

## La vida de las mujeres mayores a la luz de la investigación gerontológica feminista

Anna Freixas Farré  
*Universidad de Córdoba*

*En este artículo se desarrollan los planteamientos de la investigación gerontológica feminista. Se analizan los estereotipos edadistas que tienen su origen en la relación entre cultura y vejez. Se plantean los requisitos para una investigación que dé cuenta de la experiencia del envejecer femenino y del carácter socialmente construido de los valores otorgados a la vejez de las mujeres. Todo ello teniendo en cuenta las características socioculturales de esta población que se enfrenta a la edad mayor con limitaciones, pero también con recursos exclusivos.*

*Palabras clave: gerontología crítica, investigación feminista, envejecimiento, vejez, mujeres mayores.*

## The life of older women in the light of feminist gerontological research

*The article takes a feminist approach to gerontology. It examines the stereotypes of ageism which derive from the relationship between culture and old age. It establishes the requirements for a type of research which reflects women's own experience of growing older, as well as the social construction of values related to women's old age. It focuses on the sociocultural features of this population which faces old age with certain limitations, but also with unparalleled assets.*

*Key words: critical gerontology, feminist investigation, aging, old age, old women.*

En este artículo pretendo exponer los núcleos centrales de reflexión de la investigación gerontológica feminista desde una perspectiva crítica, y analizar las condiciones del envejecer femenino en nuestra sociedad. La investigación femi-

nista acerca del envejecimiento parte de los principios comunes de la epistemología feminista y tiene entre sus objetivos desvelar el carácter socialmente construido de los significados y valores que rodean la vida de las mujeres mayores, analizar las normas culturales que limitan su existencia libre en la vejez, examinar los antecedentes y las condiciones de vida derivadas de la diferencia sexual e informar sobre sus consecuencias en la vida de las mujeres mayores. La gerontología crítica analiza en qué medida los factores políticos y socioeconómicos interactúan para diseñar la experiencia del envejecer y considera que el sexo, la etnia y la clase social son variables sobre las que pivota la trayectoria de cada individuo, al predeterminar su posición en el orden social; envejecer también constituye una parte de la lucha de clases, diría Simone de Beauvoir (Beauvoir, 1970/1983; Cole, Achenbaum, Jakobi y Kastenbaum, 1993).

Una teoría tiene capacidad generativa cuando cuestiona las creencias implícitas de la cultura, produce preguntas fundamentales sobre la vida social o reconsidera lo que se da por hecho (Gergen, 1978). Las teorías generativas son aquellas que provocan debate, proporcionan nuevas alternativas para lo establecido y pueden ayudar a transformar la realidad social. La investigación feminista es, pues, una rica fuente de teoría generativa en la medida en que es comprometida, transformadora y reflexiva. La premisa feminista de que *lo personal es político* ha validado el papel de la experiencia individual, iluminando lo que diferencia la vida de mujeres y hombres y, con ello, ha proporcionado a las investigadoras feministas nuevas herramientas de trabajo.

El espectacular aumento de la esperanza de vida ha modificado la posición psicológica de las personas en el ciclo vital. Los antiguos clichés de vejez y muerte, una vez traspasada la barrera de los 50 años, se han desvanecido sólo en parte y ahora se vislumbra un largo periodo de tiempo por vivir al que otorgar significado. La mediana edad (50-65 años), como categoría cultural, ha adquirido un estatus reconocido como etapa del ciclo vital diferenciada de la tercera edad (65-80 años) y de la cuarta edad (más de 80 años). Todas ellas constituyen el amplio tiempo de vida conquistado en el siglo XX. A los estudios sobre la edad les compete relatar cada una de las partes del imaginario del ciclo vital, desvelando los temores y supuestos que lo invaden.

La investigación acerca de la vejez y el envejecimiento ha estado constreñida por numerosos estereotipos. La gerontología crítica, sin negar la realidad de la pérdida, trata de contrarrestar las imágenes reduccionistas que muestran la vejez como un camino inexorable hacia la decadencia y la dependencia, interpretando el valor de la experiencia humana a la luz de las tendencias culturales que subyacen a los diversos contextos del desarrollo (Cole, Achenbaum, Jakobi y Kastenbaum, 1993; Gullette, 2000). Estas potentes creencias negativas limitan los diseños de investigación e impiden la creación de una realidad potenciadora para una población que cada vez es más numerosa y progresivamente se encuentra en una mejor situación física y mental (Álvarez, 2005).

