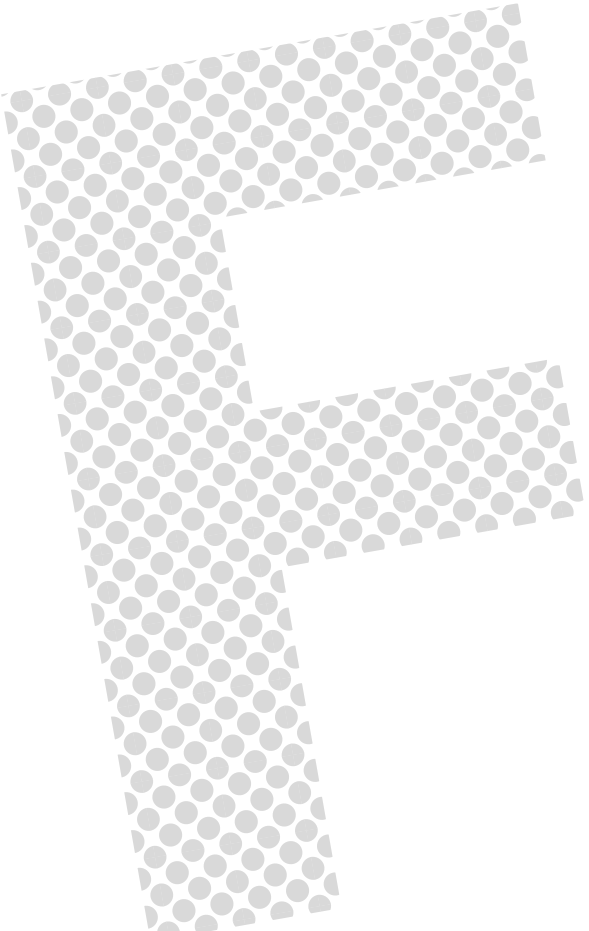


Familias y adultos mayores en Cuba

Patricia Arés Muzio

Profesora. Facultad de Psicología,
Universidad de La Habana.



El aumento de la esperanza de vida en nuestro país y el notable incremento de la capacidad de supervivencia de la población constituyen logros del proceso social cubano, pero a su vez, un importante desafío del presente y del futuro inmediato. Este trabajo pretende analizar las diferentes dinámicas sociopsicológicas de los procesos de envejecer en familias y sus transiciones vitales, los múltiples desafíos que enfrentan las relaciones de cuidado en la Cuba de hoy, así como los retos para el resguardo de los derechos de las personas de la tercera edad.

La triangulación y confrontación de informaciones, a partir de la revisión documental, el uso de la información censal, los datos provenientes de investigaciones, así como evidencias clínicas de casos atendidos por la autora en la consulta de asistencia psicológica constituyen herramientas fundamentales de análisis para lo que se expondrá en lo adelante.

Los adultos mayores en Cuba y el proceso de envejecimiento

Cuándo se considera hoy que alguien es viejo es una pregunta no siempre fácil de responder. Más de 87% de las cubanas y los cubanos sobrevive a los sesenta años; la esperanza de vida para los hombres es de 76,5, mientras que para las mujeres es de 80,6 (ONEI, 2018). La vejez se ha transformado en la etapa más larga del ciclo vital; solo en el corto período de un siglo se han agregado treinta años al promedio de las expectativas de vida. El final de la vida se aleja cada vez

más, por lo que la vejez no representa solo un período de decadencia y pérdidas, sino también una etapa de consolidación, de continuidad de proyectos, nuevos desafíos y sueños de cara al futuro.

El debate sobre a qué edad se entra en la vejez está adquiriendo protagonismo en muchos países, sobre todo en aquellos que asisten a un acelerado envejecimiento de su población, como es el caso de Cuba. No es una polémica simple, porque afecta directamente al diseño de políticas públicas, a los costes sanitarios, a las previsiones poblacionales, al cuidado familiar y a la propia percepción social de las personas mayores. Por ejemplo, en 2008, en el país se modificó la Ley 105 de Seguridad Social y se aprobó el aumento gradual de la edad de jubilación (sesenta años para las mujeres y sesenta y cinco para los hombres) en un lapso de siete años. Ello ha significado extender la vida laboral del trabajador en cinco años, tomando en consideración estas nuevas realidades (García, 2019).

