

ORIGINAL

“I feel alone” Phenomenological study of elderly Cuban women who experienced the migration of first-order relatives

“Me siento sola” Estudio fenomenológico de adultas mayores cubanas que experimentaron la migración de familiares de primer orden

Déborah de la Caridad Betancourt Buron¹

¹Universidad Iberoamericana, México.

Citar como: Betancourt Buron D de la C. I feel alone” Phenomenological study of elderly Cuban women who experienced the migration of first-order relatives. Gentrification. 2025; 3:91. <https://doi.org/10.62486/gen202591>

Enviado: 13-03-2024

Revisado: 19-07-2024

Aceptado: 17-02-2025

Publicado: 18-02-2025

Editor: Prof. Estela Hernández-Runquen 

ABSTRACT

Introduction: the increase of migratory processes is part of the reality in the Cuban context. It has an impact on the family and, especially, on elderly women who remain at home. The study of this phenomenon is at the crossroad of sociological theories of aging, migration and phenomenology, which allow us to make an analysis from the experience of research subjects, elderly women whose close relatives migrated.

Objective: to examine experiences of a group of Cuban elderly women and the meaning they attribute to migratory process of their close relatives. **Methods.** A phenomenological study was carried out. Qualitative data was collected by semi-structured interviewing women over 60 whose close relatives had migrated. Additionally, experts were interviewed.

Results: changes were identified at individual, family and social levels after the family member of the older adult migrated. As a result women enrolled in the study attribute certain meanings to the migratory processes, which are associated with their personal experiences and move away from theoretical conventions.

Conclusion: migratory processes bring changes in life dynamics of elderly women. They have an impact on their quality of life, since there is an increased load of domestic and instrumental roles as a result of the migration of their close relatives.

Keywords: Migración; Envejecimiento; Adultas Mayores; Vivencias; Calidad de Vida.

RESUMEN

Introducción: el aumento de los procesos migratorios es una realidad del contexto cubano y tienen una incidencia sobre la familia, especialmente en las adultas mayores que quedan en los hogares. El estudio de este fenómeno se adscribe a las teorías sociológicas de envejecimiento, migración y fenomenológicas, las cuales nos permiten hacer un análisis desde la experiencia del sujeto, en este caso, las adultas mayores cuyos familiares de primer orden han migrado.

Objetivo: examinar las vivencias de un grupo de adultas mayores cubanas y el significado que le atribuyen al proceso migratorio de sus familiares de primer orden.

Método: se realizó un estudio fenomenológico. Se aplicaron entrevistas semiestructuradas a adultas mayores de 60 años en adelante cuyos familiares de primer orden hubieran migrado. De manera complementaria se aplicó entrevista a expertos.

Resultados: se identificaron cambios a nivel individual, familiar y social luego de que el familiar de la adulta mayor migrara. Como resultado las mujeres del estudio atribuyen a los procesos migratorios determinados significados, que están asociados a sus vivencias personales y se alejan de convencionalismos teóricos.

Conclusión: los procesos migratorios traen como consecuencias cambios en la dinámica de vida de las adultas mayores, pero también tienen una incidencia en su calidad de vida, puesto que, se produce una recarga

de funciones domésticas e instrumentales como consecuencia de la salida del hogar de uno o varios de sus miembros.

Palabras clave: Migración; Envejecimiento; Adultas Mayores; Vivencias; Calidad de Vida.

INTRODUCCIÓN

El siglo XXI ha resultado ser una época de poblaciones con tendencia a envejecer y de sociedades en cuya estructura existe una fuerte presencia de personas mayores. La mayoría de científicos sociales coinciden en que el progresivo y generalizado envejecimiento de la población en los países desarrollados es uno de los fenómenos más interesantes de la actualidad.

A nivel global, la población mayor de 65 años crece a un ritmo más rápido que el resto de segmentos poblacionales. Según datos del informe “Perspectivas de la población mundial 2019”, en 2050, una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 65 años (16 %), más que la proporción en 2019 de una de cada 11 (9 %). Para 2050, una de cada cuatro personas que viven en Europa y América del Norte podría tener 65 años o más. En 2018, por primera vez en la historia, las personas de 65 años o más superaron en número a los niños menores de cinco años en todo el mundo. Se estima que el número de personas de 80 años o más se triplicará, de 143 millones en 2019 a 426 millones en 2050 (ONU, 2019). Aunque con matices y diferencias en cuanto al proceso de instauración y a la velocidad de los cambios, este proceso no solo es palpable en países de altos ingresos, sino también en países de medianos y bajos ingresos, como en el caso de Cuba; que muestra una de las demografías más envejecidas de toda América Latina y la mayor de Centroamérica (Fernández Garrido, 2009).

Ciertamente el envejecimiento poblacional es uno de los mayores logros que ha conseguido la humanidad en la contemporaneidad, pero el incremento en el número de personas ancianas impone un impostergable reto para las políticas y estrategias en salud, en aras de satisfacer sus necesidades y brindarles la posibilidad de vivir con calidad de vida. Este último argumento resulta significativo, puesto que hoy en día, lo importante no es continuar aumentando la longevidad de las poblaciones, sino mejorar cualitativamente la salud y el bienestar de estas.

Otro de los fenómenos importantes de la contemporaneidad son las migraciones, las cuales producen un impacto sociocultural de importancia sobre el país de origen, el grupo que se traslada y la sociedad receptora.

Es importante aclarar que, a pesar de que Cuba tiene un pasado histórico en donde las migraciones han tenido un protagonismo importante, a partir de enero de 2013, la implementación de las nuevas medidas migratorias y la eliminación de restricciones internas han facilitado la salida y entrada al país. Es por esa razón que la migración cubana responde hoy a patrones sociales, económicos y de inserción en la migración internacional (Martín Fernández & Barcenas Alfonso, 2015).

Un segundo elemento válido a destacar es que emigrar en la actualidad puede ser concebida por la familia como una posible estrategia de solución a las crisis que generan las presiones cotidianas para la satisfacción de sus necesidades, y la asumen como solución inmediata. Sin embargo, es necesario ver la otra cara de la moneda, pues esta solución puede a su vez implicar otras crisis familiares e individuales, precisamente, por la desestructuración de la vida cotidiana que produce la emigración, la desintegración de esas familias, la separación, y la demanda de nuevas estructuraciones y relaciones vinculares que en términos de la persona y la familia permitan nuevos equilibrios en la cotidianidad (Martín, 2006).

La mujer, ocupa un papel fundamental en todos estos procesos anteriormente mencionados, puesto que un rasgo distintivo del envejecimiento demográfico es el predominio femenino, ya que las mujeres viven más tiempo que los hombres, lo que produce un aumento de su proporción en las edades más avanzadas, proceso que ha estado ocurriendo paulatinamente en la población cubana (ONEI, 2013). La mujer también representa en América Latina un 50,1 % de población migrante, dando lugar a un proceso denominado feminización de las migraciones, que no es más que la presencia significativa de las mujeres dentro de los procesos migratorios. Esta tendencia ha dado lugar a un fenómeno llamado maternidad transnacional, el cual alude a una nueva forma de entender la maternidad desde la distancia, basado en circuitos de afecto y soporte financiero.

Sobre este aspecto hemos realizado una investigación previa que aborda la maternidad transnacional en el contexto cubano contemporáneo y cómo se reconfigura la familia a partir de la ausencia de la madre dentro del hogar. Los resultados mostraron que el proceso migratorio trajo arreglos y ordenamientos en el interior de las familias muestrales. La ausencia de la madre en los hogares supuso, no solamente transferencias de las funciones maternas, sino también reordenamientos en la estructura, la composición y los miembros que integran. Las madres objeto de estudio transfirieron el cuidado de sus hijos/as mayoritariamente a otras mujeres de su núcleo familiar como abuelas y tía-abuelas, reafirmando la reproducción de la división sexual del trabajo dentro de la familia y la presencia de las cadenas globales de cuidado (Betancourt Burón & Gross Gutiérrez, 2017). Este último aspecto se explica con el hecho de que, si bien la migración pone a la madre en

el espacio público y laboral, de igual manera, mantiene a las féminas que permanecen en el país de destino generalmente incluidas dentro de la red familiar materna como las principales facilitadoras del cuidado dentro del hogar (Betancourt Burón & Gross Gutiérrez, 2017).

La investigadora Adriana Zapata (2016) se refiere a este proceso como una extensión intergeneracional de las tareas adjudicadas a la madre/migrante, para garantizar el cuidado de los hijos que se quedan, y facilitar la inserción de las mujeres/madres en el sistema global (Zapata Martínez, 2016). Si añadimos al debate que la mayoría de las mujeres que migran a los países del norte llegan a realizar labores de cuidadoras (Mummert, 2010; Orozco y Gil, 2011; Herrera, 2013 citado en Betancourt Burón y Gross Gutiérrez, 2017), aun cuando depositaron ese rol de cuidado y educación de sus hijos en otras féminas del núcleo familiar, veremos que se reproduce una cadena interminable de redes de cuidadoras, tanto en el país de origen, como en el país de destino.

Es por estas razones que la presente investigación se propone analizar el proceso migratorio dentro de la familia cubana desde la vivencia de mujeres mayores de 65 años. Ello permite acercarnos al panorama migratorio desde una perspectiva diferente: la de madres y abuelas que se quedan el país de origen.

MÉTODO

Diseño del estudio

En la presente investigación se realizó un estudio fenomenológico, que constituye uno de los diseños básicos de la investigación cualitativa. Los estudios fenomenológicos tienen como principal propósito explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno, así como descubrir los elementos en común de tales vivencias. Pretende descubrir los significados de un fenómeno para varias personas, lo que vivenciaron y de qué forma lo hicieron (Sampieri, 2014). Precisamente, estas son las premisas en las que apoyamos nuestra investigación, ya que, a partir del discurso de las mujeres objeto de estudio, indagamos en los significados y los principales cambios identificados a nivel individual, familiar y social a partir de una experiencia compartida, el proceso migratorio de sus familiares de primer orden.

De acuerdo con Creswell (2013b), Mertens (2010) y Álvarez-Gayou (2003), el diseño fenomenológico se fundamenta en las siguientes premisas:

- Se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente.
- Se basa en el análisis de discursos y temas, así como en la búsqueda de sus posibles significados.
- El investigador confía en la intuición, imaginación y en las estructuras universales para lograr aprender la experiencia de los participantes.

El investigador contextualiza las experiencias en términos de su temporalidad (momento en que sucedieron), espacio (lugar en el cual ocurrieron), corporalidad (las personas que las vivieron) y el contexto relacional (los lazos que se generaron durante las experiencias).

Es importante también mencionar que la fenomenología fue creada a principios del siglo XX por Husserl, como un método de investigación opuesto a los métodos racionalista (del siglo XVII, que afirma que sólo se conoce por la razón) y positivista (del siglo XVIII, que afirma que se puede lograr conocer causalmente los fenómenos y sólo por medio del método científico). La Fenomenología fue modificada, más adelante, por los aportes científicos de Heidegger (Moran, 2011:6).

Cuando se habla de fenomenología se hace referencia a dos tipos de fenomenología: la descriptiva (que coincide con la trascendental de Husserl) y la hermenéutica o interpretativa (equivalente a la existencial de Heidegger). La diferencia entre ambas tiene que ver, en primer lugar, con la cosmovisión, y como consecuencia con el método.

Con respecto a la cosmovisión de estas dos posturas debemos decir que Husserl pretendía acceder a la esencia de las cosas (Moran, 2011), mientras Heidegger consideraba que esto no se podía, insistiendo en que sólo podemos pensar dentro de nuestro ser en el mundo. (Moran, 2011:154). En cuanto al Método, Husserl proponía una “reducción trascendental” es decir, hacer a un lado los propios juicios e ideas al momento de investigar. “La reducción permite comprender las verdaderas estructuras de la intencionalidad [...] ya así reducida es comprendida por Husserl en relación con los conceptos de noesis y noema” (Moran, 2011:154) Heidegger” negó la posibilidad de llevar a cabo una reducción completa” (Moran, 2011:154) y, por lo tanto, sólo podemos tomar conciencia de nuestros juicios (Spinelli, 2005).

En nuestro estudio creemos conveniente emplear la Fenomenología Existencial Hermenéutica (FEH). Esta fenomenología no busca la esencia de las cosas, ni enfatiza la descripción haciendo a un lado los juicios. Lo que busca es conocer la perspectiva particular de la existencia de los individuos. A diferencia de la esencia, el punto central para Heidegger, es que no hay una sola verdad.

Él afirma que la realidad consiste en una especie de juego cotidiano, que sedimenta los supuestos acerca de lo que es real. No hay por tanto una esencia en las cosas. Para Heidegger lo que se debe hacer es explorar

las formas múltiples y diversas –y no la forma única y específica– en que los seres humanos se relacionan con el mundo (Moran, 2004).

No existe un mundo, sino mundos específicos para cada persona en cada momento y situación. Su acento está más puesto en la existencia, por ello se suele llamar fenomenología existencial, en la cual se puede afirmar que nunca se conocerá la realidad o la verdad, sino una perspectiva de la realidad de lo que se describe.

Husserl enuncia que todos tenemos nuestros propios juicios e ideas, generados por experiencias de vida, y esta es la forma normal como nos enfrentamos a todas nuestras vivencias. “La actitud normal en la que todos nosotros nos hallamos y vivimos es llamada por Husserl la actitud natural” (Lozano Díaz, 2006:20).

Algunos, en lugar de llamar a esta fenomenología existencial, la llaman fenomenología hermenéutica, término que proviene del griego *hermeneu* que significa “interpretar” y es que al tomar en cuenta mi ser-en-el-mundo y, por tanto, la conciencia de que mis juicios permean mi comprensión de la descripción del otro, podemos inducir que estamos ya, haciendo hermenéutica (interpretando), pues no puede sino haber una interpretación de los hechos descritos.

Las ideas de la fenomenología y la hermenéutica dan como resultado un método que es descriptivo porque se ocupa de cómo aparecen las cosas y de que las cosas hablen por sí mismas, e interpretativo porque reconoce que no existe un fenómeno no interpretado (Smith & Pietkiewicz, 2014).

El objetivo de la FEH es comprender la experiencia vivida, transmitida en la descripción por medio del lenguaje, a través de nuestra interpretación implícita como investigadores. Tomando siempre en cuenta el intento de tomar conciencia de nuestras pre-concepciones, e intentando hacer explícitas las propias interpretaciones de significado para ponerlas al servicio de la investigación; pues desde esta perspectiva no podríamos no tenerlas, ya que conformamos la comprensión por unos lentes dados según un lenguaje en una cultura específica. Dependiendo de dónde vengamos, ciudad, clase socioeconómica, género, etc., obtendremos una perspectiva de lo estudiado que no será igual a la que obtendría otra persona con los mismos datos.