El edadismo (*ageism*), definido por Butler como un estereotipo sistemático y una discriminación contra las personas por el hecho de ser viejas, lleva a las jóvenes generaciones a ver a las personas mayores como pertenecientes a un

grupo esencialmente diferente, de tal manera que dejan de ser vistas como seres humanos, para situarlas en un contenedor mental que identifica la vejez con elementos peyorativos como enfermedad, disminución de las capacidades mentales, fealdad, dependencia, aislamiento, pobreza y depresión, más allá de lo que la evidencia cotidiana puede mostrar como cierto (Butler, 1969). En el caso de las mujeres mayores los términos utilizados para definir las tienen connotaciones aun más negativas, corroborando el hecho social y cultural de que el envejecimiento de las mujeres está marcado con potentes imágenes mentales desmoralizantes que funcionan como profecías de autocumplimiento (Covey, 1988). El lenguaje gerontológico está profundamente contaminado por el estigma de la vejez. La palabra “vieja” resulta impactante por las ideas negativas que lleva asociadas. Decimos “mayores”, mejor que “viejas”; preferimos nombrar con el término “mediana edad” a usar el de “anciana”, para evitar la negatividad de los términos. Escaramuzas lingüísticas que ofrecen una moratoria mental, pero no cuestionan el estigma otorgado a la vejez.

En nuestra sociedad occidental la asociación cultural entre vejez y enfermedad ha llevado a la biomedicalización de la edad mayor. Las consecuencias de los factores sociales sobre la salud son definidas como problemas médicos o personales que requieren la intervención médica y, por lo tanto, no se tienen en cuenta en la agenda socioasistencial. Además, la medicalización de la gerontología ha oscurecido las imágenes positivas de la edad mayor, a favor de los modelos que priman la visión del envejecer como el viaje ineludible hacia la enfermedad y el deterioro. La gerontología crítica valora la estrecha interrelación entre bienestar físico y psicológico y hace hincapié en la importancia de la salud como elemento predictor básico del bienestar en las personas mayores, así como el papel que los ideales positivos desempeñan en el último tercio de la vida adulta, como factores de sostenimiento anímico y vital (Gannon, 1999).

## **La gerontología crítica feminista**

La gerontología feminista puede verse como parte de un proyecto de desarrollo de las epistemologías que, dentro de las ciencias sociales, cuestionan las percepciones dominantes sobre las vidas de algunas poblaciones marginalizadas (Laws, 1995). La investigación gerontológica feminista pretende documentar las experiencias de las mujeres mayores y promover nuevas interpretaciones del envejecimiento femenino. Una de sus metas básicas es la habilitación y el empoderamiento de esta población, haciendo visibles los arreglos sociales desiguales que marcan la vida de las mujeres en la edad mayor. Se plantea identificar las posibilidades para un cambio social emancipatorio. La gerontología crítica feminista ha documentado la experiencia de las mujeres ancianas, promoviendo interpretaciones más completas y complejas acerca de su vida y ha planteado la necesidad de que se estudien y conozcan con mayor detalle sus trayectorias vitales, revisando las lagunas y las inconsistencias que presenta gran parte de la investigación gerontológica actual, víctima de la “ideología de la edad” (Fine, 1992).

A pesar de que no disponemos de un consenso claro acerca “de qué hablamos cuando hablamos de investigación feminista”, sí podemos afirmar que existen unos principios básicos que guían los diversos diseños de investigación feminista en ciencias sociales, que ofrecen una coherencia dentro de la pluralidad y la riqueza metodológica que la caracteriza (Akman *et al.*, 2001; Worell y Etaugh, 1994). Entre ellos destaco: *a)* el cuestionamiento de la presunta objetividad de la investigación científica tradicional (Worell, 1996); *b)* la consideración de la diferencia sexual como una categoría esencial de análisis; *c)* el reconocimiento de la validez y la importancia de la experiencia de las mujeres a partir de su propia voz (Covan, 2005); *d)* la insistencia en la naturaleza política de la investigación que contribuye a la transformación de las relaciones de género, promoviendo un cambio social en favor de las niñas y las mujeres (Calasanti y Slevin, 2001; Crawford y Kimmel, 1999) y *e)* la atención a los usos del lenguaje (Lledó Cunill, 2005; Worell, 1996; Worell y Etaugh, 1994).

