten las viudas. Pero ella sabe que en ese discurso social no hay cabida para la satisfacción personal y el desenvolvimiento de otros afectos. Ella continúa explicando a la entrevistadora:

*“Voy a hablar de mujer a mujer, si uno anda buscando la compañía de los hombres, en las fiestas o en la calle, es porque uno anda buscando un hombre, todavía tenemos esa necesidad de estar con un hombre, es la naturaleza de las mujeres, a eso venimos al mundo. Claro que hay personas que son frías, ya ni modo, hasta allí llegan”.*

*“Las mujeres necesitan de los hombres, es parte de la naturaleza de las mujeres; aunque esté vieja todavía lo siente y lo puede hacer; es más difícil, ya no es lo mismo”.*

*“Es según como uno se siente de energía, hay mujeres que todavía andan buscando marido, el cuerpo lo pide, lo llama, todavía se siente con energías para tener el sexo, se siente como cuando uno era joven, pero ya no es lo mismo. Uno siente las ganas, el deseo de un abrazo, de un beso, de que le digan palabras bonitas: Vente, mi corazoncito. Es normal, es parte de las mujeres, y como mujer se siente ese deseo”.*

*“Aunque las mujeres lo nieguen, aunque digan que no, sí lo necesitan, es mentira que no sientan, sí sienten el deseo”. (Doña*

María, 72 años y 43 de matrimonio. Originaria de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

El relato anterior muestra con mucha contundencia un discurso hedonista y trascendente en cuanto a la sexualidad, el gozo y el placer en la vejez. Sin duda es un contradiscurso frente al imaginario colectivo sobre la vejez femenina. Hay una doxa muy elaborada y una praxis sostenida en su relato que muestra la relación afectiva y las necesidades corporales. El desempeño del deseo y su reconocimiento son aspectos trascendentes en esta etapa de la vida que en ocasiones son difíciles de explorar en primera persona, exponerlo a terceros y muchos menos vivirlo ante el cuestionamiento social y familiar.

El caso de don Luis no parece muy diferente; sin embargo, hay una necesidad por satisfacer las funciones cotidianas más precisas. Mientras que doña María parece muy independiente y autosuficiente, las narrativas de los varones muestran qué hay más allá de una necesidad emocional. Si lo vemos desde una perspectiva de género, tenemos que los varones fueron educados para ser atendidos y, por esta razón, cuando enviudan se sienten inválidos para vivir la cotidianidad. En el caso de las mujeres, la búsqueda de compañía pudiese parecer más hedonista, una búsqueda del placer perdido con los años<sup>7</sup>. Por el otro lado, don Luis, frente a la ausencia del apoyo de sus cinco hijas, manifiesta lo siguiente:

*“El hombre siempre debe buscar una pareja. Mucha gente me ha dicho: Si hubieras tenido un hijo hombre, él si te hubiera visto... ¿Quién sabe? Mis hijas tienen celos, envidia y egoísmo. Ellas me deberían de atender, cuidar, darme cariño o lo que sea, pero no me dan nada; al contrario, quieren que yo les dé. La señora también esta sola y necesita de alguien que la ayude o la acompañe. Los hombres sí tenemos la necesidad de*

---

<sup>7</sup> El placer en la vejez es un tema que, aunque ha llamado poco la atención de las ciencias sociales, desde la psicología de la vejez se menciona que la satisfacción y el placer son indispensables para la salud física y psíquica del individuo. Capodieci (1998: 243) señala que si la vida consistiera sólo en sacrificio y consecución de objetivos difíciles, antes o después se volvería insoportable. El placer, en cambio, siendo el condimento de la vida, puede hacerla grata y ayudarnos a entender que lo más importante no es sólo la duración de la existencia, sino también su calidad y la manera de vivirla. Agrega el mismo autor que “la capacidad de experimentar placer no depende de la voluntad o de una elección, sino que es algo íntimamente vinculado a nuestra verdadera esencia; parece una paradoja, pero mientras no es posible ocasionarnos dolor, no nos es posible hacer lo mismo con el placer” (Capodieci, 1998: 242).