Como habíamos mencionado anteriormente, la presente investigación se basa en la fenomenología hermenéutica o interpretativa, puesto que, si bien describimos las vivencias de las adultas mayores objeto de estudio sobre la migración de sus familiares de primer orden, también hicimos inferencia al discurso sobre las múltiples posturas del fenómeno estudiado, mediadas por los contextos socioeconómicos y familiares en las que las adultas mayores se desarrollan.

Es por esta razón que la fenomenología hermenéutica nos permitió acercarnos al fenómeno sabiendo que, no describiremos una sola realidad o verdad, sino una perspectiva de las múltiples realidades que perciben estas mujeres a partir del proceso migratorio de sus hijos y/o nietos.

Técnicas, procedimientos, estrategias de muestreo y selección de los participantes. En nuestra investigación era necesario aplicar una técnica que no sólo recogiera las vivencias de las adultas mayores sobre el proceso migratorio de sus hijos y nietos, sino que era necesario indagar con mayor profundidad el fenómeno, sobre todo el componente subjetivo el cual abarca las emociones experimentadas por las mujeres objeto de estudio, el contexto en que se desarrolló ese proceso, cómo se ha transformado el hogar y las dinámicas de vida de la anciana después de ese proceso, pero también que nos permitiera indagar en los significados que le atribuyen a la migración, y la autopercepción de las mujeres sobre su calidad de vida, no solo como adultas mayores, sino como agentes impactadas por el proceso migratorio familiar.

En este estudio se utilizó la entrevista como técnica fundamental para la recolección de datos. La entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta que la cuantitativa (Savin-Baden y Major, 2013; King y Horrocks, 2010). Pueden hacerse preguntas sobre experiencias, opiniones, valores y creencias, emociones, sentimientos, hechos, historias de vida, percepciones, atribuciones, etcétera. Es por esa razón que nos pareció muy conveniente la utilización de esta técnica como parte de un diseño fenomenológico, en tanto pretendemos analizar las vivencias de las adultas mayores de la muestra, las cuales han experimentado la migración de sus familiares de primer orden. La entrevista nos permitió una fluida comunicación y la construcción conjunta de significados respecto al tema de nuestra investigación.

En el caso específico de esta investigación, utilizamos la entrevista semiestructurada o también llamada abierta estandarizada que es aquella en donde las preguntas se hacen en el mismo orden y forma y en la que no puedes agregar preguntas adicionales. Aplicar esta guía de preguntas contribuyó a mantener un nivel de uniformidad en los temas e incluyó cuarenta y cuatro preguntas para las adultas mayores que aceptaron participar en la investigación.

Los datos fueron colectados por la autora principal del este estudio y personal entrenado a tal efecto que incluyó una psicóloga con experiencia en investigación cualitativa y a seis estudiantes de la carrera de Sociología, que participaron en la investigación como parte del trabajo de campo del Taller Sociológico IV.

Es por ello que se seleccionó una muestra no probabilística conformada por veinticinco mujeres mayores de 60 años, cuyos hijos y nietos, que residían con ella emigraron, temporal o definitivamente, hacia otro Estado-nación.

Para la selección de las mujeres se combinaron el muestreo de conveniencia y el de bola de nieve o por

cadena. En el muestreo por conveniencia las unidades de la muestra se autoseleccionan o se eligen por su fácil disponibilidad y por lo tanto no toma en consideración la heterogeneidad estructural de la muestra cualitativa (ej. Variables sociodemográficas, temporales, espaciales). No obstante, es de mucha utilidad en la etapa exploratoria de los estudios en la que se pretende generar hipótesis de trabajo. El muestreo por cadenas, es aquel en el que una vez identificada la primera persona que será entrevistada, ésta nos referirá e introducirá al siguiente entrevistado y así sucesivamente, hasta complementar la cantidad de participantes necesarios. Si bien es cierto que este muestreo es de utilidad para explorar temas delicados y confidenciales en los que los participantes no se identifican con facilidad; no es menos cierto que se corre el riesgo de identificar una o muy pocas redes en torno al primer entrevistado (Sampieri, 2014).

En términos prácticos, para entrevistar a las mujeres objeto de estudio, primero las entrevistadoras seleccionaron dentro de su círculo de amigas y conocidas a una mujer que cumpliera los criterios establecidos (conveniencia); y, posteriormente, las entrevistadas refirieron a otra persona que ellas conocían y que se encontraba en una situación similar a la de ellas (bola de nieve).

La muestra seleccionada, no es representativa de toda la población, por lo tanto, las conclusiones del estudio no pueden generalizarse a todas las mujeres y familias en situaciones similares. No obstante, es válido destacar que, si bien no es posible la generalización estadística, si es factible la generalización del modelo teórico que ha conducido exitosamente a los resultados alcanzados; cuya aplicación en otros estudios, se supone, conducirá a resultados análogos (y no idénticos).

De manera complementaria, se realizó una entrevista a expertos con el fin de profundizar en las temáticas principales del estudio. Aplicamos siete preguntas abiertas a cuatro especialistas con amplia experiencia en investigaciones sobre envejecimiento, migraciones y calidad de vida, los cuales se desempeñan en instituciones de prestigio en Cuba como la Universidad de La Habana, el CEDEM (Centro de Estudios Demográficos) y el CITEC (Centro de Investigación sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud- Centro de Referencia Nacional para el Desarrollo de la Gerontología y Geriátrica). Los expertos incluidos en el estudio fueron: el Dr. Héctor Bayarre Veá, PhD (Cuba), Doctor en Ciencias de la Salud, Especialista en Segundo grado en Bioestadística y Máster en Salud; la Ing. Alina C. Alfonso León, Diplomado en Población y Desarrollo Sostenible, Doctorado en Ciencias Económicas, Investigador Auxiliar (CEDEM); la DrC. Ángela Peña Farías, Profesora Titular del Departamento de Sociología y Doctora en Sociología (UH); y la MSc. Roxana Celia Ricart Menéndez, Especialista en Psicología, Máster en Género y Educación de la Sexualidad (CITED). Las entrevistas a expertos fueron realizadas por la autora principal del estudio.

Es importante destacar que, en medio del proceso de recogida de información, tanto en la aplicación de las entrevistas a las adultas mayores, como en la de expertos, sobrevino la pandemia de COVID-19. Las medidas de confinamiento y distanciamiento social adoptadas por la situación epidemiológica del país tuvieron repercusiones en la estandarización de los procedimientos para el trabajo de campo. Para poder concluir satisfactoriamente la recogida de información para el estudio, algunas de las entrevistas tuvieron que realizarse vía telefónica y por WhatsApp.

Análisis de datos

Los propósitos centrales del análisis cualitativo son: 1) explorar los datos, 2) imponerles una estructura (organizándolos en unidades y categorías), 3) describir las experiencias de los participantes según su óptica, lenguaje y expresiones; 4) descubrir los conceptos, categorías, temas y patrones presentes en los datos, así como sus vínculos, a fin de otorgarles sentido, interpretarlos y explicarlos en función del planteamiento del problema; 5) comprender en profundidad el contexto que rodea a los datos, 6) reconstruir hechos e historias, 7) vincular los resultados con el conocimiento disponible y 8) generar una teoría fundamentada en los datos (Sampieri, 2014, p. 418)

Particularmente en el presente trabajo, las entrevistas fueron grabadas y transcritas íntegramente. Las transcripciones fueron importadas al programa QSR NVivo 10 (QSR International Pty LTD, Melbourne, Australia, 2010). Se combinaron estrategias de análisis de similitud y de contigüidad (Maxwell y Miller, 2008).

En la estrategia de análisis de similitud se clasificó la información en categorías deductivas derivadas de las preguntas del cuestionario. Para ello se utilizó la herramienta de autocodificación de NVivo. Posteriormente, la información se reclasificó en categorías inductivas de análisis a partir de la lectura reiterada de los datos. También se utilizaron matrices para comparar las respuestas de las entrevistadas de diferentes grupos de edades, nivel de escolaridad, ocupación, etc.

Para el análisis de contigüidad, los aspectos de análisis (roles, calidad de vida, etc.) antes y después del momento migratorio. Para entender el discurso de cada entrevistada se elaboraron resúmenes analíticos que incluyeron aspectos del contexto de la entrevista, un análisis del impacto del proceso migratorio de la adulta mayor entrevistada y autopercepción de calidad de vida entre otros. (Anexo 3). Esta herramienta es de mucha utilidad en las investigaciones descriptivas fenomenológicas que buscan especificar las propiedades, características y perfiles de nuestros sujetos de estudio, ya que resulta significativo para mostrar con precisión

los ángulos o dimensiones de fenómenos, contextos y situaciones.

Consideraciones éticas

Para la aplicación de las entrevistas a las adultas mayores se solicitó Consentimiento Informado. A través de este documento se les garantizó a las participantes la privacidad, el anonimato y la confiabilidad de la información recogida. Solo se incluyó en la muestra de la investigación a las mujeres que expresaron, a través de su firma en el documento, la disponibilidad e intención de participar en el estudio, con la libertad de poder abandonar el mismo en cualquier momento en que se sintieran incómodas o percibieran que su privacidad e intimidad estaba siendo violentada. Es válido destacar que se utilizaron seudónimos a la hora de exponer los resultados del estudio, para que la identidad de las mujeres entrevistadas quedara protegida.

En el caso particular de los expertos se les solicitó el consentimiento informado verbal y autorización para develar su identidad.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El presente capítulo está estructurado en tres partes. En la primera se ofrecerá la caracterización sociodemográfica de las mujeres objeto de estudio (objetivo específico 1). En un segundo momento, estaremos analizando los cambios experimentados por las entrevistadas a partir del proceso migratorio (objetivo específico 2), así como los significados que le atribuyen a la migración (objetivo 3). Finalmente, analizaremos la relación entre las características de las entrevistadas y los cambios y significados que le atribuyen a la migración (objetivo específico 4).

Caracterización de las mujeres objeto de estudio de acuerdo a variables sociodemográficas y a la calidad de vida percibida posterior al proceso migratorio.

Se entrevistaron un total de 25 mujeres de 60 años en adelante. La tabla 1 muestra la composición de la muestra en cuanto a edad, color de la piel, lugar de residencia, estado civil, nivel de escolaridad, ocupación, con quién vive, familiar de primer orden que migró, tiempo de migrado, y cantidad de visitas del familiar posterior al proceso migratorio.

Las mujeres de la muestra son en su mayoría blancas (n=18) y en menor medida de raza negra (n=5) y mestiza (n=2). Las adultas mayores están comprendidas en un rango de edad entre 60 a 89 años de edad; y de acuerdo al estado civil, cinco están casadas, cuatro divorciadas, seis viudas y diez se declararon como solteras. De estas últimas, dos mujeres mantienen la denominada unión consensual, o sea, parejas estables fuera del matrimonio. En cuanto al nivel de escolaridad predominó el secundario (n=6) y el técnico medio (n=6), seguido del preuniversitario (n=5), el universitario (n=5) y el nivel primario (n=3). Referido a la ocupación, el mayor número de entrevistadas declaró ser jubilada (n=10) una de las cuales se reincorporó al trabajo, seguido de las trabajadoras estatales (n=9), amas de casa (n=5) y cuentapropistas (n=1).

Teniendo en cuenta la forma de selección de la muestra en cuanto al lugar de residencia, tenemos que las adultas mayores del estudio son de 3 provincias de Cuba. En primer lugar, La Habana con la mayor cantidad de representantes (n=21), seguido de Mayabeque y Pinar del Río con 2 adultas mayores cada una.

La mayoría de las mujeres (n=18) declaró vivir acompañada, mientras que solo una pequeña parte (n=7) viven solas. Las personas que viven con las adultas mayores incluyen: conyugue, hijos/as, nietos/as, bisnietos, padres, sobrinos hasta familiares no consanguíneos. Lo que muestra la confluencia de varias generaciones cohabitando dentro del domicilio.

La mayor parte de las entrevistadas declararon que el familiar que migró fueron hijas hembras (n=12); algunas de las cuales emprendieron el proyecto migratorio de forma independiente (n=8), y otras insertaron a sus hijos dentro del proyecto migratorio (n=4). Paralelamente tenemos también a las adultas mayores cuyos hijos varones han emigrado (n=10) y aquellas donde los familiares migrantes han sido los nietos (n=3).

Tuvimos también en cuenta dentro del análisis el tiempo de migración de los familiares de las adultas mayores y la cantidad de veces que han venido a Cuba posterior a su salida del país. Los resultados mostraron que el rango de años más frecuente en cuanto al tiempo de salida del país fue el de 5 a 10 años (n=9), posteriormente se encuentran los que llevan de migrados menos de 5 años (n=4), luego los que llevan de 11 a 15 años (n=4), de 21 a 25 años (n=4), de 16 a 20 años (n=3) y por último los que llevan de 26 a 30 años fuera de Cuba (n=1).

Con respecto a la cantidad de veces que los hijos y nietos han venido a Cuba tenemos que los familiares que vienen una vez cada dos años (n=11) fueron los más frecuentes en este grupo, seguido de los que vienen una vez al año (n=6) y los que viajan dos veces por año (n=6). Por último, tenemos los casos “extremos”, que no son más que el familiar que viaja a Cuba todas las semanas (n=1) y aquel que nunca ha venido después de la migración (n=1). Teniendo en cuenta el tiempo de migración de cada uno de ellos, podemos decir que los familiares que vienen de una a dos veces por año son los que llevan la mayor cantidad de años viviendo fuera de Cuba.

Otro de los aspectos que tuvimos en cuenta en este análisis fue la autopercepción que tienen las adultas mayores de su calidad de vida. Identificamos tres definiciones fundamentales a partir de los significados que

las mujeres le atribuyen a este concepto. Estamos hablando de la calidad de vida vista desde la dimensión económica (n=6), la calidad de vida vista desde la dimensión de salud (n=5) y la dimensión más representativa, que fue la que percibe la calidad de vida desde un enfoque multidimensional (n=14) la cual incluye el aspecto económico, el estado de salud y el componente afectivo, psicológico y familiar.

“Para mi tener calidad de vida es tener a mi familia unida, es tremenda calidad de vida. Tener buena salud, que es muy importante, porque si tú no estás bien de salud no tienes calidad de vida. Poder participar ampliamente de todas las actividades que se realizan en tu país, poderte mover para donde tú quieras, eso es tener calidad de vida. Yo puedo salir de aquí y puedo ir a dónde quiera, no todos los días, una vez puedo ir a un hotel. Por ejemplo, cuando nosotros vamos allá abajo al hotel y que nos divertimos, la piscina cuando ella viene, eso es para mí tener calidad de vida, tener mi familia reunida, tener salud, poder participar en todas las actividades igual que los demás es tener calidad de vida” (Bernarda, 67 años, jubilada).

