

SALUD, AUTONOMÍA Y DERECHOS DE LAS ADULTAS MAYORES



Universidad Nacional
Autónoma de México



¿De qué hablamos cuando hablamos de salud?

- A)** Estado gozoso de bienestar / evaluación subjetiva
No un estado momentáneo

- B)** Construcción individual a lo largo de la vida
trabajo personal

Envejecimiento demográfico, un fenómeno irreversible.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2002, 2006) señala que a nivel global la población mayor de 60 años pasó de 629 millones a 688 millones en los últimos cuatro años, y se calcula alcanzar los dos billones para el año 2050, cuando más de la mitad serán mujeres.



Vivimos muchos años

- ❖ Entre 5/7 años más que los varones

Longevidad femenina

- ❖ Peor salud generalizada
 - ❖ Estrés
 - ❖ Pobreza / Exclusión social
 - ❖ Edad / Estado civil
 - ❖ Condiciones laborales
 - ❖ Cargas familiares
 - ❖ Falta acceso a la cultura
 - ❖ Etnicidad / Falta de poder
 - ❖ Violencia / Relaciones de poder



Causas asociadas

Explicada por diversas teorías:

- Biológicas (papel de las hormonas)
- Estilos de vida (socialización diferencial)
- Teorías psicosociales / relacionales
- **Visión única de la ciencia**





En el caso de México –y en América Latina– se experimenta un proceso de transición demográfica más rápido que el de países desarrollados, con lo que el paso de una “sociedad joven” a una “sociedad envejecida” ocurrirá en un periodo más corto (ONU, 2006; OMS, 1999).

Nuestros cuerpos

- ❖ Investigaciones sesgadas

Definidas por:

a) La función reproductiva: (**AUTORA**)

Las tres 'm':

menarquia / maternidad / menopausia



Nuestros cuerpos

- Control patriarcal de la sexualidad

Definidas por:

b) La salud mental

- depresivas, histéricas, ansiosas, quejicas
- Psico/psiquiatrización del malestar
- ❖ Estamos “de los nervios” o “de las hormonas”



Des/atención médica

- ❖ Diagnóstico de causa única
- ❖ La biología (es natural) **naturalización del ser**
- ❖ La emociones
difíciles de controlar / modificar
 - ❖ No prevención
 - ❖ No enseñar hábitos de salud
 - ❖ No información sobre peligrosidad, efectos y alternativas
 - ❖ No negociación
 - ❖ MÁXIMA SUMISIÓN
- ❖ **MEDICALIZACIÓN**

¿De qué hablamos cuando hablamos de menopausia?

Diferentes posiciones:

- El discurso biomédico:
Las mujeres hormonodeficientes
- **La perspectiva feminista**
Un proceso natural

¿De qué hablamos cuando hablamos de menopausia?

- Incitación a la enfermedad **comportamiento femenino= enfermedad**

Definida
Enfermedad / vejez / fin
vida sexual
Negocio: cosmético,
farmacéutico, médico
Efectos globalizadores

Frente a:
Proceso natural
Diversas mejoras
Valor contextual

La salud: una necesidad imperante

La belleza: un imperativo destructor

- Visión holística:
 - Cuerpo / mente / vida cotidiana
 - Poner el cuerpo en el centro de nuestra vida
 - Educación para la estética = estática
 - Educación para la alimentación

Marcela Iaguarde

La doble jornada y más...

Puntos fuertes

Salud mental
Satisfacción vital
Autoestima /
Reconocimiento
Ingresos
familiares / Nivel
de vida
Relaciones
sociales

Puntos débiles:

Múltiples
roles
Sobrecarga
de trabajo,
cuidado
Cansancio
Menos: horas
sueño, tº ocio
y tº libre
Ansiedad,
sensación de
no llegar

Los trabajos de las mujeres



Salud como la libertad para elegir libertades **marcela**

- Elementos básicos:



Tomarnos en serio
Ponernos en el centro del mundo
No culpabilizarnos por ello

- Elementos externos:

Trabajo / Dinero / Relaciones
Ocio / Actividad

Salud como la libertad para elegir

- Elementos internos:

Autoestima
Seguridad
Control

Temas a tener en cuenta

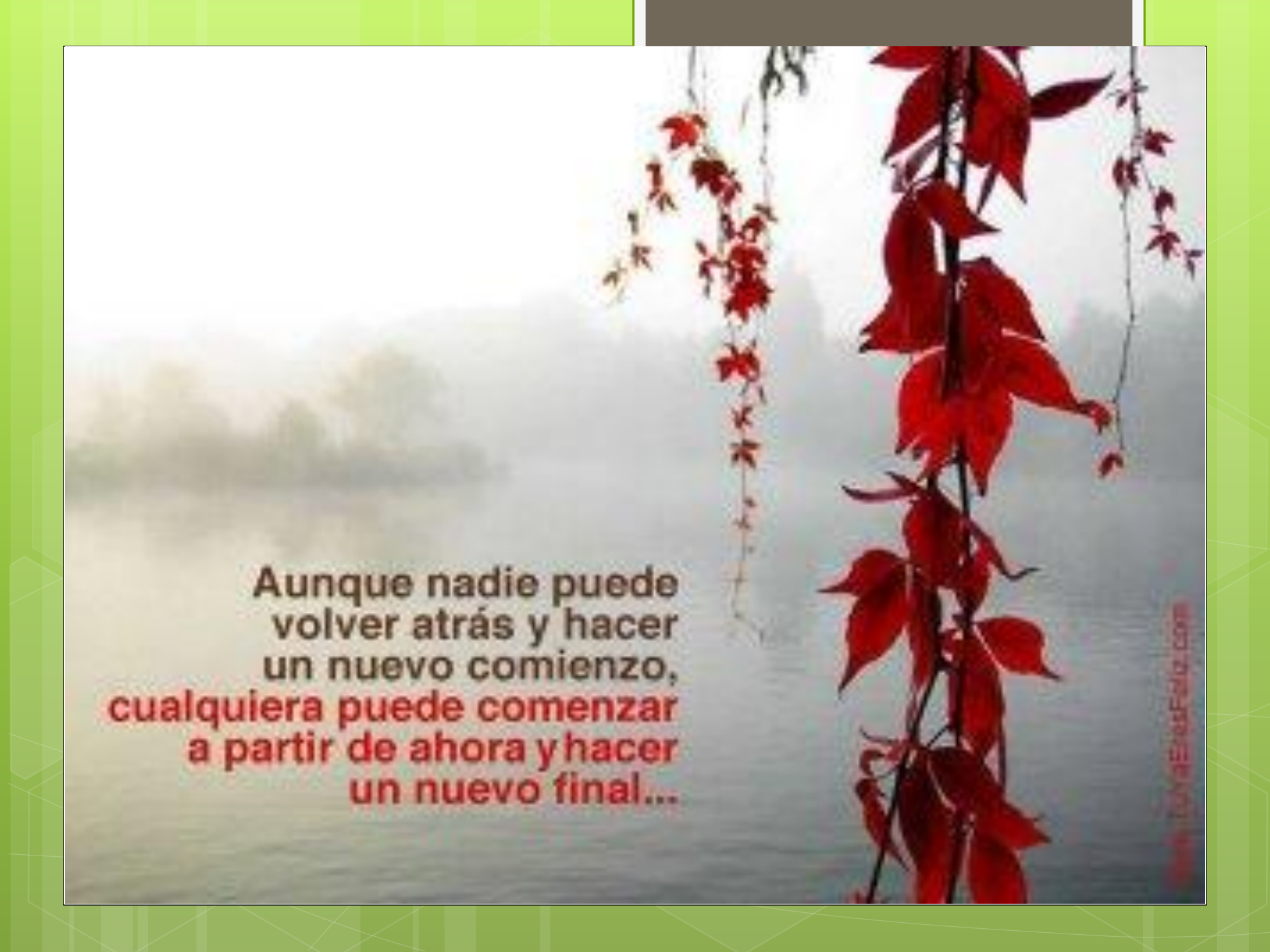
- Los vínculos: resituar centralidad del amor
- Tomar las riendas del cuerpo y del corazón
- Identificar, validar, llevar a la práctica nuestros deseos
- Virginia Woolf: habitación, dinero y espacio propios. **Imagen de virginia**



Es de suponer- esperar y desear- que las próximas generaciones presenten un panorama diferente en la medida en que las futuras mujeres mayores, beneficiarias de nuevas posiciones feministas, se enfrenten a la vejez con experiencias laborales, económicas, de poder y estatus diferentes a las de sus madres y abuelas, una vez superados algunos de los estereotipos de rol más constrictivos que caracterizaron las relaciones entre mujeres y hombres. Para entonces las estadísticas nos dirán si envejecer siendo mujeres sigue siendo una situación de alto riesgo.

Anna Freixas Farré



A misty landscape with a body of water and red leaves in the foreground. The scene is soft and atmospheric, with a light green border around the image.

**Aunque nadie puede
volver atrás y hacer
un nuevo comienzo,
cualquiera puede comenzar
a partir de ahora y hacer
un nuevo final...**



Gracias!!!

Mayra Niño Zuñiga
mayranino72@hotmail.com