El proceso de envejecer abarca etapas muy diferentes. Las divisiones por grupos etarios no dan cuenta de su complejidad y variabilidad, pues la edad no es el único factor que habría que tener en cuenta a la hora de conceptualizar el término vejez, también inciden la apariencia física, el estado psicológico y social, entre otros muchos factores. No obstante, las clasificaciones siguen siendo útiles a los fines de ofrecer un mejor manejo en la aplicación de diagnósticos, tratamientos y programas de desarrollo.

El último consenso de la Asociación Internacional de Psicogeriatría (IPA) realizó la siguiente clasificación: la prevejez o adulto mayor joven: 55-64 años; la vejez o adulto mayor maduro (65-74 años); adulto mayor (75-84 años); y la ancianidad, mayores de 85 años, nonagenarios y centenarios. El uso del término «viejo» para denominar a una persona de la tercera edad, no es muy bien aceptado actualmente, por lo que se prefiere hablar de «personas mayores», pero esta nominación no está exenta de problemas, ya que nos podríamos preguntar: ¿mayores que quién? La aparición, como dato sociológico de diferentes denominaciones que actualmente se usan como «senectud», «ancianidad», «segunda juventud», «viejo-joven», «envejecente», «viejitud», «adulterecencia», «exalecencia», en realidad tienen el propósito de esquivar los prejuicios y la discriminación, pero también pueden enmascarar resistencias sociales en la real aceptación de esta etapa de la vida.

En Cuba, los adultos mayores, jóvenes y maduros, manifiestan una manera de vivir activa, suelen sentirse útiles, mantienen un protagonismo social, disfrutan de la abuelidad (función familiar que en Cuba es muy importante, ya que muchos de ellos conviven con sus nietos y nietas), gozan de servicios de salud y participan de las opciones de superación y desarrollo cultural que

brindan los programas de atención al adulto mayor; un ejemplo fehaciente de ello es la participación en las aulas de la Universidad del Adulto Mayor (Orosa, 2015). En tal sentido, se habla de un envejecimiento «activo», «exitoso» y «productivo» —en contraposición a uno «pasivo», «frágil» o «dependiente»—, según los grados de autonomía, funcionalidad e inserción sociofamiliar que logren alcanzar a lo largo de su ciclo vital. La palabra «activo» alude a la posibilidad de los adultos mayores de participar en instancias sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas a partir de la enorme experiencia que ellos poseen en distintos ámbitos de la vida (OMS, 2015).

No existe una única manera de envejecer; no es un proceso lineal ni necesariamente una ruta de deterioro, declive o decadencia; se desarrolla de forma diferente en cada persona. Hay mayores que mantienen su vigor físico, la alegría de vivir, motivaciones diversas y sus capacidades intelectuales hasta avanzada edad, frente a otros que presentan desmotivación, aislamiento, afecciones severas como la demencia u otras enfermedades. Las diferencias en el proceso de envejecer obedecen a múltiples factores como la genética; factores ambientales como las condiciones de la vivienda, los dispositivos de asistencia, las instalaciones sociales, el transporte, coberturas de servicio, entre otros (Fariñas, 2020); pero, sobre todo, y es lo fundamental, a estilos de vida saludables y una proyección psicológica más positiva y optimista para la vida.