Estos hallazgos refuerzan el planteamiento de los investigadores Rolando García y Alina Alfonso cuando plantean que la calidad de vida es concebida como una noción multidimensional e integra las condiciones objetivas y subjetivas del bienestar (García; Alfonso, 2020).

La Organización Mundial de la Salud, por su parte, define a la calidad de vida como la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y el sistema de valores en el que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas y sus preocupaciones (WHO, 2002).

Ciertamente la manera en que las adultas mayores perciben su calidad de vida está condicionada por su contexto social, económico y familiar, el cual está altamente influenciado por el proceso migratorio de sus hijos y nietos. Es por esa razón que se hizo necesario que las mujeres entrevistadas realizaran una autoevaluación de su calidad de vida antes y después de la migración de sus familiares, lo cual nos permitió hacer comparaciones a partir de este evento.

Las adultas mayores clasificaron su calidad de vida antes y después de la migración en una escala del 1 al 10 y los resultados mostraron que, en diez de las mujeres estudiadas, su calidad de vida se vio agravada posterior a la migración, al mismo tiempo que en siete de ellas hubo una mejora, y en ocho su calidad de vida no sufrió ninguna modificación. Lo interesante de estos resultados es que las clasificaciones se asociaron a múltiples factores que a continuación analizaremos.

En el caso de las mujeres que declararon que su calidad de vida se vio beneficiada como resultado de la migración, sus respuestas giraron en torno al componente económico, ya que el envío de remesas monetarias y en bienes por parte de los familiares en el extranjero constituye para ellas un referente de mejoría en su estado de bienestar.

“(…) yo noto que he mejorado, he podido comprar algunas cosas que me hacen falta en la casa más cuando él me manda mi dinerito como que el teléfono no me tengo que preocupar casi nunca, con lo que él me manda y con lo que yo gano...yo tengo una casita normal, algunas cosas que quiero comprar un juego de sala diferente, tu sabes cómo es eso, una puerta que compré que voy a cerrar por una parte y abrir por otra. Pero si estoy satisfecha con la alimentación, yo no tengo problema, porque yo lo que quiero de comida lo como, lo compro y me lo como y lo que me gusta me lo como” (Libia, 61 años, trabajadora estatal).

“Antes de que mi familiar emigrara, yo vivía sola con mi hija, las cosas aquí estaban, era el solo salario mío hasta que mi hija después empezó a trabajar. Carecíamos, vaya de las cosas, no es que me faltaba un televisor, un refrigerador, esto lo otro, pero vivía muy limitada. Ya después que ella se fue la vida mejoró, porque como te dije anteriormente, por todo lo que, ya hubo una mayor escala. Pero antes de, sí había una necesidad económica. Si te digo otra cosa te miento” (Gina, 67 años, jubilada).

Paralelamente, aquellas mujeres que expusieron que su calidad de vida se vio desmejorada posterior a la migración, pudimos asociar estas respuestas a dos elementos importantes. El primero de ellos, el componente afectivo ya que las adultas mayores consideran que la ausencia del familiar tuvo y tiene una repercusión significativa en su estado de bienestar, puesto que la mejoría económica no compensa la carencia afectiva. Ellas prefieren sacrificar el lujo y la comodidad que pudiera significar el envío de bienes y remesas, por el afecto y la compañía de sus hijos y nietos en el hogar.

“Antes de que ella migrara (...) tenía más de todo, la tenía a ella, era 10, lo tenía todo, ahora merma (...) Considero que después de la migración mi calidad de vida es de 5, porque mira, estoy más vieja, no la tengo a ella, he tenido accidentes, y ya uno va caminando en la edad y ya no es igual y uno sufre mucho, uno extraña mucho. Ay chica... ¿por qué me haces llorar? (Lágrimas)” (Lucrecia, 60 años, trabajadora estatal).

El segundo elemento que las mujeres entrevistadas expusieron como agravante de su calidad de vida

posterior a la migración fue su condición de salud. Ellas hacen referencia a condiciones de morbilidad y ciertas patologías que, en alguno de los casos, se han visto agravados posterior a la salida del país de sus hijos y nietos.

“Más o menos, en un 4 por mi salud que no está muy buena, ya estoy más vieja, más dolorida (...)” (Gretel, 66 años, Cuentapropista).

“Quizás en 7 pero debido a mi enfermedad física, a mis limitaciones por eso, ayer mismo hubiera querido ir a ver a mi familia, pero no pude ir porque el transporte esta malo, esas cosas, cuando mi hijo estaba aquí me llevaba y me traía” (Hortensia, 65 años, jubilada).

Otro de los elementos que quisimos analizar dentro del estudio fue cómo las adultas mayores autoperciben su salud posterior a la migración y contrastar esas declaraciones con la información que teníamos sobre su salud real.

Lograron identificarse múltiples patologías en las mujeres del estudio, de las cuales, el mínimo fue de una enfermedad por adulta mayor (n=9), mientras que el resto ostentaba de dos (n=10) a tres (n=6) enfermedades crónicas cada una. Las enfermedades que declararon padecer las adultas mayores fueron: hipertensión(n=10); problemas en los huesos como reuma; artritis, artrosis (n=9); diabetes (n=5), problemas en el estómago como hernia hiatal, gastritis, úlcera (n=4); problemas del corazón como insuficiencia cardiaca, problemas ventriculares, infarto del miocardio (n=3); trastorno psicológico(n=2); obesidad (n=2); insuficiencia renal (n=1); migraña (n=1) y problemas oftalmológicos (n=1). Incluimos también dentro de los problemas de salud el tabaquismo (n=5), puesto que es considerada por la Organización Mundial de la Salud como un trastorno mental y del comportamiento, por lo cual es considerado como una enfermedad crónica y adictiva no simplemente como un mal hábito.

Según los investigadores Rolando García y Alina Alfonso las evidencias empíricas indican que las mujeres tienden a experimentar una mayor morbilidad que los hombres a lo largo del ciclo de vida. Esta morbilidad conlleva una mayor incidencia de trastornos agudos, una mayor prevalencia de enfermedades degenerativas crónicas y mayores niveles de discapacidad (Alfonso y García, 2005 en García y Alfonso 2020). Estos autores también aportan información sobre las tasas de mortalidad por las principales causas de muerte entre los cubanos adultos mayores. La mayoría clasifican como enfermedades crónicas y no transmisibles, que suelen estar asociadas con largos períodos de sufrimiento, alta demanda de cuidados, uso de fármacos y asistencia médica especializada.

A pesar de los resultados recogidos sobre las enfermedades que padecen las mujeres de la muestra, la manera en que ellas autoperciben su salud difiere mucho de su condición real de salud. Según sus declaraciones, 18 de ellas se autoperciben como personas saludables a pesar de que presentan una, dos y hasta tres enfermedades crónicas al mismo tiempo, mientras que solo siete declararon autoperibirse como personas no saludables.

“(...) tengo problemas ventriculares, artrosis generalizada, hiper tensión y cosas de esas así pero que ya son de la edad de una persona mayor, pero a pesar de eso me considero saludable, porque soy fuerte” (Carla, 74 años, jubilada).

“A pesar de que tengo reuma sí, porque tengo la mente bastante clara, utilizo los medios técnicos mucho, sí, yo juego por el celular, participo de los programas de televisión, los programas participativos, la neurona intranquila me encanta, me entiendes, es que esas cosas te mantienen el cerebro activo. Igual que limpiar, regar las plantas, todas esas cosas te mantienen el cerebro activo, o sea que no me envejezco ahí como un vegetal, porque imagínate” (Bernarda, 67 años, jubilada).

Los resultados del estudio nos muestran que sentirse saludable no estuvo condicionado solamente por el estado real de salud de las mujeres del estudio, sino que entraron a jugar un papel importante múltiples factores como el componente afectivo, emocional y psicológico, los cuales permiten que la adulta mayor se autoperciba como una persona saludable, a pesar de las enfermedades crónicas que pueda padecer.

Estos resultados refuerzan el planteamiento de los investigadores Rolando García y Alina Alfonso cuando afirman que la calidad de vida es un concepto muy amplio que está influenciado, de manera compleja, por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno. La calidad de vida de las personas adultas mayores exhibe un perfil específico en el que ciertos factores son más significativos que en otros grupos de edad (Fernández-Ballesteros, 2008). Algunos de estos factores son personales y subjetivos (autonomía, salud, satisfacción, percepciones y juicios) y otros están vinculados con el entorno o condiciones externas (recursos económicos, vivienda y condiciones ambientales, redes de apoyo, servicios sociales y culturales). La salud incluye salud percibida y mental, satisfacción y armonía psicoemocional. El apoyo social incluye la ayuda recibida de otros o la cooperación brindada por las propias personas mayores (García y Alfonso, 2020).

Principales cambios experimentados por las mujeres objeto de estudio posterior al proceso migratorio y significados que le atribuyen a la migración

La migración es un proceso que trastoca múltiples aristas macro y micro sociales, ya que no solo afecta a las sociedades emisoras y receptoras, sino también el ámbito social, familiar e individual, tanto de las personas que migran, como el de los familiares que quedan en el país de origen.

Las participantes del estudio, ciertamente, han experimentado diversos cambios posteriores al proceso migratorio de sus hijos y nietos, que van desde lo individual, lo familiar y lo social y es menester de este acápite analizarlos.

Los cambios vivenciados por las mujeres en el plano individual son de tipo económico, emocional y físico.

Al analizar el componente económico encontramos que gran parte de adultas mayores (n=13) aseguran que, luego de que su familiar migrara, su situación económica se vio beneficiada, debido al envío de bienes (ropa, zapatos, medicinas, alimentos, equipos electrónicos y electrodomésticos) y remesas monetarias.

“(…) la calidad de vida que yo tengo se la debo a mi hija, me entiendes, porque es la que me sostiene económicamente (…) por 15 años me ha mantenido. De la jubilación que me pagan, que es una porquería, no se puede vivir, ella me abastece a mí de ropa, zapato, de todo, todo. Ella me mantiene el teléfono (…) gracias a ella, a mí no me falta nada, lo puedo decir así, la comida, ni ropa, ni zapatos, ni nada” (Juliana, 76 años, jubilada).

“(…) de todas maneras, ella con lo que tiene me facilita a mí también el bienestar, ahora vivo un poquito más desahogada no es el hecho de que ahora mi hija me mande miles, pero me mantiene mi teléfono viene y me deja dinerito” (Tatiana, 81 años, jubilada).

“(…) desde que se fue nos ayuda mucho, me manda dinero para que mi hija me compre las cosas y eso, y cuando viene siempre me trae muchas cosas, ropas y zapatos y perfumes y esas cosas” (Ada, 76 años, ama de casa).

Ciertamente el envío tanto de dinero, como de bienes, constituyen una de las características fundamentales de la migración cubana, sobre todo en su accionar transnacional, la cual se define por la interacción de los migrantes con el país receptor y el de origen. Se trata de una tendencia mundial que aparece evidenciada en el caso cubano por las crecientes visitas al país, el envío de remesas y los procesos directos e indirectos de inversión en la economía cubana (Díaz, Rodríguez, Busuti, Albizu- Campos, 2017).

La socióloga y profesora de la Universidad de La Habana Ángela Peña, cuando fue entrevistada como parte de nuestro estudio nos comentaba que: “(…) las remesas constituyen una fuente de ingreso tanto a nivel nacional como familiar de vital importancia.” Sobre este tema también nos habló la Dra. Alina Alfonso y nos mencionaba que: “La migración en Cuba se hace fundamentalmente por motivos económicos, incluso son, en ocasiones, acuerdos de familia. Una persona parte, para ayudar al sostén de la familia mediante remesas etc. En cuanto al tema de la calidad de vida, esas remesas permiten que los adultos mayores tengan más desenvolvimiento, aunque ahora con la pandemia y las tiendas en MLC puede convertirse en un arma de doble filo, sobre todo por el tema de las colas.”

Ante estos resultados, quisiera resaltar varios aspectos que emergieron como experiencias compartidas en el discurso de las entrevistadas.

En primer lugar, tenemos que mencionar a las remesas tanto monetarias, como en bienes, las cuales, como elemento común, han permitido un cambio en el nivel de vida de las adultas mayores. Ciertamente, en el contexto de carencia y escasez que enfrenta la sociedad cubana, debido a la pandemia y una crisis coyuntural de la economía, tener garantizado ropa, calzado, aseo, alimentos y moneda libremente convertible (MLC), como es el caso de trece de las mujeres entrevistadas, representa un aliciente considerable en su nivel de vida.

“El otro día él mandó un dinero y lo vendí y me dieron 4700, se me fue ese dinero y más en un mes. Aunque te manden lo que te manden, no es nada” (Rosalina, 61 años, trabajadora estatal).

“(…) la economía tiene su mejoría cuando ella me manda, que ya sabes que puedes comprarte alguna cosita más, la alimentación se puede mejorar en el aspecto de que, de las carnes, de que las cosas que son por divisa, ya puedes comprar un poquito más pero no porque sea que no me falte nada y que tenga de todo” (Saraí, 66 años, ama de casa).

Tal y como mencionan las entrevistadas, las remesas monetarias y en bienes son una ayuda substancial para la economía de los que quedaron en Cuba, pero no eliminan todas sus carencias, ni garantizan una óptima calidad de vida. Esa realidad desmonta el estereotipo que se ha creado alrededor de las personas con familiares en el exterior, los cuales, por mucho tiempo se ha creído, que tienen todas sus necesidades suplidas desde el punto de vista económico, pero, según la experiencia de algunas de las adultas mayores. Lo cual es más una creencia que una realidad que depende de varios factores.

En primer lugar, la solvencia económica del familiar en el país de destino que va desde el acceso al trabajo, la condición migratoria y los gastos diarios, elementos que juegan un papel fundamental para que la adulta mayor pueda recibir dinero de su familiar.

“(…) no porque tú tienes un familiar en el extranjero, no te falta nada. Siempre uno tiene carencia y el familiar en el extranjero hay momentos en que te puede ayudar, pero hay otros momentos que no te ayuda. Y si tú le preguntas a la mayoría de la gente, hay quien sí, pero si le preguntas a la mayoría de la gente que tiene un familiar en el extranjero, si lo ayuda económicamente todos los meses te vas a convencer que no. A mí mi hija me ayuda, no te digo que no, pero mira ahora yo tengo a mi nieta que está en la universidad y la universidad allá cuesta. Entonces ella sí me ayuda, pero no es…” (Gina, 67 años, jubilada).

“(…) hubo momentos en que no pudo apoyarme, porque desde que ella se fue todo no ha sido una maravilla y he pasado necesidades, porque bueno tuve una etapa que era mi jubilación y el salario de mi esposo, mi hija no podía porque tenía a la niña en la escuela, los gastos allá eran muchos porque tenían que pagar los estudios y se echó muchos meses que no me podía mandar nada” (Saraí, 66 años, ama de casa).