*estar con otra mujer... El deseo de tener relaciones íntimas con una mujer no se acaba, si uno llega a 100 años no se acaba, lo digo en serio. No es sólo cuando uno está joven, también se siente de viejo, pero ya no es lo mismo, no tenemos las mismas energías. Yo tengo 73 años, y me siento como una persona de 50, 55, 60 años, me siento de esa edad, no me siento acabado. Esa mujer me gusta, voy a vivir y tener una relación con ella, por qué no, sí es una necesidad, si se siente, esa es la verdad”.*

(Don Luis, 73 años y 25 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Don Luis muestra también sus argumentos ante la necesidad física del placer y la necesidad de compañía para solucionar aspectos de la vida diaria. Tiene semejanzas con respecto a doña María, pero hay una clara inclinación hacia la recuperación del placer y gozo de la sexualidad en ella posiblemente como respuesta a la crianza de hijos, embarazos, cuidado de la familia, lo que muchas veces sacrifica el placer femenino. Mientras en don Luis existe una necesidad sexual y de afecto, pero también de apoyo en la cotidianidad.

Don José nos señala que las necesidades sexuales en la vejez no terminan, pero que existen limitaciones físicas que avanzan con la edad:

*“Eso no se olvida, pero ya no se puede, tengo 75 años. Dicen sus sobrinas: ‘Tío José, por allá hay muchas mujeres’, pero ya no se puede, el cuerpo ya no aguanta. Claro que sí tenemos la necesidad, no solamente cuando estamos jóvenes, ahora de grande también se siente, eso no se acaba, sí se siente, ya no es lo mismo cuando uno está joven. Se necesita una mujer para tener una compañía, platicar con ella, contarle y tomar decisiones juntos, decirle: Mira esto, ¿qué hacemos?, ¿qué opinas?”* (Don José, 75 años, 46 años casado, nació en San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Don Luis y don José muestran un discurso tradicional de la sexualidad, más relacionado con la genitalidad, sin embargo esa concepción se amplía a aspectos más extensivos sobre la sexualidad tal y como lo señala López (2007).

En el caso de doña María, claramente con la edad se pierde la capacidad de reproducción y tal vez esa realidad biológica es la que permite superar la noción tradicional de sexualidad para ir hacia la concepción más placentera de la misma.

Por otra parte, lamentablemente, la población femenina o masculina de edad avanzada no está exenta de abusos: su vulnerabilidad la hace víctima de malos tratos, muchas veces con alevosía.

Si bien las familias de las personas mayores y las instituciones gubernamentales deben propiciar un mayor encuentro entre las generaciones de mayores que sea saludable afectivamente, también deben vigilar que estas relaciones se den en un marco de respeto a los derechos, donde sean penados el abuso y los malos tratos.



*Pareja de adultos mayores en los Portales de Toluca*  
Autor: Sandra Mata Domínguez

### ***Percepción de la vejez***

La viudez es un evento en el curso de vida que se asocia cada vez más a la vejez y por tanto tiene implicaciones importantes en la percepción que las personas adultas mayores reconstruyen sobre esta etapa de la vida. Se ha comentado que la viudez genera una reconstrucción de la identidad porque se experimenta una especie de despersonalización; es cierto también que la visión que reflejan las personas mayores nos permite entender la vejez desde la percepción de las mismas. Por ejemplo, don Luis nos muestra cómo observa su situación con respecto a la de otras personas de su edad: él se percibe afortunado y asume que la familia es una pieza clave en el bienestar de la vejez actualmente; sin embargo, parte de esta percepción también se debe a la mala relación que guarda con sus hijas. Su opinión, aunque es parcialmente cierta, también delata que don Luis no cuenta con un pleno conocimiento sobre los derechos ciudadanos que deben gozar las personas en edad avanzada. En la narrativa también se puede apreciar una conciencia generacional sobre la situación de las personas mayores como él. Al respecto menciona:

*“Yo labré lo mío; tengo una pensión y seguro de donde sobrevivir. Aquí enfrente hay un señor de mi edad y todavía tiene que trabajar; es maestro albañil, a su edad tiene que trabajar a veces todo el día. No es como yo, que voy a cobrar y cuando llego me duermo. Tengo donde vivir, quien me dé de comer, tengo dinero para pasearnos, no me aprieto el cinturón, no digo: ¿Qué voy hacer?, no tengo dinero para comer. Gracias a Dios tengo de donde vivir”.*

*“Hay mucha gente que no está protegida, la mayoría son viejitos, quién sabe qué pasará con ellos el día de mañana. A veces el gobierno no tiene la culpa; la familia tiene la culpa, en esta época los hijos se casan y tienen sus hijos. A los viejitos no los ayudan, no los ven, no los valoran, se olvidan de ellos”.* (Don Luis, 73 años y 25 de matrimonio. Originario de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

Doña María no es tan optimista sobre su propia vejez y vincula su estado actual al deterioro funcional que está experimentando. Esta percepción de la vejez se ha encontrado en otros trabajos, confirmando su estrecha relación con el estado de salud físico y mental,

así como con su capacidad de desarrollar actividades básicas e instrumentales de la vida diaria (Robles *et al.*, 2005). No obstante, doña María alude a algunas estrategias para mantenerse alegre y de buen ánimo; una que resulta fundamental consiste en mantenerse vinculada a grupos de su edad y realizar actividades lúdicas:

*“La verdad, voy sufriendo, sintiendo más cansancio, qué será de mí en dos o tres años; si Dios me da licencia serán más años encima de mí. Voy a sentir más cansancio, estaré vencida, sentada, ya no podré moverme. Es triste o alegre, según como usted la tome, sólo Dios sabe cuánto tiempo más me dará licencia de vivir, lo voy a tomar como Dios lo mande. Debemos de estar conscientes de esta edad, darnos valor, ánimos, siempre y cuando podamos valernos por sí mismos. Si vamos a empezar a tristear, ya la jodimos. Sí me doy ánimos, me arreglo, bailo en el grupo de la tercera edad; ayer bailamos en la iglesia después del rosario de la fiesta de San Antonio”.* (Doña María, 72 años y 43 años de matrimonio. Originaria de San Nicolás Tlaminca, Texcoco, Estado de México).

La relación que guarda doña María con otros integrantes de su generación aparece como una estrategia que la ayuda a conservar el buen ánimo, a pesar de sentirse mal en ocasiones. También se observa una conciencia del tiempo que se vive y se espera vivir, esta conciencia de los cambios de su cuerpo y del agotamiento probable de la energía, pero busca afrontar el paso de los años y tiene estrategias para adaptarse positivamente. La experiencia de estos estudios de caso nos permite hablar de una actitud que se espera debe tener frente al envejecimiento y el cambio en las condiciones de salud con la vejez. Sin lugar a dudas, la salud mental, a través del buen ánimo y la fuerza para seguir realizando actividades lúdicas, muestra una resiliencia ante los cambios en la vejez.

## Reflexiones finales

La viudez ha sido poco estudiada como un evento significativo en la vida de las personas que cambia sustancialmente el curso de vida. Con el aumento de la esperanza de vida, la viudez se ha postergado y ahora se asocia más con la vejez. Estadísticamente la condición de viudez se vive con mayor fuerza entre la población con 60 años y más, pero se desconoce cómo se experimenta, percibe y significa este evento en la vida de las personas mayores. Este artículo se propuso como objetivo conocer las percepciones y significados asociados a la experiencia de enviudar, por lo que se planteó un estudio cualitativo en un municipio del Estado de México, la entidad más poblada por personas adultas mayores en todo el país. El estudio es de naturaleza exploratoria, analítica y cualitativa que se sostiene a través de tres estudios de casos, los cuales no pretenden extrapolar el análisis a las personas mayores que viven la condición de viudez en la entidad y mucho menos en el país, pero se consideraron pertinentes teóricamente porque muestran diferentes factores asociados al evento mismo, lo que impacta sin lugar a dudas la calidad de vida en la vejez.