Apoyada en tales premisas, la investigación gerontológica feminista va más allá y se plantea como objetivo fundamental llevar a cabo procesos clarificadores que incidan sobre la vida de las mujeres viejas, sobre su imaginario y sobre el de las personas que las rodean. Se propone: desvelar la construcción social de los valores culturales que limitan la vida de las mujeres mayores en los ámbitos afectivos, culturales, sociales, económicos y políticos; negar el carácter inevitable de la dependencia, la pobreza y la enfermedad en las ancianas, ofreciendo información que muestre el mosaico completo de posibilidades reales, y promover interpretaciones del envejecimiento femenino que reflejen la complejidad de su ciclo vital y permita a las jóvenes adentrarse en la edad sin hacerlo de manera negativa. En definitiva, pretende ofrecer nuevas alternativas para transformar la realidad social y la vida de las mujeres, re/situando el valor de su experiencia, puesto que una de las prioridades de la investigación gerontológica feminista es la de encontrar imágenes que alimenten la necesidad humana de significado (Freixas, 2004).

Para alcanzar estos objetivos, la investigación feminista tiene que ser plural y receptiva a la diversidad metodológica. No es lineal, estancada, ahistórica o libre de emoción y valores humanos. Es dinámica y se caracteriza por su poco elitismo metodológico, por su diversidad (Crawford y Kimmel, 1999). En ella se incluyen los métodos de investigación tradicionales, llamados científicos, y otros que dentro de la tradición feminista han permitido la construcción del amplio corpus teórico actual y a los que se ha llegado como resultado de la experiencia y de la autoconciencia. Se han validado métodos, términos y significados que históricamente no han sido valorados, dado que la separación patriarcal entre pensamiento y sentimiento, entre conocimiento y ser, domina la academia y todas sus prácticas. La gerontología crítica feminista expande el concepto de lo que se entiende por un “diseño correcto”. Como señala Ruth Ray, “debemos llevar a cabo investigaciones que nos cambien moral, emocional y espiritualmente, no sólo intelectual y profesionalmente” (Ray, 2004, p. 119).

Históricamente el feminismo académico ha prestado poca atención al edadismo, a las relaciones de edad y a la vejez en sí misma. De hecho la ma-

yoría de los trabajos se han centrado en la mediana edad y en el proceso de envejecimiento, siendo muy escasas las investigaciones que tratan de las mujeres viejas y de la vejez y sus condiciones. Ciertamente, es en la mediana edad cuando emergen los primeros signos del envejecer y se disparan las alarmas del ciclo vital: menopausia, arrugas, canas, cuerpo, belleza, sexualidad, aparecen como los grandes temas a los que prestar atención personal y académica, no así a las relaciones de edad y a la vejez que no se vislumbran tan acuciantes. Estas son algunas de las grandes quejas de los colectivos de mujeres mayores que no han encontrado en las elaboraciones feministas respuesta a los grandes temas de la diversidad del envejecer femenino en nuestra sociedad (Cruikshank, 2003; Macdonald y Rich, 1983).

Los llamados “estudios de las mujeres” no han centrado sus trabajos en las experiencias de las mayores, no han teorizado sobre el sistema de jerarquías de edad y, como mucho, han incluido el envejecimiento en un largo etcétera que oculta la dimensión real de la vejez (Calasanti, Slevin, y King, 2006). El alto precio que en términos académicos se paga por dedicar la investigación a temas con doble estándar de desconsideración, las mujeres y la vejez, está en la base de la falta de dedicación de las estudiosas a estos temas. ¿Cuándo los estudios sobre la vejez y sobre las mujeres mayores tendrán el mismo caché académico que los estudios sobre los papiros o sobre el vuelo rasante de las moscas? ¿Cuándo se les otorgará un reconocimiento académico que invite a la investigación y a la reflexión?

## La trastienda de la investigación

Para llevar a cabo una investigación gerontológica crítica y feminista es necesario que las investigadoras e investigadores lleven a cabo algunos procesos personales que les lleven a un *cuestionamiento de las creencias culturales implícitas*. Sólo a través de la revisión individual de los estereotipos edadistas se puede llevar a cabo una investigación de calidad y potenciadora. Determinadas narrativas culturales sobre la vejez nos constituyen: somos ancianas y ancianos por la cultura, no por la edad, afirma Margaret Gullette (1997); por lo tanto, para la deconstrucción de tales imágenes mentales será imprescindible intervenir desde la autorreflexión, revisando el simbólico del envejecer que subyace en nuestra identidad personal y en nuestro trabajo profesional. Sólo así es posible oponerse, “resistir”, a las narrativas culturales del deterioro, siendo, sin embargo, plenamente conscientes del peso de las relaciones de edad, especialmente en la vida de las personas mayores (Gullette, 2004; Ray, 1999, 2004). No basta con el deseo bienintencionado de incluir a las mujeres en la investigación para que nos encontremos con una investigación de género y habilitadora. Lo que es crucial para el desarrollo de tal investigación es el enfoque metodológico y la teoría subyacente que guía cómo proceder (Harding, 1987). Se hace necesario *adquirir una sólida formación feminista* que oriente el trabajo de investigación. Una investigación en la que la diferencia sexual sea una categoría central de análisis y suponga, por lo tanto, una expli-