En segundo lugar, está el componente económico del contexto cubano. Las mujeres entrevistadas declaran que, al estar la economía tan deprimida, aun teniendo dinero, se hace difícil el acceso a alimentos y productos de necesidad básica.

“(…) indiscutiblemente después de que el migrara yo tuve una mejoría económica, aunque ahora es más difícil porque no se puede mandar dinero, aunque anteriormente él mandaba dinero y estaba un poco mejor, nunca dejé de trabajar tampoco, pero el problema no es que te manden dinero o no, sino que la economía está muy deprimida y no tienes qué hacer con el dinero en muchas ocasiones, aunque lo tengas no tienes qué ni cómo comprar, otras veces no te alcanza el dinero mándelo quien lo mande” (Rosalina, 61 años, trabajadora estatal).

“La economía que está un poco apretada y más para los jubilados que no tenemos… ya nos aumentaron un poco, pero que son 300 pesos, cuando fui al mercado y gasté 60 pesos en nada, sin contar la carne que si no fuera porque mi hija me apoya en eso no pudiera comprar los paquetes de pollo, y otros tipos de carne porque el jubilado realmente no tiene para eso” (Saraí, 66 años, ama de casa).

Otra de las experiencias compartidas fue la poca rentabilidad de las remesas monetarias que le envían sus familiares, ya que, al haber precios tan elevados, el dinero no rinde de la misma manera que años atrás.

“Antes yo gastaba los 100 cuc que él me mandaba, porque yo no soy de guardar mucho dinero, sacaba un poco y dejaba unos 2000 o 3000 pesos en el banco y lo gastaba en las cosas de la casa, en lo que pudiera, ahora ni siquiera se puede arreglar nada, si se te rompe el televisor, ya se rompió, puedes botarlo” (Rosalina, 61 años, trabajadora estatal).

“(…) tiene su mejoría cuando ella me manda, que ya sabes que puedes comprarte alguna cosita más, la alimentación se puede mejorar en el aspecto de que, de las carnes, de que las cosas que son por divisa, ya puedes comprar un poquito más pero no porque sea que no me falte nada y que tenga de todo (…) la mayor problemática que pudiera tener es a la hora de comprar la comida” (Saraí, 66 años, ama de casa).

Un tercer elemento muy importante es que existen casos dentro de la muestra, en que las remesas no son hacia Cuba, sino desde Cuba, hacia el familiar que se encuentra en el extranjero. Este dinero constituye una estrategia familiar de apoyo hacia el miembro que migró, y en ocasiones son entendidas como un dinero de respaldo e inversión, que luego retornará en ayuda monetaria y en bienes desde el familiar que migró.

“(…) me siento bien porque hasta ahora se le ha ayudado bastante y se le sigue ayudando. Lo ayudamos hasta que trabaje porque como se fue hace poco está vendiendo rosquita hasta que pase para otro país, que se consigan trabajo, porque la mujer es médica y a la vez que ellos trabajen, ya ellos son los que van a querer mandarnos a nosotras” (Alina, 88 años, jubilada).

La Dra. Alina Alfonso nos habla sobre esta particularidad del proceso migratorio cuando nos comenta: “También conozco caso de adultos mayores que trabajan y, desde aquí, se da la paradoja, que le envían dinero al familiar que está afuera para ayudarlo un poco allá. O sea, no se puede ver el proceso solamente en blanco y negro, ni en una sola dirección, porque también he experimentado que es al revés, el adulto mayor, ayuda al hijo que está allá por determinadas razones, que yo no sé, pero él sí. Incluso, ese caso es una persona cercana a mi mamá, el cual cambia dinero y todo para apoyar a su hijo que vive allá.”

Como acabamos de ver en las anteriores declaraciones, es imposible darle una única lectura al proceso

migratorio, ni tampoco asociar las remesas económicas con una calidad de vida óptima, ya que, transversalmente a estos procesos, se encuentran las implicaciones emocionales, afectivas y el contexto social, económico y familiar en que está inmersa la adulta mayor.

Sobre este aspecto la Dra. Ángela Peña nos comenta que: “(...) las remesas pueden ser un factor positivo porque el emigrado ayuda a satisfacer las demandas de bienes que tienen los mayores, pero, por otra parte, aumenta la posibilidad de que haya adultos mayores solos o al cuidado de otros mayores lo cual genera nuevos problemas, tanto para su calidad de vida, como para la organización de servicios etc.” La Dra. Alina Alfonso también hace referencia a esta lectura dual cuando comenta: “Yo tengo sentimientos encontrados, ya que pienso que sí, el proceso migratorio le puede dar al adulto mayor un poquito más de seguridad económica, pero la seguridad física, la posibilidad de estar con sus seres queridos está muy comprometida y creo que en esas áreas hay que trabajar”.

Esta última frase de la Dra. Alina nos ayuda a introducir el análisis de los Cambios Emocionales que experimentan las adultas mayores ante el proceso migratorio de sus familiares.

Ciertamente uno de los impactos que tiene la migración en la familia es en el ámbito emocional y afectivo. Las investigadoras Ninna Nyberg Sørensen e Ida Marie Vammen (2016) en su estudio “¿A quién le importa? Las familias transnacionales en los debates sobre la migración y el desarrollo”, hacen referencia a que los migrantes y sus familias dependen de la migración para mejorar sus condiciones de vida, pero que, con frecuencia, enfrentan altos costes emocionales por la separación familiar. En el caso de las adultas mayores entrevistadas, pudimos identificar sentimientos que se comparten como resultado de la migración del familiar o familiares. Estamos hablando de afectaciones en el ámbito emocional como sentimientos de soledad, tristeza, dolor, sensación de abandono, inseguridades y miedos.

“Las personas dicen el tiempo lo borra todo, pero eso no se me borra a mí. Me sentí desgarrada por dentro, mi única niña, a los hijos se le saca la inscripción de nacimiento no el título de propiedad” (Moraima, 69 años, jubilada).

Exploremos el sentimiento de soledad, el cual no solo lo experimentan aquellas mujeres que quedaron viviendo solas posterior al proceso migratorio, sino también aquellas que viven acompañadas de otros familiares.

Una de las expertas entrevistadas en esta investigación, la psicóloga Roxana Ricart, reafirma la importancia de la familia en la vida del adulto mayor y expone en su discurso el término: cultura de envejecimiento en familia.

“(...) en Cuba no hay cultura del anciano solo, en Cuba hay cultura del envejecimiento en familia, cuando esta familia no está, la persona mayor (...) puede sentirse abandonada, puede tener sentimientos de soledad y con la soledad puede venir la depresión, puede venir la ansiedad, puede venir algo que nosotros vemos todos los días que son las reacciones de duelo (los procesos emocionales ante una pérdida)” (MSc. Roxana Celia Ricart Menéndez, Especialista en Psicología, CITED).

Esto implica que, la ausencia de uno de los miembros de la familia, sobre todo si hablamos de familiares de primer orden como hijos y nietos, puede acarrear, según los datos recogidos en el discurso de las mujeres, sentimientos de tristeza y de soledad que se perpetúan en el tiempo.

“Cambios como ...sola, la soledad, porque tú sabes que eso (los hijos) le hace falta a uno y a veces tristeza, pero bueno eso se compensa más o menos con la presencia de mi nieta, ya cuando ella se vaya la cosa va a ser diferente” (Bernarda, 67 años, jubilada).

“Me afectó psicológicamente y aún estoy afectada... [aquí comienza a llorar] vez como me pongo todavía, yo digo que esa separación, no hay nada en el mundo que pueda ser más importante que eso. Todavía al cabo de los 12 años me duele, las extraño y nunca me he adaptado a vivir sin ellas, (aquí espero un momento para reponerse). Para mí fue un cambio muy grande porque mi familia se rompió prácticamente, nos quedamos solos mi esposo y yo, mi vida estaba vacía” (Saraí, 66 años, ama de casa).

Ahora hablemos de aquellas adultas mayores que se han quedado solas posterior al proceso migratorio. Es importante aclarar primeramente que se observa en el mundo una tendencia creciente a que las personas adultas mayores vivan solas, un fenómeno que no necesariamente equivale a su autonomía. Los ancianos residiendo en hogares unipersonales constituyen un nuevo desafío en el caso cubano, ya que la soledad representa una de las causas fundamentales de depresión en la vejez. Problemática que se produce por la pérdida del vínculo conyugal y el fenómeno de los nidos vacíos, provocado por los efectos de la migración, mayormente de los hijos (García y Alfonso, 2020).

“Bueno experimenté que es un cambio vivir cuatro personas y quedarte sola. Eso también fue un golpe, pero bueno tranquila tengo gusto en hacer mi comida, la hago rica como si fuera para un batallón” (...) Vivo con

soledad, el mejor amigo de uno es el silencio (...)” (Moraima, 69 años, jubilada).

“Estoy más tranquila, me adapté a la noticia (...) no me preocupó mucho porque si no, me vuelvo loca, me leo mis libros y eso me mantiene ocupada un buen rato” (Ada, 89 años, ama de casa).

“La vida mía... [pausa por llanto]. Aunque no lo aparenta, pero te imaginas, cuando tú tienes a un solo hijo que se te va... que hay días que yo lo extraño, lo extraño mucho. Y eso que yo casi todos los días lo veo, pero no es igual (...) Los cambios que experimenté fueron la Soledad y la tristeza” (Libia, 61 años, trabajadora estatal).

En las adultas mayores que viven solas prevaleció en el discurso, además del dolor y la tristeza natural por el familiar ausente, una tendencia a desarrollar estrategias que le permitan adaptarse a su situación actual y enfrentar la soledad y la lejanía de sus seres queridos. Estamos hablando de preparar comida para más de una persona simulando compañía, asistir diariamente a la jornada laboral, salir de paseo a hacer visitas, de compras o simplemente por placer, realizar actividades que mantengan su mente ocupada en algo más que la ausencia de su familiar dentro del hogar como leer, escuchar música, ver novelas, películas etc.

“Voy a ver los museos o caminar las tiendas o me siento en un lugar y me tomo mi cervecita si hay, eh, y nada y después me siento en cualquier lugar por ahí a esperar y después vengo para acá” (Juliana, 76 años, jubilada).

“¡Figúrate tú, no sé qué decirte, mira el trayecto de la vida tiene sus altas y sus bajas, tienes que sobresalir todos los días y no dejar que la mente te deje manipular, tienes que imponerte! Yo... trato siempre de estar ocupada, salir a hacer mis cosas, ver que venden por ahí, caminar, visitar a mis amigos, ver películas, siempre estoy ocupada, en la tarde no como, me tomo siempre un vaso de leche y me como un pan” (Ada, 89 años, ama de casa).

“ (...) y nada aquí en el trabajo, que no soy una gente que falta, que llega tarde, tiene que ser que esté enferma o en vacaciones que pocas cojo para que sepas, pocas cojo y así me pasa el tiempo hasta que termina la jornada y voy para mi casa, luego a la casa, hago mi comidita, me pongo a ver mis novelas turcas, no se puede visitar a nadie ahora, a no ser que haya un vecino enfermo que yo me acerque un poco para saber cómo está, luego me acuesto y ya” (Libia, 61 años, trabajadora estatal).

Otro de los elementos identificados en las entrevistas a las mujeres de la muestra fue que la sensación de libertad y autonomía se convierte en un premio de consuelo ante la pérdida y la soledad.

“(...) ahora que vivo sola, por ejemplo, ya no tengo que preocuparme por la ropa de nadie, ni por la comida de nadie, nada, porque yo no tengo que preocuparme por eso, solo por mí” (Juliana, 76 años, jubilada).

“(...) me gusta como vivo ahora, me llevo con todo el mundo, pero sola en casa, me acuesto a la hora que quiero, salgo a dar mis vueltecitas y vivo el presente (...)” (Ada, 89 años, ama de casa).

Dichos hallazgos refuerzan el planteamiento de la investigadora Patricia Ares (2020) la cual expone que, 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. Ciertamente que la adulta mayor no victimice su condición de soledad, sino que aprenda a buscar estrategias para sobrellevarla de forma saludable, permitirá que tenga una vida, emocionalmente, más equilibrada. No estamos hablando que suprima el dolor, ni la añoranza por la pérdida, ya que la necesidad de tener al familiar a su lado es inevitable, pero refugiarse en actividades que permitan mitigar el duelo, le ayudará a vivir mejor.

“(...) a mí eso me ha destruido mucho. Pasé un tiempo muy malo, sinceramente, fue como arrancarme algo muy grande” (Carla, 74 años, jubilada).

“Muy mal, eso es algo que a una madre le duele mucho. Los cambios en un inicio fueron fatales, casi no encontraba fuerzas para vivir, hasta que me fui entregando a Dios” (Cachita, 60 años, trabajadora estatal).

“Terrible, terrible, terrible, eso es muy duro (...) yo decía: ¿cuándo, lo vuelvo a ver? Cuando yo vi levantarse ese avión e irse... [ojos llorosos]. Mi vida cambió, siempre hay un vacío” (Lola, 60 años, trabajadora estatal).

Cuando en este estudio se entrevistó a la investigadora Alina Alfonso León nos comentó una experiencia personal que nos pareció esclarecedora: “(...) Bueno te puedo comentar por experiencia que tengo cerca, una gran amiga de mi mamá que por las mismas consecuencias de la migración se ha quedado sola. A mí me dio mucha lástima una vez que esa señora le dijo a mi mamá: Carmita a veces yo no necesito tanto las cosas, como necesito que me den un abrazo (...) Ciertamente la migración es una moneda de dos caras, resuelve por un lado la parte económica, pero deja mucha carencia afectiva.”

Ciertamente estas adultas mayores son madres y abuelas que albergan una necesidad del familiar ausente que en ocasiones se vuelve lacerante y que, aunque pase el tiempo, no desaparece, sino que se aprende a vivir

con el dolor de la ausencia.

Es por esa razón que podemos hablar de otro sentimiento compartido en las entrevistadas y es la resignación. Las mujeres del estudio, a pesar de no estar de acuerdo con que sus hijos se fueran de su lado, entienden los motivos de la migración como una posibilidad de avanzar para los jóvenes, los cuales desean tener un futuro con mejores oportunidades económicas y profesionales, que en Cuba no pueden alcanzar.

“(…) yo quisiera tenerlos aquí, aunque tengamos necesidades, pero imagínate, todo está muy malo, sobre todo para los jóvenes y aunque nos duela no podemos prohibirles hacer sus vidas (Paola, 69 años, jubilada).

“Ahora siento mucho no tenerla a ella cerca, pero imagínate, la juventud tiene que tener futuro” (Estrella, 75 años, jubilada).