Sabemos que psicológicamente no envejecemos en la misma celeridad de algunos cambios notorios en el cuerpo. La psicología del desarrollo del potencial humano define la vejez más por la actitud que por el número de años que una persona tenga, habla de la importancia de promover actitudes que favorezcan el bienestar como el optimismo, el sentido del humor y la capacidad de resiliencia, lo cual hace que las personas se sientan por más tiempo con ímpetu y vitalidad a pesar de las posibles dolencias físicas. (Aspinwall y Staudinger, 2007). Envejecer es un proceso de continuidades y rupturas, permanencias y cambios, desprendimientos y adquisiciones; y justo en el balance positivo de estas ganancias y pérdidas, en el juego de la valoración del pasado, del presente y del futuro, está la clave del bienestar subjetivo de esta etapa.

Aunque los cubanos y las cubanas tenemos una «supraidentidad» que nos define por ser parte de una nación que promueve la dignidad como valor primordial, no es posible hablar de las «personas mayores» en Cuba de manera global, sin tomar en consideración las múltiples identidades sociales y subjetividades que el concepto abarca, en las que confluyen y se sintetizan categorías como el género, el color de la piel, el nivel educacional, el estatus social, el

territorio donde se habita, la orientación sexual. Todo ello conduce a lugares, papeles y funciones diversos dentro de la familia y la sociedad, así como una mayor o menor vulnerabilidad o ventaja social. Uno solo de estos ejes transversales, como por ejemplo el género, definiría muchas diferencias en el proceso de envejecer. La jubilación, las tareas de cuidado, la ocupación de responsabilidades políticas y sociales, y los estilos de vida, son eventos, prácticas y procesos transicionales que se viven de manera diferente en dependencia de si se es mujer, hombre, de zona rural o urbana, profesional u obrero, por solo mencionar algunas diferencias.

Al mismo tiempo, es importante destacar que se envejece en un contexto histórico determinado, por lo que las diferentes formas de subjetivar las experiencias de vida dependerán de las realidades culturales e históricas en que las personas se han desarrollado. Nuestros adultos mayores protagonizaron la obra de dignificación social del proceso revolucionario cubano, fueron generaciones de convulsos cambios, de múltiples convocatorias de participación social, con un pensamiento de avanzada en relación con la igualdad y la equidad, abanderados de valores como la solidaridad, la dignidad y la justicia. En su adultez media o mayor vivieron el derrumbe del campo socialista, la crisis de los 90 y sus sucesivas reformas, el cruento bloqueo económico, las crisis migratorias. Estas transiciones aceleradas, encontradas y complejas, han tenido diversos impactos positivos y negativos, así como altas demandas de cambios personales, familiares y sociales. La mayoría de las biografías de los adultos mayores en Cuba son historias de participación, protagonismos, logros, medallas y méritos laborales, también de paternidades y sobre todo maternidades sacrificadas en función del desarrollo y bienestar de los hijos. En este contexto vital adquieren sentido la angustia, desazón y resistencia que experimentan en etapas tardías, cuando pierden su autonomía física, psicológica y social, y tienen que adaptarse a vivir limitados y/o incapacitados, o en ausencia de vínculos significativos (vivencias constatadas en consultas psicológicas) y de roles sociales activos. Muchas voces de adultos mayores sienten que la máxima expresión de la vejez es la pérdida de independencia, tanto en términos físicos y mentales como económicos, así como en el no reconocimiento de su historia.

Estas generaciones incorporan de manera tardía las nuevas tecnologías de la información, por lo que son denominados «inmigrantes digitales» en contraste con los «nativos digitales» que son los nacidos con la tecnología. Los primeros se han visto desafiados, no sin costos, a incorporar nuevas habilidades y destrezas imprescindibles para los nuevos tiempos y aprovechar las posibilidades que brinda el escenario digital en la articulación de redes, relaciones sociales y familiares.

La tecnología se ha convertido en muchos casos, en una gran compañera de la vejez y una forma de facilitar y promover el envejecimiento activo; no obstante, esta realidad constituye una nueva brecha de desigualdad, pues no todos tienen acceso a la conectividad ni a las mismas oportunidades (incluso dentro de las familias), en comparación con los nativos digitales, que hacen mayor uso que sus abuelos de las computadoras y los teléfonos celulares disponibles.