Algunos factores mencionados en la literatura son: la vulnerabilidad económica derivada de la viudez, pérdida de identidad, experiencia de duelo, los sentimientos de soledad, la consideración del suicidio, la necesidad de compañía y las nuevas nupcias. La conciencia de la necesidad de afecto y compañía abre la reflexión sobre la sexualidad y el placer, pero ante esta situación la descendencia no siempre es el mejor apoyo. Estos casos, a través de sus narrativas muestran mecanismos de afrontamiento posteriores a la viudez.

Se muestra que puede llevar años superar la tristeza y encontrar las estrategias para salir adelante, pero a través de las voces de doña María, don Luis y don José fue posible hallar estas situaciones hechas realidad, con sentimientos, experiencias vividas y narrativas críticas del discurso tradicional sobre la vejez, la viudez y la sexualidad. Sin desearlo, un evento relacionado con la mortalidad de la pareja nos llevó a otros efectos no vislumbrados con anterioridad en la literatura.

Las narrativas nos presentan la fuerza de estas vivencias y cómo pudieron ser resueltas o cómo se intentó solucionarlas, para poder continuar con la vida en la vejez. Las ideas expuestas sugieren reacomodos económicos, experiencia de abuso, ideas suicidas, pérdida de identidad como parte del proceso de duelo y cambios en la cotidianidad como

efectos a partir de la viudez. Un aspecto interesante que resalta en las entrevistas de estos tres casos son las necesidades afectivas posteriores a la viudez, mientras la literatura abunda sobre los procesos de pérdida, poco se explora sobre las estrategias de los mayores para satisfacer sus necesidades de compañía, sexualidad y ejercicio del goce. Para doña María y don Luis representa una parte fundamental en la calidad de vida en su vejez. Si bien los dos tienen ahora poco más de setenta años, al momento de enviudar, hace 10 años, todavía tenían la iniciativa para buscar un afecto más allá del que la propia familia podía darles. Los discursos mostraron que la familia y los hijos son importantes pero no pueden sustituir la presencia de una pareja con quien vivir la sexualidad plenamente.

El sentido que le dan las personas mayores a la viudez depende del momento en que lo experimentan en su curso de vida, así como de las circunstancias en que viven. Los tres casos enfrentaron la enfermedad del cónyuge, procesos de incertidumbre frente al deterioro de la salud y pobreza en el curso de vida. Pero irremediamente, la viudez en la vejez es un evento que se vinculó con la aparición de sentimientos de soledad que pueden incluso propiciar la enfermedad o la muerte de quien los experimenta. Sin embargo, la ausencia de una pareja pone en evidencia la importancia de su compañía en la vejez, la viudez representa ausencia de amor, sexualidad y placer que los otros familiares no pueden compensar. A pesar de que para la cultura mexicana y su sistema de valores no son permisibles las nuevas nupcias después de la viudez o el divorcio, éstas son un evento que, como dicen Sánchez y Bote (2007), es necesario y deseable para mantener la calidad de vida psíquica y física de las mujeres y hombres que llegan a la vejez. La evidencia muestra que la viudez oscila entre dos paradigmas el de la soledad y pérdida pero también el de una vez vivenciado el duelo, se abre una oportunidad para el amor y la sexualidad en la vejez.

Sirva este artículo para motivar más investigaciones académicas sobre la condición de viudez masculina y femenina, desde el enfoque de la salud pública, la sociología y antropología, con nuevos elementos relacionados que superen la perspectiva deficitaria de la viudez y muestren mecanismos y estrategias de resiliencia para disfrutar la vida solos o en pareja, aspectos que en la vejez son centrales para mantener la calidad de vida. Por otra parte, es necesario integrar la temática de la sexualidad, desde una perspectiva crítica, en los estudios sobre calidad de vida y envejecimiento saludable. Este aspecto resulta



indispensable para colmar de humanidad los enfoques en las ciencias del envejecimiento, de lo contrario estaremos condenados a analizar una existencia carente de pasión y placer.

## Referencias

Bermejo Higuera, J.C. (2002). La soledad de los mayores. *Ars Médica. Revista de Estudios Médico-Humanísticos*. Pontificia Universidad Católica de Chile. Recuperado el marzo 2012, de:

<http://escuela.med.puc.cl/publ/arsmedica/arsmedica8/Art10.html>.