“Me sentí desgarrada por dentro, (…), pero a la vez entiendo que los jóvenes quieran hacer su futuro y ella lo quiso hacer allá” (Moraima, 69 años, jubilada).

“(…) desgraciadamente la situación de nuestro país se ha hecho tan grave que la juventud tiende a buscar otros caminos, otros horizontes donde puedan desarrollarse mejor, donde puedan vivir mejor que lo que se puede vivir aquí, eso es todo. Mis hijas son todo, mis nietos todo, y cuando se van figúrate tú” (Juliana, 76 años, jubilada).

Otro elemento a tener en cuenta dentro de los cambios emocionales, son los sentimientos de inseguridad y miedo que se exacerban como resultado de la migración de los hijos y nietos.

“No te puedo decir que ha sido una vida mala, pero si una vida intranquila y con preocupaciones, yo vivo con una preocupación constante, yo siempre estoy preocupada por él, siempre, siempre, siempre y él me dice: ¡Mami que yo estoy bien, no te preocupes! Pero mentira, uno no sabe...y mi vida desde que él se fue es una preocupación y ya él es un hombre tiene 33 años, pero vivo con esa preocupación, como si tuviera 7 años” (Paulina, 60 años, trabajadora estatal).

“Terrible, todavía es terrible, todavía no me adapto a la situación. Y gracias a que existe la internet que anoche estuvimos hablando como hasta las 12 de la noche y gracias a eso, pero cuando me dice que sale del trabajo yo hasta que él no llegue a la casa no dejo de preguntarle: ¿Ya llegaste? Porque me parece que le va a suceder algo en el camino...eso es inadaptable...” (Rosalina, 61 años, trabajadora estatal).

“(…) mira yo tuve una situación con una prima que la asesinaron afuera, le dieron puñaladas por problemas amorosos y eso siempre le trae tristeza a mi familia, y cada vez que pienso en eso me altero porque pienso en mi hija” (Finita, 74 años, ama de casa).

Ante los discursos de las entrevistadas nos percatamos de que no se deja de ser madre porque los hijos sean mayores, ni porque vivan a kilómetros de distancia, la preocupación forma parte de la condición materna y se agrava ante los procesos migratorios. El hecho de no poder estar cerca ante cualquier situación o problema que puedan enfrentar los hijos o nietos, la incertidumbre del peligro en un país extranjero, la imposibilidad de acudir en su ayuda en caso de requerirlo, crea en las adultas mayores un estado de estrés que es latente e inevitable y se perpetúa en el tiempo.

Otro de los cambios, a nivel emocional, que es necesario también mencionar son los sentimientos de abandono y culpabilidad que afrontan algunas de las madres entrevistadas ante el proceso migratorio de sus hijos.

Con respecto al tema del abandono, las mujeres que comparten este sentimiento, experimentan una sensación de pérdida ante la ausencia culpabilizadora del familiar que migró.

“Pienso de otra manera, de cómo pensaba al principio. Yo pensaba - contra mi hija me abandonó- Pero no, ahora yo pienso distinto. Ya sé que es una vida que ella eligió y que yo no puedo interferir, ni puedo obligarla” (Gina, 67 años, trabajadora estatal).

“O sea que eso me afectó, y me sigue afectando, porque yo necesito, con la edad que yo tengo, necesito que mi hija esté aquí, que se ocupe más que de mí, que se ocupe de su niña, porque los niños necesitan a sus padres para crecer y eso me afectó” (Bernarda, 67 años, jubilada).

Es evidente que hay una necesidad de cuidado que las mujeres del estudio están demandando, y lo interesante de este aspecto es que, son aquellas adultas mayores cuyas hijas hembras les han emigrado. Este es un elemento interesante, porque el hecho de que las mujeres asuman que sus hijas deben ser las encargadas de su cuidado, tiene una marcada influencia en la división sexual del trabajo, donde a las féminas se le asignan roles de cuidado, mientras que, al hombre, prácticamente, se le exige de responsabilidades dentro del hogar.

Un último sentimiento a tener en cuenta, y que aflora como consecuencia de la migración, es la culpa. En el estudio se pudo constatar que algunas mujeres de la muestra se responsabilizan por la decisión de migrar de

su familiar. El cuestionamiento va en torno a si fueron buenas madres, si la decisión tomada estuvo relacionada con actitudes negativas de parte suya, o el simple hecho de no poder brindar los recursos que necesitan para una vida cómoda y sosegada.

“Triste porque se me fue el amor de mi vida, yo lo di todo por ella, ves y me sentí culpable porque me preguntaba si yo había hecho algo mal, si fui mala con ella, pero sus razones no fueron esas por suerte” (Mercy, 89 años, ama de casa).

El tercero de los cambios, a nivel individual, que experimentan las mujeres del estudio fueron los físicos, entendidos como modificaciones en su condición de salud posterior al proceso migratorio. Una de las experiencias que se comparten en las mujeres de la muestra, es haber desarrollado patologías y enfermedades luego de que su familiar migrara.

“A lo mejor era la presión arterial que la tenía silenciosa y después que ellos se fueron salió, pero yo te diría que no he cambiado, bueno tengo mi presión arterial que he aprendido a vivir con eso” (Moraima, 69 años, jubilada).

“Los primeros momentos fueron muy muy malos para mí, eso me afectó muchísimo, muchísimo. Es más que yo fui a llevar a mi nieta y tuve que virar a los 21 días porque me subió la presión, aquello me golpeó duro (...) me afectó psicológicamente y aún estoy afectada (...)” (Saraí, 66 años, ama de casa).

“(...) sufrí mucho, cuando se fue me enfermé y después que vino me anivelé un poco, porque ese es su futuro (...) Me sentí muy triste sufrió mucho a el nivel que no comía, Rosalina me decía -que te pasa Isolina que no quieres comer- ahí fue cuando me enfermé.

“(...) Mi vida es normal ahora estoy más enferma que antes, pero estoy lo más bien posible (...)” (Alina, 81 años, jubilada).

“(...) los primeros días me deprimí, todas las enfermedades que tengo son a causa de esto (...)” (Finita, 74 años, ama de casa).

“Desde hace diez años, a raíz de que mi hijo se fue porque fue ahí, ahí, el mismo año, me diagnosticaron una insuficiencia renal, he mantenido diez años balanceada, chequeándome (...)” (Lola, 60 años, trabajadora estatal).

Es evidente que la carencia afectiva y el impacto emocional ante la ausencia del ser querido, no solo deja una huella en la salud emocional, sino también en la salud física, puesto que el avance o el debut de determinadas patologías, posterior a la migración de los hijos y/o nietos, es una realidad en las mujeres de la muestra.

La psicóloga Roxana Ricart nos comenta que el envejecimiento no es heterogéneo, y que ciertamente, en la adultez mayor, los hombres tienen una incidencia más alta de mortalidad que las mujeres. A pesar de esto, la especialista expone que las adultas mayores llegan con una salud y una calidad de vida más deteriorada, desde el punto de vista emocional y desde el punto de vista biomédico. Ella nos habla de una impronta de género, porque las adultas mayores fueron mujeres jóvenes que tuvieron, y aún en la adultez mayor siguen asumiendo, tareas domésticas, de cuidado, de madre-esposa y esto tiene un costo importante para la salud.

Es por esta razón que podemos establecer experiencias compartidas por las adultas mayores como la depresión, la tristeza que fueron factores desencadenantes en malestares físicos de las mujeres después de la migración, así como el desarrollo de patologías como la hipertensión que debutaron o se descompensaron posterior al proceso migratorio.

En relación a los cambios experimentados a nivel familiar, comenzaremos analizando la composición y estructura de la familia, en la que se da un proceso evidente de transformación posterior a la migración de los hijos y nietos. En las familias de las adultas mayores se experimentaron tres procesos muy interesantes. En primer lugar, podemos hablar de familias que se descomponen y la adulta mayor queda viviendo sola en el hogar.

“Bueno experimenté un cambio, de vivir cuatro personas y quedarte sola, eso también fue un golpe” (Moraima, 69 años, jubilada).

Sobre este tema, la psicóloga del Centro de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud entrevistada en nuestro estudio, Roxana Ricart nos comenta que: “La migración puede repercutir en un proceso súper importante que se ve en la adultez mayor que es en la soledad y en el nido vacío (...), pues vemos muchas personas mayores solas, que reciben remesas, que económicamente está todo muy bien, pero que se comunican con sus hijas, hijos, nietas y nietos una vez al mes y qué pasa con

el resto del mes, y qué pasa con el apoyo y qué pasa con el amor, con el afecto, con la cercanía, con, con, con y todo esto por supuesto está dado por la migración.

“(…) emocionalmente tengo muchos recuerdos, me ponen triste a veces, me siento sola, quisiera hacer muchas cosas con ella, pero me he adaptado (…).” (Mercy, 89 años, ama de casa).

“La vida mía... [pausa por llanto]. Aunque no lo aparenta, pero te imaginas, cuando tú tienes a un solo hijo que se te va... que hay días que yo lo extraño, lo extraño mucho” (Libia, 61 años, trabajadora estatal).

Estos planteamientos corroboran los hallazgos de los investigadores Alina Alfonso y Rolando García en su estudio “El Envejecimiento en Cuba. Políticas, progresos y desafíos” cuando exponen que en el mundo se observa una tendencia creciente a que las personas adultas mayores vivan solas, un fenómeno que, según los autores, no necesariamente equivale a su autonomía. También es importante destacar que dentro de la muestra había familias en las que se reducen la cantidad de miembros que la integran y en otras, se da un proceso de sustitución del familiar ausente por otros miembros de la familia.

“Para mí fue un cambio muy grande porque mi familia se rompió prácticamente, nos quedamos solos mi esposo y yo (…) había más familia ahora hay muy poca” (Saraí, 66 años, ama de casa).

“(…) cuando yo llegué, que ya estaba mi nieto ahí y como ahora se usa vivir con los novios primero, pues al poco tiempo de estar yo aquí vino la novia y ya éramos tres otra vez” (Juliana, 76 años, jubilada).

Es importante destacar que los cambios en la composición y estructura familiar tuvieron una incidencia sobre la manera que la adulta mayor percibe a su familia posterior a este proceso. Estamos hablando de opiniones que versan sobre familias rotas, fragmentadas, rodeadas de sentimientos de vacío y soledad por la partida de los hijos y nietos.

En la contemporaneidad, cuando se habla de procesos migratorios tiene que mencionarse al transnacionalismo, un proceso que se concentra en el análisis tanto del lugar de origen, como del lugar de destino y en las interacciones que se establecen entre ellos. Sonia Parella y Leonardo Cavalcanti (2007), señalan que se crea un nuevo tipo de vínculo social denominado familia transnacional, y que, en éste, la separación física durante la migración no necesariamente lleva a la ruptura afectiva ni de las relaciones, la familia persiste como institución y en su nueva realidad, mantiene algunas funciones y se modifican otras (López y Zapata, 2016).

En el caso del estudio, los hijos y nietos de las adultas mayores no dejaron de formar parte de las familias en Cuba, ya que aún mantienen relaciones y vínculos con sus madres y abuelas desde la distancia. A pesar de esto, la manera en que la familia “transnacional” es percibida por las entrevistadas, es como una familia rota y fragmentada. Ciertamente el término y las características de las familias transnacionales se cumplen dentro de la muestra en cuanto al concepto construido por los analistas del tema, pero, la manera en que esta realidad es vivenciada es diferente, ya que las adultas mayores describen a sus familias inmersas en un proceso de desestructuración y fragmentación como resultado del proceso migratorio.

En cuanto a los cambios a nivel familiar tenemos la reconfiguración de roles que tiene lugar posterior al proceso migratorio. Definitivamente, la migración, condiciona reordenamientos al interior del hogar, ya que el familiar ausente, cumplía, como miembro de la familia, determinados roles de orden doméstico, económico o instrumental, pero, al emprender el proyecto migratorio, esas funciones deben ser asumidas por el familiar o familiares que quedan en el origen.

Un aspecto importante a tener en cuenta, es el enfoque de género, ya que los roles que asume la adulta mayor posterior a la migración variará en dependencia de si el familiar que migró es hombre o mujer. Ciertamente el proceso migratorio dentro de la familia, trae como consecuencia, arreglos y ordenamientos al interior de ella, fundamentalmente cuando la que migra del hogar es la figura femenina.

La mujer y madre, como consecuencia de la visión androcéntrica del mundo y los palpables rasgos y resultados de la cultura patriarcal, ha sido asociada al rol doméstico y de cuidado, por lo que su ausencia del hogar supone transferencias de sus roles y la sobrecarga de trabajo a las mujeres que quedan en el país de origen. Tal es el caso de las adultas mayores que experimentaron la migración de sus hijas hembras.

“(…) yo llegaba del trabajo y ya ella me dejaba la casa limpia y los frijoles sazonados, y el padre llegaba a las 5 de la tarde y me ayudaba en el resto, era más tranquila, no como ahora que no dependo de nadie tengo que hacerlo todo yo” (Mercy, 89 años, ama de casa).

“Cuando ya yo llegaba, ya ella lo tenía todo hecho, ella trabajaba en la UCI, trabajaba un día y descansaba. Ella me hacía las cosas, ya cuando yo llegaba estaba todo hecho (…).” (Lucrecia, 60 años, trabajadora estatal).

“(…) hasta más problema he tenido, porque me he tenido que quedar con mi nieta, porque para que ellos se puedan encaminar para allá, me han dejado una niña pequeña a la cual yo le tengo que dar atención (…). De ser la madre la que cuidaba a su hija para ir para la escuela, ya tuve que asumir yo, ya no es la madre, ahora soy

yo y con 67 años, ya no es lo mismo. Yo me tengo que levantar todos los días temprano para vestirla, prepararle todas sus cosas y ya con la edad que uno tiene eso se hace más difícil y a medida que va pasando el tiempo se va poniendo peor” (Bernarda, 67 años, jubilada).

En el caso de las adultas mayores cuyos hijos varones emprendieron el proyecto migratorio, vemos que los roles que asumieron, además de los domésticos que son intransferibles, fueron los instrumentales, aquellos que implican trabajos y funciones fuera del hogar como hacer mandados, trámites, comprar comida, encargarse de los arreglos de la casa, etc.

“Carlitos era como el hombre de la casa, si había que arreglar algo, si había que botar la basura, lo más simple, buscar el gas, no sé, después de eso todo cayó sobre mí, siempre noto esa ausencia por todo. Era un gran apoyo que ya no tengo [llanto]” (Rosalina, 61 años, trabajadora estatal).

“Yo dependía de él para que me buscara esto, me comprara las cosas y ahora lo tengo que hacer todo, si se me rompía algo venía él y me lo arreglaba y ahora tengo que buscar quien me lo arregle y pagárselo” (Hortensia, 65 años, jubilada).