Los adultos mayores y las familias en Cuba

La familia constituye la unidad social básica; es considerada la fuente nutricia de amor y protección y el primer contexto de socialización y aprendizaje. Investigaciones realizadas en nuestro país muestran que las familias representan el espacio de mayor bienestar, orgullo y satisfacción para los cubanos y las cubanas, especialmente para las personas de la tercera edad (Arés, 2018: 148).

En la actualidad las familias tienen mayores retos y desafíos, no solo en Cuba, sino también en muchas partes del mundo. Se habla de la mayor sobrevivencia de sus miembros, mayores distancias interurbanas, mayor presencia de los medios tecnológicos, multiplicidad de roles que cumplir y mayores exigencias económicas. Todo ello representa nuevas fuentes de tensión y conflicto intrafamiliar (Murrueta y Osorio, 2009; Arés, 2018). La familia funciona como una caja de resonancia de la sociedad, crece, se constriñe y se transforma como respuesta a factores del contexto social. Todo lo que ocurre en la sociedad impacta en ellas, al mismo tiempo que lo que ocurre en su seno trasciende su marco particular para influir en la sociedad en su conjunto. De ahí que el modo particular de ser anciano en Cuba va a depender del escenario vital que le sirve de marco (Arés, 2018).

Hablar de familia en Cuba desde un punto de vista sociopsicológico trasciende los estrechos marcos del hogar de convivencia. Es cierto que el núcleo doméstico proporciona los principales servicios de apoyo, de cuidado y amparo a todos sus miembros y, de manera particular, a los adultos mayores. Pero existe un sistema de relaciones más amplias al que denominamos «familia de interacción o ampliada», que representa un grupo de referencia y pertenencia mucho mayor, una red de sostén, apoyo material, instrumental y emocional nada desdeñable, en el que se incluyen los hijos adultos no convivientes, padres biológicos no custodios, otros parientes, la familia emigrada e incluso los vecinos y amigos.

En 40% de las familias en Cuba, está presente, al menos, un adulto mayor, y 86% de todos los mayores vive acompañado, datos que evidencian que en el

La jubilación, las tareas de cuidado, la ocupación de responsabilidades políticas y sociales, y los estilos de vida, son eventos, prácticas y procesos transicionales que se viven de manera diferente en dependencia de si se es mujer, hombre, de zona rural o urbana, profesional u obrero, por solo mencionar algunas diferencias.

país se envejece básicamente en familia. Los estudios muestran que los adultos mayores ocupan diferentes roles, papeles y funciones al interior de aquellas, en dependencia del momento vital en que se encuentran. Una alta proporción está formada por jefes de hogar, educadores de los más jóvenes, y abuelas y abuelos presentes y continuadores de costumbres y tradiciones. El lugar de jerarquía, respeto y autoridad atribuido por la familia al adulto mayor se asocia a factores socioculturales y económicos, como el prestigio social alcanzado, el género, el nivel educacional, ser dueño del inmueble, receptor de remesas, tener relaciones afectivas con la descendencia.

Aunque es una realidad compleja y nada idílica, la convivencia intergeneracional favorece estrategias de asistencia mutua, intimidad y cercanía; ofrece una seguridad emocional al anciano de edad avanzada, al mismo tiempo que evita los problemas psicopatológicos de la institucionalización, como puede ser la despersonalización, el abandono, negligencias, medicación exagerada y falta de afecto (Milán, 2011).

La familia cubana ha pasado a ser menos numerosa (2,9 personas por hogar —ONEI, 2018) y es frecuente la convivencia intergeneracional. No siempre se dispone de espacios habitacionales amplios que faciliten una mayor privacidad de los diferentes convivientes, y los estándares de vida son de medio a bajo. Su actual dinamismo exige altas demandas de cuidado, apoyo y asistencia mutua para satisfacer las necesidades de sus miembros de diferentes edades y que puedan cumplir con sus funciones (Arés y Benítez, 2009). Todo ello sobrecarga la vida familiar, lo que genera factores de riesgo para el bienestar de las familias y el anciano, como conflictos, rigidez en la organización doméstica y dificultades en las estrategias de sostenimiento económico. En este escenario pueden surgir tensiones intergeneracionales, en particular sobre las personas mayores, algunas relegadas de sus derechos (García, 2019).