cación requiere mucho más que la simple tarea de “añadir” las mujeres a los datos, como una escueta información estadística. Hay que conocer, estudiar, iluminar los procesos que intervienen y que dan forma al hecho investigado. Hay que conocer qué significado tiene el ser mujer o el ser hombre en lo que estamos investigando.

En nuestra sociedad, hoy por hoy, no es lo mismo envejecer siendo mujer que hacerlo siendo hombre, sobre todo si tenemos en cuenta los numerosos aspectos de tipo personal, social y profesional que a lo largo de la vida han hecho significativamente diferentes la vida de las mujeres y de los hombres –tanto en lo que se refiere a las trayectorias personales, emocionales y profesionales, como a la diferente implicación que hombres y mujeres mayores han tenido en las tareas de cuidado y sostenibilidad de la vida–. A pesar de esta evidencia, son muy pocas las investigaciones que se detienen a considerar el significado y las consecuencias que tales diferencias en la socialización y en las opciones profesionales y de vida tienen sobre la vejez de mujeres y hombres (Freixas, 1997). Hay, pues, que *plantear preguntas “nuevas”* que cuestionen el imaginario esperable y permitan llevar a cabo una investigación transformadora, que vaya más allá de las preguntas y respuestas limitadoras con que habitualmente nos encontramos cuando se trata de las personas mayores, que suelen poner el énfasis en el estudio de las pérdidas. Adrienne Rich lo plantea diciendo: “A los problemas convencionales se les dan soluciones convencionales, a las que ya se ha llegado antes” (Rich, 2005, p. 95). La investigación acerca del envejecimiento de las mujeres se centra con excesiva frecuencia en temas que circunscriben y limitan el ser mujer y mayor a las asignaciones de papel social más profundamente patriarcales, olvidando otros espacios de actividad y vínculo que pueden permitirles encontrar claves de significado y reconciliación interna.

Esta investigación deberá *evitar elaborar tipologías simplificadoras*, porque cuando se homogeneiza a la gente en función de su edad se ignora la enorme diversidad que existe entre las personas mayores. Reconocer la diversidad y la pluralidad permite reflejar el hecho real de que las mujeres mayores han tenido experiencias vitales y profesionales diferentes y enriquecedoras, que ofrecen una notable variedad de modelos para las mujeres de todas las edades; mientras que igualar a las personas por el mero hecho de ser mayores supone no reconocer que las diferentes trayectorias de vida significan diferencias radicales en el envejecer. La adopción de un enfoque menos unificador permite contrarrestar la fuerte tendencia a reforzar los puntos de vista negativos sobre el envejecimiento, que, además, en el caso de las mujeres añade al temor con que se vislumbra el envejecer, el pánico de hacerlo perteneciendo a una parte de la población especialmente castigada por factores como la pobreza económica y la marginación afectiva (Sontag, 1972). La heterogeneidad de las situaciones personales, profesionales y emocionales de la población de las mujeres mayores debería invitar a introducir el estudio acerca de otros silencios relacionados: ¿dónde están las lesbianas viejas, por ejemplo, y las mujeres de otras etnias y culturas?, ¿cuáles son las condiciones de vida y la experiencia de las mujeres pobres?, ¿cuál es el margen de que disponen todas ellas para enve-

jecer con dignidad y respeto, más allá del doble estigma que acarrearán? La investigación debe tener en cuenta la diversidad de coyunturas vitales de las mujeres mayores con sus puntos débiles –comprensiones imprescindibles, los denomino– y también con sus evidentes fortalezas –recursos exclusivos–.