Es evidente que una de las experiencias compartidas en las adultas mayores del estudio es el hecho de atravesar un proceso de transferencia de funciones, sobre todo de las maternas, puesto que, posterior a la migración, asumirán roles relacionados con el cuidado físico, emocional, alimentario de los hijos de sus hijas, y en algunos casos, también de la manutención de los mismos. Son una serie de cambios que incluyen; la transformación y replanteo de sus estilos de vida, así como de comportamientos, con el fin de asumir eficazmente el rol de la madre ausente.

Sobre esta sobrecarga de funciones nos habla la psicóloga Roxana Ricart cuando expone: “El adulto y la adulta mayor tienen que asumir roles de padre y de madre, porque se quedan a cargo de los niños de esos hijos, eso se ve mucho -Puedes ir a una misión-hija yo me quedo con tus hijos- y ahí también hay una incidencia en la calidad de vida, porque cada edad tiene sus funciones, los abuelos no están para educar a los nietos, están para apoyar, quizás para recomendar, para orientar, pero no para hacerse cargo de todo lo que lleva la educación de un niño y la exigencia que dichos roles implican (...)”

Es importante destacar en el análisis, la incidencia que tiene la sobrecarga de roles en la calidad de vida de las adultas mayores de la muestra. Si entendemos la calidad de vida como un concepto que está influenciado, de manera compleja, por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno (García y Alfonso, 2020), entenderemos que la migración de las hijas de las adultas mayores, no solamente trajo aparejado un aumento de roles en las mujeres del estudio, sino también un detrimento de su salud física y emocional, ya que, a una edad avanzada, con patologías, muchas de ellas crónicas, deben asumir el cuidado y manutención de los nietos, a la par que siguen cumpliendo con las tareas del hogar.

“La misma niña de aquí está estudiando música, tengo que informarme en la escuela, ir a las reuniones de padres, volver a la etapa en que mi hija era pequeña, sin tener una responsabilidad grande con ese niño porque tú te tienes que sentar con él a hacer la tarea, ayudarlo a estudiar, tú tienes que ocuparte de buscar todos los recursos complementarios que ella necesita para su escuela, los trabajos que le mandan a hacer, hay que ayudárselos a hacer o sea que cambió mi vida por completo. Me tengo que ocupar de cosas, que ya a mi edad yo no me tenía que ocupar (...) Además, tengo que preocuparme también por buscar merienda para todos los días y yo no tenía por qué hacerlo (...) El rol mío era ayudar, pero ahora pasó a rol principal, pasó al rol de la madre y el padre” (Bernarda, 67 años, jubilada).

El tercero de los cambios a nivel familiar, está relacionado con las redes de apoyo que se crean alrededor de las adultas mayores posterior al proceso migratorio.

Con respecto a este tema, la investigadora Sonia Parella (2007), en su estudio: “Los vínculos afectivos y de cuidado en las familias transnacionales. Migrantes Ecuatorianos y peruanos en España” exponen que la gestión de los vínculos familiares en el espacio transnacional y sus impactos, van a depender, principalmente, de la calidad de las redes familiares, así como del grado de comunicación que tengan entre sí (Parella, 2007). Lo que quiere decir que, las redes familiares constituyen el soporte de los miembros que quedan el hogar posterior al proceso migratorio y son de vital importancia para atenuar impactos emocionales y afectivos de la migración.

En el caso específico de nuestro estudio, se identificaron tres tipos de redes de apoyo: la primera, conformada por familiares: padres, hijos/as, nietos/as, cónyuge o pareja, sobrinos/as; la segunda red integrada por amigos y vecinos; y la tercera asociada a una organización religiosa, que en este caso es la iglesia. Dichas redes han sido el soporte de las adultas mayores para compensar la ausencia de los hijos y nietos, un refugio para atenuar la soledad y un apoyo en momentos difíciles.

“Sí un poco más de apoyo por parte de mi familia, por parte de madre. Sí, sí, mi familia ejemplo, cuando yo me operé mi hija no pudo venir porque la hija estaba estudiando y no podía (...) Su mamá no podía dejarla con su papá para venir a atenderme a mí en lo que yo estaba en el hospital. Sin embargo, mi familia conmigo el apoyo fue incondicional” (Gina, 67 años, jubilada).

“Liset y Rafael (sus vecinos) han sido para mí la familia, siempre me he apoyado en alguien, ellos han sido para mí (sus vecinos) lo mejor que yo he podido tener y entonces está la otra tunera con su familia, yo con esa gente me siento muy bien y no tengo que acudir a otra gente ni nada de eso” (Juliana, 76 años, jubilada).

“Gracias a Dios, que me entregué a él y creció mi fe en él, le pedía que me diera fuerza porque lo principal era saber que él estaba vivo y que algún día volvería a verlo. Fui a la iglesia cada domingo y cuando salía de mis guardias y gracias a Dios mi vida fue llenándose de paz interior. Casi no encontraba fuerzas para vivir, hasta que me fui entregando a Dios” (Cachita, 60 años, trabajadora estatal).

Comprender la migración internacional a partir de las redes implica reconocer que la decisión de migrar no es un hecho individual, sino también familiar y social (Mora, 2005; Herrera, 2002) en el que se involucran diferentes actores. A este grupo de personas que ayudan a mitigar los golpes emocionales y atenuar el impacto de la separación y la ausencia física que se generan a partir de la migración de uno de los miembros de la familia, se les conoce como “redes transfamiliares”. Se les llama así porque se forman sobre la base de los vínculos de parentesco, amistad, vecindad, aunque también suelen incluirse los lazos laborales y religiosos (Betancourt y Gross, 2018).

“He tenido que ir al médico porque me he sentido mal y he recurrido a mi familia y a mis vecinos que siempre están ahí para mí” (Hortensia, 65 años, jubilada).

“(…) me he caído varias veces, una vez me caí de la cama por la noche mis dos vecinos me llevaron al policlínico, eso me pasa a cada rato ellos siempre me llaman por las noches y a veces de madrugada (...)” (Mercy, 89 años, ama de casa).

“Enfermedades de mi hija, de mi mamá...he recurrido a mis hermanos, a él también, pero él que puede hacer, él me dice: ¿Qué hago? Y entonces imagínate, que te mande dinero no lo es todo” (Rosalina, 61 años, trabajadora estatal).

Sobre este tema la psicóloga Roxana Ricart nos comentaba que: “la familia cubana es una familia protectora de sus adultos mayores por excelencia, lo que no quiere decir que no haya casos de maltrato, abandono, negligencia y demás, pero eso no es lo mayoritario (...) La familia cubana es una familia retentiva, retentiva de sus viejitos, les gusta cuidar a sus viejitos hasta el final, pero no siempre sucede así, entonces tampoco se puede generalizar”

Podemos corroborar entonces, que el objetivo de estas redes es el de suplantar los roles del familiar ausente, elemento que juega un papel substancial en los procesos migratorios, puesto que ayudan a mitigar los golpes emocionales que se generan en las adultas mayores como resultado de la migración; además, logran atenuar el impacto de la separación y la ausencia física.

Pasemos al último de los cambios a nivel familiar, y es el que está relacionado con los vínculos entre la adulta mayor y los familiares que migraron. Aquí establecimos dos temáticas fundamentales: los vínculos afectivos y los vínculos económicos.

Comenzaremos con los vínculos afectivos en donde analizaremos las visitas bilaterales que se establecen entre la adulta mayor hacia el país de destino de su familiar y las visitas que hacen los hijos y nietos a Cuba.

Un tema interesante que salió a relucir en el discurso fue que las adultas mayores se plantean las visitas a sus hijos y nietos como proyectos futuros, pero se niegan a emprender un proyecto migratorio que implique quedarse a vivir fuera de Cuba. Una de las primeras y más recurrentes razones fue: “Ya estoy vieja”. Ciertamente la edad constituye uno de los motivos principales para evitar lanzarse a migraciones definitivas o de largo plazo, aunque también salieron a relucir otros aspectos como el cansancio, la inseguridad, el temor a ser internados en casas de ancianos, así como el miedo a enfermarse y morir por no tener dinero suficiente para atenderse.

“Para que usted vea a mí nunca me pasó por la mente irme de aquí y de hecho ya le digo si se me diera oportunidad de viajar me gustaría ir para conocer, pero no quisiera pasar lo que me queda de vida en otro lugar” (Ángela, 60 años, trabajadora estatal).

“Mis proyectos, mis aspiraciones futuras es tener una vejez tranquila, entre árboles y plantas como estoy, en mi país, porque yo si no pretendo salir de aquí a buscar nada en otro lugar” (Bernarda, 67 años, jubilada).

Con respecto a la cantidad de veces que han venido a Cuba los familiares de las mujeres del estudio, tenemos que destacar que la frecuencia de los viajes está relacionada, en primer lugar, con el status económico y migratorio del familiar en el país de destino. Mientras más tiempo de migración, más posibilidades hay de

que la persona haya obtenido papeles de residencia o ciudadanía en el país receptor, así como que tenga una entrada económica más estable que le facilite viajar a Cuba.

“(…) sé que este nieto mío que está en otro país me demorará más en verlo pero sé que están bien y que en cuanto puedan vendrán (…)” (Paola, 79 años, jubilada).

“Ella ha venido casi todos los años, pero hubo un momento de crisis económica que estuvo tres años sin poder venir” (Juliana, 76 años, jubilada).

Otro de los factores que regulan la frecuencia de las visitas de los familiares a Cuba es si en el hogar quedaron niños a cargo de la adulta mayor. En la muestra seleccionada esta fue una experiencia compartida de las mujeres cuyas hijas hembras migraron, ya que sus hijos representan un vínculo que las une con el país de destino y una responsabilidad que deben mantener, a pesar de estar, geográficamente, separados.

A esta nueva forma de llevar a cabo la maternidad, el cuidado y educación de los hijos desde la distancia en base a circuitos de comunicación, afecto y soporte financiero que trascienden las fronteras nacionales se le conoce como “maternidad transnacional” o “globalización de la maternidad” (Hondagneu-Sotelo y Ávila; 1997) Así, la maternidad transnacional se configura como una práctica social sustentada en redes sociales, conformada esencialmente por mujeres que suplen a otras mujeres, construyéndose de este modo cadenas de cuidado, tanto en el lugar de destino como en el lugar de origen (Betancourt y Gross, 2018).

“Al principio venía cada siete u ocho meses porque había dejado a la niña, al año y medio se la llevó y siguió viniendo 2 veces al año, hubo años que no vino y la última vez estuvo sin verla 3 años” (Saraí, 66 años, jubilada).

Ciertamente, las hijas de las adultas mayores depositaron el rol de cuidado en sus madres, para emprender sus proyectos migratorios. Esto propició una frecuencia mayor de visitas a Cuba, pero, una vez que logran reunirse con sus hijos, la frecuencia de viajes disminuye, lo que genera, en las adultas mayores, un impacto emocional y un cambio en su dinámica de vida. Se enfrentan a un proceso que, por un lado, les reduce la responsabilidad de cuidado del menor, pero les deja un vacío más grande desde el punto de vista afectivo.

“Yo me jubilé a los 55 años y me dediqué a cuidar bien a mi nieta porque ya mi hija se había ido, para poderla atender bien y al año y medio vino y se la llevó, eso me mató porque yo pensé que iba a estar más tiempo con ella. Yo era quien la llevaba a todos los lugares, a todos los parques, a La Habana, para todo yo siempre andaba con mi nieta (…). Ahora tengo menos presión, porque al quedarme sola con mi esposo ya pierdo esa presión y preocupación de cuando estaban ellos” (Saraí, 66 años, jubilada).

Es importante destacar que, el tema de las visitas de los familiares migrantes, es percibido como un trago agri dulce para las mujeres del estudio ya que, la tristeza se satisface una vez que los hijos y nietos las visitan, pero que no logra disfrutarse a plenitud ante el conocimiento de que volverán a partir.

“Cuando viene sí, vuelve a surgir aquella alegría aquellos deseos de hacer cosas, pero si no, no es igual (…). ella viene, yo no pienso en esa fecha, yo pienso en la fecha que ella se va, que cuando vuelva a llegar el adiós no es lo mismo” (Lucrecia, 60 años, trabajadora estatal).

El 2020 pasará a la historia como el año en el que la humanidad sufrió una de las mayores tragedias epidemiológicas en un siglo: la aparición del SARS-CoV-2 y la COVID-19. Otra de las vivencias compartidas por las adultas mayores, fue la interrupción de las visitas de los familiares a Cuba, a propósito de la COVID-19, declarada como pandemia por la OMS en marzo de 2020.

Algunas de las medidas que tomaron los países para evitar el aumento de casos y la transmisión del virus, fue el distanciamiento social, el confinamiento en los hogares y el cierre de fronteras. Estamos inmersos en un proceso donde la movilidad se ha visto limitada considerablemente, por lo que es evidente que los planes de visita de los familiares de las adultas mayores han sido aplazados por el auge y avance de la mortal enfermedad.

“(…) él tenía su novia aquí y en uno de los viajes que vino se casó y la mujer salió embarazada en febrero y en marzo cerraron por la COVID o sea que él conoció a su niñita en diciembre y no ha podido verla más” (Paulina, 60 años, trabajadora estatal).

“(…) cuando vino mi hija también fuimos a la playa, salimos a varios lugares, pero ya, después llegó la COVID” (Ángela, 60 años, trabajadora estatal).

“Y si hubieran venido pasamos una semana juntas y las disfruto, eso me alimenta, pero mira esto ahora” (Elena, 63 años, trabajadora estatal).

Ciertamente, a pesar de que existe una fluctuación multicausal de la cantidad de veces que el familiar migrante visita Cuba, lo que es innegable, es la necesidad, de ambas partes, de mantener el vínculo a través de las visitas bilaterales entre madres, abuelas y sus hijos/as y nietos/as. Se trata de una situación que tiene consecuencias en el plano emocional de la adulta mayor.

“Cada vez que yo escucho que alguien se quiere ir, yo... porque no se tiene día de las madres, ni días de fin de año, si vinieran muy felices, pero si no pueden venir la soledad y la tristeza, aunque tenga en la mesa un puerco. Para mí la familia es lo más importante y nunca he estado de acuerdo con eso” (Saraí, 66 años, jubilada).

“Más pausada, ya no es lo mismo. Cuando viene si, vuelve a surgir aquella alegría aquellos deseos de hacer cosas, pero si no, no es igual [ojos llorosos]” (Lucrecia, 60 años, trabajadora estatal).

Otro de los vínculos afectivos entre las adultas mayores y sus familiares en el exterior, es el que se establece a partir de la comunicación. Los miembros establecen relaciones y vínculos sin la co-presencia y la co-residencia, y esto obliga el uso de diferentes medios y recursos (tecnológicos, materiales, simbólicos, económicos, de comunicación) que les permite mantener interconectados a pesar de la distancia física, y garantizar, de algún modo, el cuidado y el apoyo familiar.