Una suerte de contradicción emerge en el análisis de este elevado grado de coresidencia en nuestro país, ya que por una parte facilita y fortalece los lazos de cooperación y apuntalamiento emocional, al tiempo que afecta sensiblemente la armonía, la cohesión y el bienestar percibido y, en la casi mayoría de los hogares cubanos, provoca una sobrecarga a la mujer de diferentes edades.

La familia en Cuba es una pluralidad de arreglos familiares y formas diversas de convivencia. En sus estructuras prevalecen los adultos mayores por encima de la cantidad de niños, niñas y adolescentes, lo que se pone en evidencia por la simultánea reducción de la proporción de personas menores de quince años y el aumento sostenido del peso relativo de las mayores de sesenta. Los jóvenes aportan el mayor saldo migratorio al país, proceso que influye en la frecuencia de adultos mayores solos, con la pareja o cuidados por hijos o hijas también mayores.

El contexto sociofamiliar y los sistemas de apoyo a estas edades condicionan las formas particulares en que se viven las transiciones vitales de los adultos mayores, dentro de las que podemos mencionar la jubilación o cese de la actividad laboral productiva, la abuelidad, el desprendimiento de los hijos, el declinar de la salud física, la pérdida de relaciones significativas, la viudez.

Desde el punto de vista psicológico, un envejecimiento exitoso exige de las personas mayores la capacidad de aceptar los duelos, de sobrellevar la soledad, de tolerar la dependencia (autonomía acompañada), y evitar victimismos, para dejar crecer a los otros. La depresión o soledad existencial en el adulto mayor puede aparecer si ha habido descuidos importantes en el mantenimiento afectivo de sus vínculos primarios, como la relación con los padres, los amigos y amigas, las relaciones de pareja, el cuidado y protección de los hijos, así como estilos de vida poco saludables, inadecuada alimentación y hábitos tóxicos. Las malas decisiones o erradas prioridades con las que se ha vivido en otros momentos de la vida pueden provocar carencias emocionales irreversibles al llegar a la vejez.

Las encrucijadas con las que tropiezan los procesos de envejecimiento en Cuba responden a causas sociales y culturales de diversa índole como los residuos de la cultura patriarcal, los imaginarios sociales, las migraciones, la realidad económica de las familias. La sociedad cubana constituye un escenario portador de factores protectores del proceso de envejecimiento como la gratuidad de los servicios médicos, la infraestructura comunitaria, los programas de atención al adulto mayor, ofertas de superación educacional y cultural, vida en convivencia, y red amplia de intercambios sociales. Todo ello ofrece un panorama de fortalezas en los modos en que se envejece en Cuba; no obstante, también se dan escenarios de vulnerabilidades sociales

y familiares atravesados por situaciones económicas de limitación de recursos.

En función de la estructura familiar, las condiciones socioeconómicas y las formas de inserción laboral de sus miembros, existen familias en Cuba más necesitadas de asistencia y apoyo, mientras que otras presentan mayores niveles de autonomía y capacidad de autogestión de sus recursos. De ahí lo imperioso de seguir enfatizando en la creación de políticas sociales diferenciadas que protejan a las familias vulnerables.