Capodieci, S. (1998). *La edad de los sentimientos. Amor y sexualidad después de los sesenta años*. Barcelona: Arbor.

Carevic Jonson, M. (2003). *El proceso de duelo en el anciano*. Santiago de Chile: Universidad de los Andes. Formato electrónico. Recuperado el julio de 2008, de: [http://www.psicocentro.com/cgi-bin/articulo\\_s.asp?texto=art36002](http://www.psicocentro.com/cgi-bin/articulo_s.asp?texto=art36002)

Echarri Cánovas, C.J. (2009). Estructura y composición de los hogares en la Endifam. En: Rabell, C. (Coord.). (2009). *Tramas Familiares en el México contemporáneo. Una perspectiva sociodemográfica*: 143-75. UNAM y El Colegio de México.

Fouilloux Morales, C. (2007). Sexualidad: Aspectos generales, homosexualidad y disfunciones. En: Trujillo, Z., Becerra, M. y Rivas, M.S. (2007). *Latinoamérica Envejece. Visión gerontológica/geriátrica*: 343-48. México: McGrawHill.

Garay, S. (2009). Perdidos ou esquecidos: a experiênciã das pessoas idosas nos asilos. En: *Ame Suas Rugas: Valorize Todas As Idades: XXX*. Brasil.

Giménez, G. (2012). La cientificidad de los estudios de caso en cuestión: el problema de la generalización en antropología. *Coloquio Internacional. Reflexiones sobre el Trabajo de Campo y l Etnografía, ayer y hoy*. Instituto de Investigaciones Antropológicas. UNAM. México: Ciudad Universitaria, D.F. del 14 al 16 de marzo de 2012.

Giraldo, L. (2006). *Malos tratos hacia las personas adultas mayores: una caracterización sociodemográfica en la ciudad de México*. Tesis de Maestría en Demografía. Centro de Estudios Demográficos, Urbanos y Ambientales. México: El Colegio de México.

INEGI, 2010. (2010). *Censo General de Población y Vivienda*. Base de datos. México: Aguascalientes.

Jiménez, R. (1988). Comportamiento de la mortalidad hasta 1987. *DemoS. Carta demográfica sobre México 1988-1995*: 5-6. UNAM.

López, F. (2007). Sexualidad y afectividad. En: Triadó, C. y Villar, F. (Coords.). (2007). *Psicología de la Vejez*: 231-51. Madrid: Alianza Editorial.

López, J., Cervantes, E., Obregón, N. y Villalón S. (2009). Adaptación familiar frente la viudez". *Revista UARICHA*, 13: 93-106. México. Recuperado el 13 de enero, 2012, de: [http://www.revistauaricha.org/Articulos/Uaricha\\_13\\_093-106.pdf](http://www.revistauaricha.org/Articulos/Uaricha_13_093-106.pdf)