“(...) bueno en si yo no he sentido tanto la lejanía porque hablamos todos los días. Desde que ella se fue nosotras hablamos todos los días, y el día que no hablamos, aunque sea nos pasamos un mensaje. Y bueno, este distanciamiento de ahora lo he pasado mejor gracias a la comunicación que tenemos. Pero es duro porque ya no está aquí” (Ángela, 60 años, trabajadora estatal).

La comunicación que se establece entre las mujeres de la muestra y sus familiares en el exterior fue calificada, por la totalidad de las entrevistadas como buena, a raíz de la inmediatez que permiten las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones. Con respecto a la frecuencia de la comunicación, la mayoría de las mujeres (n=21) expusieron que los contactos se establecen con una periodicidad diaria; otras (n=4) plantearon que se comunican con sus hijos y nietos con una frecuencia semanal.

“(...) me comunico muy a menudo, no diario con las llamadas al fijo porque cuesta mucho, pero por WhatsApp hablamos diario” (Juliana, 76 años, jubilada).

“(...) nos comunicamos por WhatsApp tres y cuatro veces en el día” (Paulina, 60 años, trabajadora estatal).

“Y nosotras tenemos buena comunicación cuando más fue el tiempo que no hablamos fueron unos días porque ella se divorció volvió a parir y tuve que esperar porque el médico le dijo que a los 6 meses. Y no es acostumbrarme, pero estoy más sedada y luego con el IMO yo no paraba fíjate que te digo que cuando mi nieta nació el primer mes yo cogí adicción de ir todos los días porque los niños crecen y el tiempo no vira para atrás lo disfruté todo y ahora de julio para acá gracias a ellos y a todo que tengo mi cámara manipulo bien mis megas y las veo todos los días” (Moraima, 69 años jubilada).

Es evidente que el avance de las nuevas tecnologías y la viabilización del acceso a internet en Cuba, ha servido de enlace en la comunicación de las familias transnacionales, lo cual corrobora las investigaciones de Zapata (2009) cuando plantea que el uso de las nuevas tecnologías se convierte en una de las prácticas transnacionales más utilizadas por las familias para mantener y preservar los vínculos en la distancia. La utilización del Internet y sus redes sociales (Facebook, Messenger, WhatsApp), las cuales permiten el contacto a través de mensajes de texto, llamadas y video llamadas, han brindado mayores facilidades para las mujeres entrevistadas, ya que pueden comunicarse con sus hijos y nietos con mayor prontitud y frecuencia, a la par que permiten la visualización del familiar que ayuda a compensar la ausencia física.

Ciertamente establecer la comunicación con el familiar ausente a través del internet, implica inversiones por parte de los familiares en el exterior, tanto en materia de infraestructura tecnológica (celulares, computadoras, Tablet), como en la compra de paquetes de datos, y recargas de saldo que garantizan a las adultas mayores mantener una comunicación diaria y continuada con sus hijos y nietos fuera de Cuba.

“Nuestra relación es maravillosa, ella cuando vino me compró el móvil con 3G para podernos ver en video llamada y nos comunicamos casi todos los días (...)” (Saraí, 66 años, jubilada).

“Ella se encarga de mantenerme recargado mi teléfono para que podamos hablar diariamente (...)” (Berta, 64 años, jubilada).

Otro de los aspectos substanciales a destacar son los vínculos económicos que se establecen entre las adultas mayores y sus familiares desde la distancia. Desde el punto de vista económico, como estuvimos viendo

en epígrafes anteriores, uno de los principales fines de las remesas monetarias, es el de suplir las necesidades económicas de las adultas mayores, garantizar la compra de productos de aseo y alimentación, así como el pago de paquetes de datos y recargas de saldo que garantizan mantener una comunicación diaria o semanal.

Resulta innegable que las adultas mayores y sus familiares en el exterior, son reunidos en un espacio social por lazos emocionales y financieros, los cuales siguen en contacto por modernos medios de comunicación y por ocasionales traslados físicos entre las sociedades de origen y de destino. A pesar de esto, la realidad es que para las mujeres de la muestra la emigración de los hijos y nietos hace del nido vacío un evento de gran carga emocional, sobre todo si no hay proyectos personales o de pareja, y la sensación de cesantía afectiva se vuelve enorme (Ares, 2020).

Por último, queremos referirnos a esos cambios que experimentan las adultas mayores a nivel social. Sobre este tema analizamos el impacto que tiene la migración en la actividad laboral y las relaciones sociales de las mujeres de la muestra.

Una de las experiencias que se comparten dentro de las mujeres entrevistadas es que el trabajo fuera del hogar se convierte en un aliciente o una vía de escape para atenuar el dolor de la pérdida. Es una actividad que logra mantener la mente ocupada en las horas más largas del día y evitan el recuerdo constante de la ausencia que tiene un impacto negativo en las emociones de la adulta mayor. Otro aspecto relevante está relacionado con los compañeros de trabajo, los cuales se convierten en redes de apoyo emocionales para la adulta mayor, ya que atenúan la carencia de afecto y comunicación con el familiar migrante.

“A veces estoy triste, bueno, de hecho, yo había dejado el trabajo y me incorporé porque estar en la casa me pone peor (...) Un día normal de mi diario es normal, me levanto por la mañana, desde las 5:00 am para que me dé tiempo con mucha calma a terminar todo para ir a trabajar. Salgo a coger el transporte del trabajo, venir para acá. Me siento bien, me siento útil, me siento activa, estoy en contacto con las compañeras y amistades de años y eso me hace sentir bien. Además, ahora con la ausencia de los míos pues mejor, muchos me dicen: ¡Ay te quedaste sola, te dejaron sola! Y mi respuesta para todo el mundo es: No, me quedé con todos ustedes. Esa es mi respuesta siempre” (Elena, 63 años, trabajadora estatal).

“(...) ¿tú eres madre verdad? Tú sabes que las madres jamás dejan de pensar en sus hijos y no hay una vez en la vida que yo deje de pensar en mi hijo y más que es uno solo y entonces esas cosas me ponen mal. Y entonces aquí en el trabajo yo me despejo mucho (...) y nada aquí en el trabajo, que no soy una gente que falta, que llega tarde, tiene que ser que esté enferma o en vacaciones, que pocas cojo para que sepas, pocas cojo y así me pasa el tiempo” (Libia, 61 años, trabajadora estatal).

Ciertamente, otra de las experiencias que se comparten entre las mujeres de la muestra es la repercusión del proceso migratorio en las relaciones que tienen las adultas mayores con el medio que les rodea.

“Me sentí un poco triste, sentí que no tenía cabeza para hacer más nada y bueno, no tenía deseo de salir a ningún lado (...) no me relaciono tanto con las personas como antes ni salgo mucho a la calle, prefiero estar con mi marido y mis dos hijos que a cada rato me dan una vuelta y sentarnos a conversar un rato (...)” (Finita, 74 años, ama de casa).

“Fue complicado, no quería comer los primeros días y fui cambiando, me volví más independiente, dejé de hacer muchas cosas, de visitar amistades, me fui alejando de las cosas que hacía fuera de la casa y no salía mucho como antes (...)” (Mercy, 89 años, ama de casa).

“Me volví como una persona más...no sé, menos alegre” (Lola, 60 años, trabajadora estatal).

Se hace evidente que uno de los comportamientos de las adultas mayores ante el proceso migratorio de hijos y nietos es el retraimiento, esas reacciones de duelo que las llevan a evitar el contacto con otras personas fuera del marco familiar o del hogar. La migración puede suponer un conjunto de dificultades que trae consigo estrés y tensión, desencadenadas por la sensación de nido vacío, de pérdida y sentimientos de angustia, soledad y depresión. Estos procesos psicológicos y psicosociales por la pérdida de algo o de alguien con lo cual se ha estado emocionalmente relacionado resultantes de la migración se le denomina duelo o estrés migratorio (Achotegui, 2009).

El investigador Joseba Achotegui (2012), en su artículo: “La crisis como factor agravante del síndrome de Ulises (síndrome del duelo migratorio extremo)”, plantea que “el duelo migratorio es un duelo por muchas cosas, ya que posiblemente ninguna otra situación de la vida de una persona, incluso la pérdida de un ser querido, supone tantos cambios como la migración. Todo lo que hay alrededor de la persona cambia, tanto más, cuanto más lejana y distante culturalmente sea la migración”.

El inconveniente de estos repertorios es que pueden transmitir la idea de un cuadro fijo y hacer olvidar que el duelo es un proceso, con una historia, en la que unos y otros se suceden o se simultanean (Fernández y Rodríguez, 2002). El duelo no se ha considerado como un trastorno psíquico, sino como una reacción normal

ante una situación de pérdida (Lindeman, 1944; Macías et al., 1996; Allué, 1998). Lo interesante de este proceso es que, en dependencia de la intensidad y la duración de las reacciones emocionales, este duelo toma la denominación de duelo patológico (Pangrazzi, 1993; Filgueira, 1995 en Achotegui, 2012).

En el caso de las mujeres entrevistadas, no es menester hablar de patologías, puesto que esos términos se van más allá del alcance de nuestra investigación, pero sí podemos referirnos a vivencias de duelos compartidos como resultados de la migración, en donde las adultas mayores experimentan un conjunto de dificultades, tensiones y tristezas que las llevan a inhibirse desde el punto de vista social.

Ciertamente, los cambios a nivel económico, familiar y social que vivenciaron las mujeres entrevistadas tuvieron una repercusión en la manera que ellas perciben los procesos migratorios, y es menester de este acápite, exponer también dichos significados.

El primero de ellos es: la migración como estrategia familiar que permite la mejoría económica del hogar y de sus miembros, pero que a su vez tiene una repercusión negativa en el plano emocional. Estamos hablando de que las adultas mayores reconocen que la migración ha traído beneficios económicos y materiales para sus vidas, pero no se comparan con los sentimientos de soledad, tristeza, añoranza y preocupación que se acrecientan ante la separación de los hijos y nietos.

“Estoy desgarrada por dentro” (Saraí, 66 años, jubilada). “Me ha destruido mucho” (Carla, 74 años, jubilada). “Siempre hay un vacío” (Lola, 60 años, trabajadora estatal).

“Me falta una parte de mí” (Lucrecia, 60 años, trabajadora estatal).

Las adultas mayores vivenciaron la migración desde múltiples maneras y desde contextos sociales diversos, pero el impacto negativo que tiene sobre sus sentimientos y emociones es una experiencia que se comparte en cada una de ellas. Esta afirmación pudo corroborarse ante los resultados de la entrevista, ya que una parte de las mujeres entrevistadas (n=8), rompieron a llorar ante las preguntas que rememoraban el proceso migratorio de sus hijos y nietos. Esto nos habla de un sentimiento de pérdida latente que se manifiesta, independientemente del tiempo que lleve el familiar fuera de Cuba. Es por ello que podemos plantear que, para las mujeres entrevistadas, la migración significa perder más que ganar, ya que la ganancia económica no compensa la pérdida afectiva y emocional.

Otro de los elementos que sale a relucir en el discurso de las entrevistadas es la percepción de la migración como un proceso que divide y fractura a la familia.

“Para mí la migración es una cosa destructiva, destruye familias (...)” (Saraí, 66 años, jubilada).

Ciertamente, desde la teoría, la migración y su vertiente transnacional expone que los procesos migratorios no necesariamente dividen a la familia, ya que estas logran mantenerse vinculadas y cohesionadas como familia, a partir de circuitos de comunicación y remesas que pueden ser tanto monetarias como simbólicas. Ahora bien, hay una lectura que se hace desde la percepción del especialista, pero otra muy particular es la que se deriva de las vivencias de estas mujeres. Es indudable que las familias de las adultas mayores no se han roto, ya que los hijos y nietos siguen formando parte de ellas, a pesar de estar en lugares del mundo distintas, se sigue siendo hijos y nietos desde la distancia. A pesar de esto, la forma en que la migración es percibida por las mujeres entrevistadas, dista mucho de significaciones teóricas. Gira en torno a aspectos más subjetivos como sentimientos de añoranza, tristeza, soledad, que conducen a una interpretación de los procesos migratorios como de ruptura y división familiar.

Otro de los significados que pueden derivarse de las experiencias compartidas de las mujeres del estudio es la concepción de la migración definitiva como un proceso fundamentalmente para gente joven.

“(...) Pienso que el viejo que coge y se va, dura poco, está comprobado. Todos los que yo he conocido que se han ido no han durado nada. No hace mucho se murió un compañero del que era mi esposo, llegó a allá y no duró ni seis meses, se fue campana de aquí, campana y no duró seis meses, porque no es la vida que uno lleva aquí. Aquí tú sales y no te pasa nada, allá te dan un empujón, te caes en el suelo, te partes la cabeza y nadie te levanta (...) Me siento muy segura de vivir en Cuba a pesar del hambre que se está pasando y todas las inconveniencias que hay en éste país (...) si hoy en día tuviera 30 años menos, yo me iba, aunque fuera en una tabla de surf (...)” (Juliana, 76 años, jubilada).

“Mis proyectos, mis aspiraciones futuras es tener una vejez tranquila, entre árboles y plantas cono estoy, en mi país, porque yo si no pretendo salir de aquí a buscar nada en otro lugar. A esta edad, quedarme aquí, porque en primer lugar no me voy a ir para darle trabajo a mis hijos, porque además yo todo lo tengo aquí, mis medicinas, mis atenciones, yo no puedo salir a buscarle problema a mis hijos, a que, por allá, a que la salud mía les cueste más de lo que ellos pueden vivir. O sea que yo aquí en mi país tranquilita, porque yo tengo aquí todo lo que necesito para tener una vejez tranquila” (Bernarda, 67 años, jubilada).

Ciertamente la migración significa para las adultas mayores un proceso de incertidumbre e inseguridad. Muchas de ellas presentan condiciones de morbilidad graves o crónicas que requieren de una atención continuada, y medicamento de por vida, por lo que permanecer en Cuba constituye una seguridad para tener una vejez tranquila.

Relación entre los cambios experimentados por las mujeres posterior al proceso migratorio y sus características sociodemográficas y la calidad de vida percibida

Múltiples son los cambios que se dan a partir de la migración de los familiares de las mujeres del estudio, por lo que en este acápite quisimos ver la relación que tienen con las características demográficas de las adultas mayores y con la autopercepción que tienen ellas sobre su calidad de vida.