## La vida de las mujeres mayores. Comprensiones imprescindibles

Algunos elementos han caracterizado las vidas de las mujeres mayores y, por lo tanto, han marcado sus vidas como mujeres ancianas. Estas circunstancias vitales tienen un denominador común que se concreta en *la entrega gratuita del tiempo* personal –a través de las tareas de crianza y cuidado– que está en el origen de la débil posición económica con que muchas de ellas se encuentran en su edad mayor. Sin embargo, también es cierto que las privaciones más importantes con que se enfrentan las mujeres al envejecer tienen su origen en los estereotipos sociales acerca de la vejez que las limitan e invisibilizan y en los pensamientos y las ideas que ellas mismas mantienen acerca de la edad mayor, que las inducen a la desmoralización.

Pocas investigaciones se centran en los *múltiples roles* que habitualmente desempeñan las mujeres y sobre los efectos nocivos que producen la acumulación de cometidos diversos y simultáneos a los que se ven sometidas a lo largo de su vida, especialmente en la parte central de ésta, en la que se superpone la crianza de sus hijas e hijos, con el cuidado de sus padres y madres ya mayores, el funcionamiento de un hogar y el desenvolvimiento eficaz en el mundo público. La falta de un apoyo sistemático y eficaz supone un alto nivel de estrés para las mujeres (Amoroso Miranda, Bosch Pareras, Carrasco Bengoa, Fernández Medrano y Moreo Saenz, 2003; Barrett, 2005; Long y Porter, 1984; Matud, 2002).

A las mujeres se las considera las cuidadoras fundamentales de la especie humana; sin embargo, son *cuidadoras sin contrapartida*. Todas las mujeres hacen este tipo de trabajo en algún momento de su vida, lo cual tiene efectos decisivos y permanentes para ellas. Difícilmente se pueden liberar de este destino, dado el peso de la presión social y cultural que les asigna el deber y el imperativo de la crianza y del cuidado. Las mujeres *son el estado de bienestar de las personas de su entorno*. Este papel persiste en nuestra cultura. La función de cuidado, a lo largo de la vida, supone un alto coste de tiempo y de pérdida de oportunidades. Tiempo que no dedican a sí mismas, a su formación personal, profesional e intelectual. El dinero que las mujeres dejan de ganar por ello es una parte crucial del coste de oportunidad de su trabajo no pagado y de las discriminaciones que se refuerzan mutuamente en el mercado de trabajo. A las hijas les “tocan” las madres y los padres mayores –especialmente cuando la hija no tiene cargas maritales–. El cuidado de otras personas acarrea un gran estrés, pérdida en la calidad de vida, empeoramiento de la percepción de la propia salud, cansancio y falta de tiempo para los asuntos personales de toda índole (Agulló y Silveria, 2001; Altschuler, 2001; Killian, Turner, y Cain, 2005; Ziemba y Lynch-Sauer, 2005).

Las investigadoras feministas llevamos años abogando por una conceptualización de la salud de las mujeres *más allá de la capacidad reproductiva* y la consideración de la menopausia como una coyuntura en la que confluyen importantes variables de carácter psicológico, social y cultural que explican y configuran la experiencia de las mujeres (Freixas, 1992). Planteamos la necesidad imperiosa de una investigación que escuche las diferentes voces de las mujeres sobre esta transición. La conjunción de una serie de factores entre los que cabe citar la presión social, los intereses comerciales de los laboratorios y la falta de una investigación médica de calidad, ha propiciado una explicación acerca de la menopausia degradante y estigmatizadora. Los cambios físicos que caracterizan la menopausia han sido medicalizados, psicologizados, psiquiatrizados, de tal manera que las propias mujeres, la clase médica y la sociedad la contemplan como una enfermedad. Se ha usado el término “menopausia” como diagnóstico para cubrir una amplia gama de quejas de las mujeres de mediana edad que tienen su origen en su condición de seres-para-los-otros y en sus condiciones de vida. Otros estereotipos estigmatizadores tienen una audiencia también notable, como la idea de que la menopausia es una crisis emocional o un periodo de inestabilidad. Todo ello lleva a las mujeres a vivir esta etapa de la vida que es normal, natural, esperable y deseable, con aprensión y temor, como algo amenazador (Arnedo, 2003; Northrup, 2001/2002; The Boston Women’s Health Book Collective, 2006). Hacen falta estudios epidemiológicos en los que se incluya a las mujeres saludables que experimentan la menopausia como una transición natural, así como estudios cualitativos que reflejen la experiencia de esta transición en diferentes culturas, con un énfasis en la postmenopausia. Es necesario conocer los efectos de los estereotipos de las y los profesionales de la salud en los cuidados prestados en la menopausia. Todo ello con el objetivo de ofrecer visiones menos catastrofistas a las mujeres que se encuentran en este periodo (Freixas, 2007).