- Luoma, J.B. y Pearson, J.L. (2002, septiembre). Suicide and marital status in the United States, 1991-1996: is widowhood a risk factor? *En: American Journal of Public Health*, 92(9): 1518-22. Estados Unidos.
- Mier y Terán, M. (2009). El proceso de formación de las parejas en México. *En: Rabell, Cecilia. (Coord.). (2009). Tramas Familiares en el México contemporáneo. Una perspectiva sociodemográfica: 199-253.* UNAM y El Colegio de México.
- Montes de Oca, V. (2001). *Apoyos sociales, situación residencial y vulnerabilidad de la población con 60 años y más.* México: Tesis para optar por el grado de doctor en Ciencias Sociales por El Colegio de México.
- Montes de Oca, V. y Hebrero M., M. (2006). Eventos cruciales en ciclos familiares avanzados: el efecto del envejecimiento en los hogares en México. *Papeles de Población*, 50: 97-116. Centro de Investigación y Estudios Avanzados en Población/UAEM.
- Ojeda, N. y González Fagoaga, E. (2008, enero-marzo). Divorcio y separación en México en los albores del siglo XXI. *Revista Mexicana de Sociología*, 70(1): 111-45.
- Pérez Cárdenas, C. y Infante R., N. (2005, mayo-agosto). La viudez: algunas vivencias en la etapa de isolución familiar. *En: Revista cubana de medicina integral*, 21(3-4). La Habana. Recuperado en julio de 2008, de:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252005000300011&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252005000300011&lng=es&nrm=iso)
- Quadagno, H.S. (2007). *Aging and the life course: an introduction of social gerontology.* MacGraw-Hill.
- Ramírez García, T. (2009). Envejeciendo en reclusión: un estudio de caso de los adultos mayores mexiquenses en situación de cárcel. *Revista Kairós Gerontologia*, 12(1): 149-80. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG.
- Robles, L., Reyes, L., Vázquez, F. y Orozco I. (2005). *Miradas sobre la vejez. Un enfoque antropológico.* México: Plaza y Valdés.
- Sánchez Vera, P. y Bote Díaz, A. (2007). *Los mayores y el amor. Una perspectiva sociológica.* Madrid: Nau Llibres.
- Sánchez Vera, P., Algado, M.T., Centelles, F., López, J. y Jiménez B. (2009). *Viudedad y vejez. Estrategias de adaptación a la viudedad de las personas mayores en España.* Madrid: Nau Llibres.
- Solís, P. y Puga, I. (2009). Los nuevos senderos de la nupcialidad: cambios en los patrones de formación y disolución de las primeras uniones en México. *En: Rabell, C. (Coord.). (2009). Tramas Familiares en el México contemporáneo. Una perspectiva sociodemográfica: 179-98.* UNAM y El Colegio de México.
- Tovar, P. (1999, oct.). Más allá del matrimonio. Un territorio llamado viudez. *Nómadas*, 11: 178-84. Colombia: Universidad Central.
- Tuirán, R. (1996). Las trayectorias de vida familiar en México: una perspectiva histórica. *Hogares, familias: desigualdad, conflicto, redes solidarias y parentales: 7-14.* México: SOMED.

Yin, R.K. (2003). Case Study Research. Design and Methods. Third edition. *Applied Social research Methods*. USA: Sage Publications.

**Páginas consultadas:**

Coespo, 2006, Adultos mayores. Mortalidad y morbilidad en el Valle de Toluca, 1980-2030. Recuperado el diciembre 2012, de:

[http://qacontent.edomex.gob.mx/idc/groups/public/documents/edomex\\_archivo/coespo\\_pdf\\_am8030.pdf](http://qacontent.edomex.gob.mx/idc/groups/public/documents/edomex_archivo/coespo_pdf_am8030.pdf)

Coespo, 2011. Adultos mayores. Estado de México. Recuperado el diciembre 2012, de:

[http://qacontent.edomex.gob.mx/idc/groups/public/documents/edomex\\_archivo/coespo\\_pdfm09.pdf](http://qacontent.edomex.gob.mx/idc/groups/public/documents/edomex_archivo/coespo_pdfm09.pdf)

CONAPO, 2012. *Indicadores demográficos básicos 1990-2030*. Recuperado el diciembre 2012, de: [www.conapo.gob.mx](http://www.conapo.gob.mx).

Index Mundi 2011. Recuperado el diciembre 2012, de:

[http://www.indexmundi.com/es/mexico/tasa\\_de\\_mortalidad\\_infantil.html](http://www.indexmundi.com/es/mexico/tasa_de_mortalidad_infantil.html)

INEGI, 2010. Estadísticas de Mortalidad ¿de que mueren los mexicanos? Recuperado el diciembre 2012, de: <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/defunciones.aspx?tema=P>

Recebido em 08/10/2011

Aceito em 29/11/2011

---

**Verónica Montes de Oca Zavala** – Socióloga y demógrafa, Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Doctora en Ciencias Sociales con especialidad en Población por El Colegio de México. Investigadora Titular del Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel II. Sus áreas de estudio son: Envejecimiento, Género, Redes sociales, Dinámica familiar y Sistemas de protección social.

E-mail: [steciis@servidor.unam.mx](mailto:steciis@servidor.unam.mx); [steciisvinoiia@gmail.com](mailto:steciisvinoiia@gmail.com); [vmoiiis@gmail.com](mailto:vmoiiis@gmail.com)