Uno de los cambios que se dan a nivel individual, es que varias de las mujeres entrevistadas declaran una mejoría desde el punto de vista económico a partir del envío de remesas monetarias y en bienes por parte de los familiares en el exterior. Estas remesas constituyen un aliciente para la economía del hogar puesto que permiten cubrir necesidades básicas de alimentación, aseo, calzado y ropa, a la par que viabiliza la comunicación con sus hijos y nietos mediante la compra de internet y recargas de saldo para el móvil. Estos beneficios, posterior a la migración, son entendidos por las adultas mayores como una mejoría en su calidad de vida, cuando ésta es asociada a la parte económica.

Lo interesante de este aspecto es que, cuando la calidad de vida es vista desde su componente multidimensional, abarcando no solo el aspecto económico, sino también el componente afectivo, de salud, psicológico y familiar, entonces esas remesas y su beneficio material, no compensan los cambios emocionales que experimenta la adulta mayor posterior al proceso migratorio. Estamos hablando de sentimientos de soledad, tristeza, abandono, inseguridad, miedos, a la par de una necesidad de cuidado que no se sustituye con el dinero, ni con los bienes que el familiar en el exterior pueda proporcionar. Otro aspecto importante es que esta afectación del plano emocional, tiene un impacto en la salud física de las mujeres entrevistadas, puesto que varias de ellas declararon que debutaron con patologías o varias de sus enfermedades se vieron agravadas, luego de que su familiar saliera de Cuba.

La magnitud del impacto que tiene la migración en las mujeres entrevistadas, guarda relación con la cantidad de personas con quienes viven en la actualidad. Estamos hablando de que, cuando las adultas mayores quedan solas, experimentan un proceso denominado “el nido vacío” que es esa sensación de ausencia, de pérdida, esa búsqueda del ser querido y no poder encontrarlo, lo cual constituye un impacto emocional muy fuerte sobre todo en la tercera edad. En el caso de aquellas mujeres que quedaron viviendo con otras personas, aunque la soledad, la tristeza y la angustia resulta una vivencia compartida, la presencia de otros familiares, su apoyo y afecto, compensan y suplen la ausencia del hijo y/o del nieto que ya no están. Ciertamente son procesos de duelos que se experimentan de múltiples formas, pero que el impacto emocional continúa siendo el mismo.

Otro elemento a tener en cuenta es que, uno de los cambios que experimentaron las adultas mayores posterior al proceso migratorio, fue la reconfiguración de roles dentro del hogar, lo cual constituye uno de los principales cambios familiares posterior a la migración. Estamos hablando de que, dentro de la muestra, varias de las mujeres tuvieron que asumir los roles del familiar ausente en el hogar, tanto los domésticos y de cuidado, como también los instrumentales. Hubo adultas mayores que se quedaron a cargo de sus nietos para que sus hijas emprendieran sus proyectos migratorios, por lo cual adquirieron la responsabilidad del padre y la madre ausente. Igualmente encontramos a aquellas mujeres que tuvieron que asumir la carga completa de la casa, desde la manutención hasta el mantenimiento de la misma. Esta situación, aparejada a las tareas domésticas que todas las mujeres declararon como parte de sus funciones diarias, duplicaron la carga de trabajo sobre ellas, lo cual tiene un impacto en su salud física y por tanto en su calidad de vida.

Si tuviéramos que elegir uno de los significados más prominentes, independientemente de las características particulares de las mujeres, su edad, la percepción de su calidad de vida o los cambios experimentados a partir de la migración, sería el valor que le atribuyen a la unidad familiar por encima de los bienes materiales y económicos. Ciertamente, las mujeres de la muestra hubieran preferido carecer económicamente, pero mantener a sus hijos y nietos a su lado. Por tanto, la migración para ellas, más que un beneficio, significa un proceso de pérdida.

CONCLUSIONES

La presente investigación permitió examinar las vivencias de un grupo de adultas mayores cubanas y el significado que le atribuyen al proceso migratorio de sus familiares de primer orden. A partir de los objetivos específicos planteados se concluye que:

Las adultas mayores de la muestra conformaron un grupo diverso en cuanto a edad, ocupación, color de la piel y estado civil. No obstante, el perfil predominante fue de mujeres blancas, de nivel secundario o técnico medio, jubiladas, solteras y residentes de La Habana. Este perfil podría estar influenciado por la estrategia de muestreo y los procedimientos utilizados para la selección de las participantes. De igual manera, la autopercepción de las adultas mayores del constructo calidad de vida fue unidimensional (elemento económico, estado de salud)

o multidimensional combinando los aspectos económico, salud y afectivo-psicológico. Este último aspecto fue el de mayor peso en la autopercepción generalizada de deterioro de la calidad de vida posterior al proceso migratorio.

Las vivencias comunes de las adultas mayores revelan cambios en el orden individual, social y familiar. Entre estos se destacan: mejora de la situación económica, acompañada de sentimientos de soledad, tristeza, sensación de abandono, inseguridad y miedos en el ámbito emocional y afectivo; deterioro del estado de salud; fragmentación familiar y sobrecarga de roles de orden doméstico, económico e instrumental, de acuerdo a la división sexual del trabajo existente en el hogar; y adopción de estrategias de afrontamiento a la soledad, la tristeza y el duelo que van desde la búsqueda de redes de apoyo hasta el retraimiento social.

Los cambios experimentados como resultado del proceso migratorio tuvieron una repercusión en la manera que las adultas mayores perciben actualmente la migración y el significado que le atribuyen. La consideran una fuente de situaciones y sentimientos contradictorios, en tanto contribuye a la mejoría económica del hogar; y a su vez genera desestructuración familiar y sentimientos de pérdida en sus miembros.

Las características sociodemográficas diversas y las percepciones de calidad de vida, no parecen explicar los cambios en los ámbitos individual, familiar y social experimentados por las adultas mayores. No obstante, estos cambios sí parecen guardar relación con los sentidos compartidos que éstas le atribuyen al hecho de ser madres y a lo que socialmente se espera de ellas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aja Díaz, A.; Rodríguez Soreano, MO.; Orosa Busutil, R.; Albizu-Campos Espiñeira, JC. (2017) "La migración internacional de cubanos. Escenarios actuales" en: *Novedades en Población*, CEDEM, 26, pp40-57, La Habana.
2. Albala, C., Lebrão, M. L., León Díaz, E. M., Ham-Chande, R., Hennis, A. J., Palloni, A., Pratts, O. (2005). "Encuesta Salud, Bienestar y Envejecimiento (SABE): Metodología de la encuesta y perfil de la población estudiada" en: *Revista Panamericana de Salud Pública*, 17, pp. 307-322.
3. Alapón Travieso, Olgalidi (2014) "La reincorporación de los jubilados por edad en el municipio Playa" en: *Novedades de Población* 6 (11), La Habana.
4. Alfonso León, Alina (2020) "Notas sobre el envejecimiento demográfico en Cuba" en: *Revista Temas*, 100-101, La Habana. Pp 11-17
5. Ares Muzio, Patricia (2020) "Familias y adultos mayores en Cuba" en: *Revista Temas*, 100-101, La Habana, pp18-26
6. Álvarez, R. (2014). "Medicina General Integral" en: *Salud y Medicina*, 3 ed., Vol. 2., pp. 488 -517. La Habana: La Habana: Editorial.
7. Aranibar, P. (2001). "Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina": CEPAL.
8. Baster Moro JC. (2011) "Atención médico social al adulto mayor en la provincia Holguín" en: *Rev Cubana Salud Pública* [Internet]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086434662011000300004&ln=es.
9. Bazo, M. T. (1992). "La nueva sociología de la vejez: de la teoría a los métodos" en: *Reis*, 75-90.
10. Benoist J et Karsenti B. (2001) "Phénoménologie et Sociologie". PUF. París. p. 14
11. Beriain, Josetxo (1998) "La Sociología Fenomenológica." en: Beriain J. e Iturrate José Luis (edts). *Para Comprender la Teoría Sociológica*. EVD. Navarra. 1998.
12. Betancourt, D., & Gross, A. (2018). "Maternidad Transnacional. La reconfiguración de la parentalidad en familias cubanas protagonistas del proceso migratorio" en: *Revista Etnografías Contemporáneas*, 4, 159-184.
13. Bruzain, M. F., Ineráritu, M. P., & Enrique, L. E. P. (2018). "Caracterización de las redes de apoyo social del adulto mayor en la Casa de Abuelos del municipio de Camajuani" en: *Novedades en Población*, 14(27), Cuba.
14. CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe) (2017) "Derechos de las personas mayores: retos para la interdependencia y autonomía". Santiago de Chile. Disponible en <https://bit.ly/3rqWpMm>

15. Cicourel, Aaron (1982) "El Método y la Medida en Sociología." Editora Nacional. Madrid. 1982.
16. Cotlear D, e. (2011). "Population aging: Is Latin America ready?" ,Retrieved from Washington, D.C.
17. de Derechos Económicos, C. (1995). "Los derechos económicos, sociales y culturales de las personas mayores, Observación General" N 6. E/1996/22), Nueva York, Consejo Económico y Social.
18. de Díaz, G. M., & Zucelly, S. (2009). "La exclusión del adulto mayor en los servicios de salud en Guatemala." Universidad de San Carlos de Guatemala.
19. De Juan Pardo, M^a Ángeles (2013) "La Vivencia de la Ancianidad: Estudio Fenomenológico y Reflexión Antropológica". Tesis Doctoral. Universidad Internacional de Catalunya
20. Esquivel, V. (2013). "El cuidado en los hogares y las comunidades." Informe de investigación OXFAM
21. Fernández, A.M. (1993). "La mujer de la Ilusión. Pactos y contratos entre hombres y mujeres." Buenos Aires: Paidós.
22. García, R. y Alfonso, A. (2020) "El Envejecimiento en Cuba. Políticas, progresos y desafíos.", artículo digital.
23. González de Gago, J. (2010). "Teorías del Envejecimiento" en: Tribuna del Investigador, Vol.11, 42-66.
24. Grau Abalo JA, Victoria García-Viniagras CR, Hernández Meléndrez E. (2005) "Calidad de vida y Psicología de la Salud. en: Psicología de la Salud. Fundamentos y aplicaciones. Guadalajara: La Noche; pp.201-32.
25. Herrera Santí, P. M., Martínez García, N., & Navarrete Ribalta, C. (2015). "Intervención comunitaria para mejorar la calidad de vida del adulto mayor."en: Revista Cubana de Medicina General Integral, 31(4).
26. Husserl, Edmund (1989) "La crisis de las ciencias europeas y Transcendental Phenomenology, ASCENDENTE del noroeste" en: La introducción clásica al phenomenology del padre del phenomenology transcendental.
27. Ibáñez, J. E. R. (1979). "Perspectiva sociológica de la vejez" en: Reis (7), 77-97.
28. Leal Riquelme, Ruben (2007) "Aportes teórico-metodológicos de la fenomenología al desarrollo cualitativo de las ciencias sociales en alfred Schütz." en: ALPHA, N° 25, pp 215-225
29. López Ramírez, Adriana (2008) "Migración, remesas y arreglos residenciales de los adultos mayores en México" en: Estudios Demográficos y Urbanos, vol. 23, núm. 3, septiembre - diciembre, 2008, pp. 513-541.El Colegio de México, A.C.Distrito Federal, México
30. Mannheim, Karl (1993) "En la interpretación de Weltanschauung", en: de Karl Mannheim, prensa de la transacción del lobo de Kurt (ed.), 1993. Una colección importante de ensayos incluyendo este texto dominante.
31. Martín, C. (2006). "Las migraciones externas desde un enfoque psicosocial: Familia y salud mental." Paper presented at the Mesa Redonda: Congreso Regional de la Asociación Mundial de Psiquiatría.
32. Miller, J. M. (2009). "International human rights and the elderly."en: Marq. Elder's Advisor, 11, 343.
33. Montoro, M. B. (2008). "Modelos sociológicos de la vejez y su repercusión en los medios." en: Comunicación e ciudadanía, 127.
34. Nyberg Sørensen, Nina, Vammen, Ida Marie (2016) "¿A quién le importa? Las familias transnacionales en los debates sobre la migración y el desarrollo" en: Investigaciones Feministas, Vol.7, Núm1, pp.191-220
35. OMS. (2016). "Acción multisectorial para un envejecimiento saludable basado en el ciclo de vida: proyecto de estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud: Informe de la Secretaría". Retrieved from

36. ONEI (2020) “Estudios y datos de la población. Cuba y sus territorios.” Enero-diciembre 2019. Disponible en: <https://bit.ly/2YUjho>

37. OPS. (2015). “Estrategia y plan de acción sobre demencias en las personas mayores. Retrieved from 54.º Consejo Directivo, 67.ª sesión del Comité Regional de la OMS para las Américas, Washington, D.C.: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=31930&Itemid=270&lang=es.

38. Parella, S. (2007). “Los vínculos afectivos y de cuidado en las familias transnacionales. Migrantes Ecuatorianos y peruanos en España”, en: Migraciones Internacionales (México), vol. 4, núm. 2.

39. Saavedra, Lucia Daniela (2017). “Género y salud: estudio sobre la doble jornada laboral en las mujeres y su relación con el autocuidado de su salud.” IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología -Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

40. Schutz, Alfred (1974) “El mundo Social y la Teoría de la Acción Social.”, en: Estudios sobre Teoría Social. Amorrortu, Buenos Aires.

41. Schutz, Alfred (1982) “Papeles recogidos V.I, Kluwer académico.”, en: Ensayos clásicos en teoría fenomenológica en relación a las ciencias sociales.

42. Schutz, Alfred (1980) “Las estructuras del Vida-Mundo, ASCENDENTE del noroeste. Declaración programática final de Schutz de un phenomenology del Vida-mundo.”

43. Schutz, Alfred (1967) “La Fenomenología del mundo social, ASCENDENTE del noroeste.”, en: Tentativa inicial de Schutz de tender un puente sobre el boquete entre el phenomenology y la sociología de Weberiana.

44. Taylor S.J. y Bogdan R. (1996) “Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación. Paidós.” Barcelona 1996. pp 16-17 y 23.

45. Toledo, Ulises (2003) “Fenomenología del mundo social.”, en: Revista de Epistemología de Ciencias Sociales, No18, pp.191-206 www.moebio.uchile.cl/18/toledo.htm

46. Vera, M. (2007). “Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia” . Paper presented at the Anales de la Facultad de Medicina.

47. Vergara, T. D., & Pérez, J. P. (2017). “El envejecimiento: un fenómeno demográfico con repercusión jurídica. Aging: a demographic phenomenon with legal repercussions.” en: Novedades en Población, 13(26)

FINANCIACIÓN

Ninguna.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Curación de datos: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Análisis formal: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Investigación: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Metodología: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Administración del proyecto: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Recursos: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Software: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Supervisión: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Validación: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Visualización: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Redacción - borrador original: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.

Redacción - revisión y edición: Déborah de la Caridad Betancourt Buron.