La *dependencia económica* de las mujeres, originada en sus opciones afectivas tempranas y perpetuada a través de la dependencia que de ella tienen las demás personas, es la causa principal de su pobreza en la vejez. Es el precio de esta responsabilidad: una “dependencia inversa” que resulta invisible y muy negativa para las mujeres en la edad mayor. ¿Son ellas las mantenidas o las que mantienen? Es el trabajo gratuito de las mujeres en el hogar el que permite que el resto de la familia se sitúe en el trabajo asalariado. El diseño profesional y económico que históricamente han llevado a cabo acerca de sus vidas –que se fragua en la adolescencia y se consolida con el matrimonio– se convierte en el mayor obstáculo para la calidad de su vejez. Las mujeres entierran su capital de partida en el matrimonio. El matrimonio incrementa el patrimonio de los hombres y empobrece a las mujeres; mejora la calidad de vida de ellos y empeora la salud y la economía global de ellas (Castells, 1998). La clara inferioridad económica de las mujeres con respecto a los hombres suele pasar desapercibida en el grueso de las investigaciones. Esta desventaja económica se fundamenta en su exclusiva orientación hacia la familia en los mejores años de la vida, lo cual las aboca a un empobrecimiento progresivo. Se

concentran en ocupaciones peor pagadas, a tiempo parcial, entran y salen del mercado laboral y consideran su aportación económica a la familia como un complemento, de manera que el sueldo que obtienen de su trabajo remunerado ayuda a evitar la pobreza de la familia, pero no su pobreza individual (Carrasco, 1999; Ovrebo y Minkler, 1993). En definitiva, podemos decir con Adrienne Rich que las jóvenes “no se toman en serio” en los momentos en los que el diseño de su vida futura está en juego (Rich, 1980/1983).

### **La vida de las mujeres mayores. Recursos exclusivos**

Las mujeres que actualmente componen la población mayor, sin embargo, disponen de los recursos específicos que limitan su vulnerabilidad y las convierten en personas productivas y activas, más allá del imaginario esperado.

Las mujeres en la edad mayor crean potentes *redes de amistad, vecindad y comunidad* que suponen espacios de apoyo y solidaridad que dan sentido a su proyecto de vida en un momento en el que se hace necesario reorganizar la escala de valores (Coria, Freixas y Covas, 2005). En el ámbito de las relaciones interpersonales las mujeres son expertas en la creación y mantenimiento de redes de amistad, vecindad y comunidad, entramados que suponen un apoyo inestimable en las situaciones difíciles y frente a las pérdidas que suelen acompañar el transcurso de los años. Estos vínculos facilitan, además, una gran actividad e implicación, tanto en la propia vida personal como en el cuidado de la comunidad creada con otras mujeres. Además, las mayores se benefician de lo que puede definirse como una “socialización inversa”, a través de las relaciones con las generaciones más jóvenes: aprenden de ellas, descubren nuevas perspectivas y tendencias y las adoptan sin temor, incorporando a sus vidas nuevas ideas, gustos y valores (Briones y Tabernero, 2005). En definitiva, se hacen más flexibles, tolerantes y diversas, lo cual enriquece, también, sus vínculos y contactos personales y promueve su disposición a la aceptación de los importantes cambios sociales y familiares con que frecuentemente se encuentran.

*Elogio de la intimidad.* Betty Friedan se preguntaba por qué las mujeres viven más años que los hombres y llegó a la conclusión de que es precisamente esta capacidad para crear y mantener los vínculos, y sobre todo de mantener relaciones de intimidad, lo que diferencia el grado de longevidad de unas y otros. La intimidad permite sentirse parte de una comunidad y proporciona un inestimable sentimiento de pertenencia que resulta un elemento fundamental también en la vejez. No se trata de que las mujeres nazcan con una capacidad innata para la intimidad, sino que la socialización de género que ha favorecido las conductas de cuidado, atención y crianza, se convierte, en la vejez, en una baza positiva para la vivencia de la edad mayor (Chodorow, 1978/1984; Friedan, 1993/1994).