Tipos de hogares y formas de convivencia de los adultos mayores en Cuba

Las diferentes maneras en que se expresa la relación adulto mayor con sus familiares dan cuenta de las diversas estructuras de su convivencia en Cuba. Cada una presenta retos y desafíos distintos a las familias, la asistencia social y las políticas públicas. Algunos importantes escenarios son:

1) *La convivencia intergeneracional o extendida.*

Diversos factores de índole social, económica y cultural inciden en Cuba respecto a que muchas personas mayores convivan con sus hijos adultos como, por ejemplo, la escasez de viviendas que impide a los adultos jóvenes acceder a un espacio propio; pocos hijos, lo que emocionalmente hace más intensa la dependencia de los padres ancianos a ellos; necesidad de los hijos adultos del apoyo que brindan sus padres como proveedores de espacios habitacionales, cuidadores de los nietos y colaboradores en la carga doméstica. Podemos distinguir algunas estructuras de convivencia intergeneracional:

- *La convivencia intergeneracional con otros adultos de 16 a 59 años, básicamente hijos, hijas y nueras, y con niños de 0 a 15, la mayoría nietos o nietas.* En la etapa vital en que los hijos adultos tienen hijos pequeños, el abuelo o la abuela suele ser un adulto mayor joven que asume diferentes roles familiares y sociales como abuelo-abuelas, proveedor de bienes y servicios, laboralmente activo o jubilado. La configuración de familias intergeneracionales de jefatura femenina constituye una estructura característica de los escenarios de convivencia en Cuba. Este tipo de hogares lo componen la abuela materna, adulta mayor, jefa de hogar, una madre-hija adulta joven, divorciada con solo uno o dos hijos pequeños o adolescentes. Diversos factores influyen en la prevalencia de este tipo de convivencia: los índices de divorcio en nuestro país, el aumento de hogares monoparentales de

jefatura femenina, la mayor esperanza de vida para las mujeres (CEPDE, 2011).

- *Convivencia solo de abuelos-nietos sin padres temporalmente.* La abuelidad tiene un papel protagónico en las familias cubanas. Veinte mil menores en Cuba viven solo con sus abuelos, lo que representa 13% de los niños y adolescentes (Íñiguez, 2017). A partir de las evidencias empíricas de casos vistos en consulta de psicología, las causas son: sus padres están en misión, alguno de los dos o ambos han emigrado; padres divorciados con abandono paterno y madre fuera del país, madre que forma una nueva familia y deja su descendencia al cuidado de los abuelos. A estos se les ha solido denominar «abuelos canguros», y en el caso de las mujeres una terminología sociológica hace referencia al «síndrome de la abuela esclava». En muchas ocasiones, en este tipo de hogar el adolescente comienza a asumir tareas de cuidado ante la pérdida de capacidad funcional de sus abuelos, lo que hace que en algunos casos se produzca una inversión de roles.

Los abuelos no son solo abuelos, son sujetos activos y confinarlos solo al cumplimiento de ese papel es amenazar su desarrollo global. Ellos deben tener el derecho de disfrutar su abuelidad y no convertirse en padres por reemplazo o cuidadores primarios. Los estudios han demostrado que los niños son impactados positivamente por la interacción con sus abuelos y que estos son emocionalmente más sanos debido a estas relaciones, pero los padres no deben delegar su función en ellos, pues ya cumplieron con su tarea de educar a los hijos.

- *La convivencia intergeneracional con ancianos dependientes.* La ancianidad dependiente comienza, por lo general, cuando los hijos ya son también adultos mayores. Esta transición hace más vulnerable a la familia, dado que aumentan las demandas familiares y exige mayores apoyos de la asistencia social. Algunos cuidadores, al ser adultos maduros, están también necesitados de cuidados y reclaman el apoyo de los hijos que, en no pocas ocasiones, dado los saldos migratorios negativos a esas edades, han emigrado a otros países, por lo que aquellos pueden contar con ayudas solo económicas, que no cubren las demandas de apoyo emocional y físico que requiere este tipo de familia. Es frecuente encontrar en Cuba personas de la tercera edad que son los cuidadores principales de los de la cuarta edad (ONEI, 2014).

Muchas mujeres adultas o adultas mayores se ven aprisionadas entre las exigencias de asistencia y cuidado de los padres y de los hijos, incluso de las suegras y suegros, así como entre el trabajo y la casa, lo cual representa un obstáculo para el despliegue