*Elogio de la soledad.* Todo ello no impide que las mujeres reivindicquen la soledad como una necesidad y un placer, valorándola como un logro en la vejez. Se produce, pues, la combinación entre el arte del disfrute de la soledad como tiempo de silencio y reflexión —espacio y tiempo jamás anteriormente disfrutado como propio— y el arte de la “compañía a distancia”, con la familia y las amigas. La soledad permite tomar las riendas del día a día, poner orden. Es una tentación para las personas que han vivido demasiado acompañadas y apenas han dispuesto de tiempo y espacio para sí. Carolyn Heilbrun la describe como una experiencia placentera para aquellas personas que, además de tener “tiempo”, tienen “mundo” (Freixas 2006; Heilbrun, 1997).

Por otra parte, las mujeres mayores son las principales *consumidoras de cultura*: compran y leen libros, van al cine y al teatro, asisten a conferencias y debates, a cursos para mayores, etc. Son la audiencia de una gran cantidad de actividades culturales comunitarias y de ahí extraen una fuente importante de implicación, conversación y comunicación. Este acceso silencioso e imparable de las mujeres mayores a una vida pública y cultural, aunque sea como participantes no actoras, supone una ruptura respecto a su anterior circunscripción al mundo privado y solitario del hogar. A todo ello suelen acudir normalmente solas o en compañía de otras, sin pareja masculina, quienes se muestran poco interesados por tales actividades culturales o, simplemente, ya no existen en la vida de ellas.

La mayor longevidad de las mujeres no se concreta en un mejor estado de salud en la vejez, al contrario, su salud percibida es claramente peor que la de los hombres de la misma edad. Sin embargo, su *actitud activa frente a la salud* es un elemento fundamental cuando son mayores. A pesar de que han vivido una historia de alienación con su cuerpo que normalmente las ha perjudicado en términos de salud, y a pesar también de la poca atención real que les muestra la clase médica, las mujeres mayores tratan de mantenerse activas y saludables. Hacen ejercicio físico, cuidan su alimentación, se intercambian informaciones, se transmiten advertencias contra los engaños de las industrias cosméticas y farmacéuticas, crean redes de médicas y médicos que las escuchan y atienden (Cruikshank, 2003; Tannenbaum, Nasmith y Mayo, 2003).

La experiencia de opresión y estigmatización que sufren algunos colectivos les permite desarrollar determinadas fortalezas y capacidades para enfrentarse con éxito a los retos del día a día. Las mujeres a lo largo de los años han desarrollado numerosas estrategias de supervivencia que tienen su origen en su condición de personas privadas de poder personal, social, político y económico y que yo denomino *estrategias de las oprimidas*. Tal precariedad les ha obligado a aguzar sus dotes naturales, definidas con frecuencia como “intuición” o “sexto sentido” y que casi siempre suelen referirse a las relaciones interpersonales, pero también suponen un cuestionamiento de un orden social que las margina y en muchos casos les permite mejorar su posición personal y social (Sáez-Buenaventura, 1988). Estrategias que Dolores Juliano denomina “cuestionamientos invisibles”, porque basan su eficacia precisamente en esta condición de invisibilidad y a través de las cuales las mujeres acatan formalmente unas normas sociales que posteriormente quebrantan para la consecución de

objetivos que desde la ética del cuidado ellas consideran justos y necesarios (Gilligan, 1982/1991; Juliano, 1992, 1998).

Uno de los mandatos que marca la vida de las mujeres es el de mostrar la identidad femenina por encima de todo, concretada en tres imperativos: belleza, sumisión y heterosexualidad. Tal definición de la feminidad, como atributo únicamente posible en la juventud, niega a las mayores el derecho a ser definidas como “mujeres” más allá de la menopausia. Una de las grandes libertades conquistadas por ellas, a partir justamente de la mediana edad, es la de *no tener que hacerse pasar por mujercitas* y poder, finalmente, deconstruir el modelo social de la feminidad y mostrarse como seres individuales y libres. El humor con que ellas miran su vida, su cuerpo y sus relaciones en la edad mayor es un elemento que escapa a la investigación gerontológica tradicional. Según Carolyn Heilbrun, *las mujeres mayores se rien* en el reconocimiento de dos elementos que son la base de su felicidad actual: la independencia (la libertad conquistada a partir de la superación de los estrechos límites de la feminidad marcados por el patriarcado) y los lazos femeninos (la seguridad derivada de la vinculación con otras mujeres, justamente desde esta libertad). El humor cambia a lo largo del ciclo vital y supone una muestra de sabiduría: han aprendido a responder con humor a la desigualdad y la injusticia a través de la compasión, más que de la ira (Heilbrun, 1988/1994; Ray, 2004).

## Retos para una investigación gerontológica feminista

Para poder dar cuenta de la complejidad del proceso de envejecimiento la investigación y la teoría psicogerontológica y evolutiva tienen planteados numerosos retos, en gran medida porque muchos de los factores que hasta el momento han caracterizado la vida de la población mayor van a verse modificados sustancialmente en las próximas generaciones, que van a disfrutar de una larga esperanza de vida y lo harán en mejores estándares de salud que las anteriores. Las mujeres poseerán experiencias laborales, económicas, familiares, de poder y de estatus diferentes a las de sus predecesoras y, por lo tanto, tendrán mayores recursos económicos, sociales e intelectuales. Todo lo cual probablemente habrá llevado a una redefinición de los papeles tradicionales relativos a la familia, la pareja, el trabajo remunerado, el dinero, el poder, etc.

**La edad cuenta**, marca una diferencia que es en sí misma una construcción cultural. La edad es un principio de organización social en el que los diferentes grupos adquieren poder e identidad, a través de relaciones que se entrecruzan. La edad supone una jerarquía que define a las personas y, en la vejez, confiere una pérdida de poder, de autoridad y de estatus a todas las personas designadas como “viejas”. En la sociedad actual las personas percibidas como viejas son marginadas, viven sujetas a diversas violencias y a explotación, sufren desigualdades que son vistas como naturales e indiscutibles (Calasanti, Slevin, y King, 2006).

La edad es un elemento clave en la experiencia de la vejez, no sólo como contador de años, sino como vivencia subjetiva del tiempo. La gerontología crítica feminista plantea la necesidad de una distinción entre envejecimiento y vejez, entendidos como dos procesos con significados y consecuencias diferentes, tanto en términos de experiencia y vivencia subjetiva como en cuanto al significado del cuerpo en dicho proceso. No es lo mismo la mediana edad –etapa en la que lo que cuentan son los procesos y experiencias del envejecer en un cuerpo cambiante, con el que aún es posible identificarse– que la vejez, en la que lo que prima es la vivencia, la experiencia y el significado real de un cuerpo viejo cuya imagen nos refiere a la dependencia y la muerte. No significa lo mismo tener 60 años que tener 90 años; tampoco son iguales las circunstancias vitales de las personas en cada una de esas edades, que varían en función de los diversos arreglos de vida que se han ido haciendo en las etapas jóvenes. La cuarta edad supone un cambio cualitativo, no solo cronológico (Twigg, 2004). Ahora el cuerpo es clave, pero ya no en cuanto al discurso de la belleza, sino en el de la supervivencia, de la eficiencia necesaria cotidianamente. El cuerpo adquiere una importancia radical en la medida en que confronta a las personas con la fragilidad y la dependencia. Supone un reto para la gerontología social, que debe elaborar explicaciones más allá del discurso biomédico predominante y tener en cuenta los complejos significados de la persona y de las situaciones posibles. Se hace necesario explorar cómo se negocian las identidades en la vejez, estructuradas por las relaciones de edad y género, cómo se negocia el yo más profundo, y conocer el significado de los cambios estructurales que aporta el paso del tiempo (Covan, 2005). Uno de los principales objetivos de la edad mayor es *la búsqueda de significado* para el tiempo que queda por vivir. El primer requisito para vivir una vida con sentido es la experiencia del sentimiento de dignidad como ser humano, pero ¿cómo se envejece con dignidad en una sociedad en la que las personas son valoradas en función de su valor instrumental y físico? ¿Cómo construyen las mujeres mayores el significado de su vida, cómo le otorgan valor, más allá del mandato cultural de la belleza?

***El cuerpo de las mujeres en el centro del envejecer.*** Hablar de envejecer en nuestra cultura es hablar de cuerpo; hablar del envejecer femenino es hablar de belleza. Envejecer es adentrarse en un proceso progresivo de invisibilidad que resulta especialmente evidente para las mayores; dándose la paradoja de que si bien el cuerpo de las mujeres mayores es invisible (ya no se las ve), resulta, sin embargo, hipervisible (su cuerpo viejo es “todo” lo que se ve) (Woodward, 1999). El rechazo social por el cuerpo mayor adquiere caracteres sorprendentes cuando se trata del cuerpo de las mujeres cuyo valor de mercado reside en un modelo de belleza –juventud y delgadez– inalcanzable en la edad mayor, por lo que resulta casi imposible sustraerse del juicio de que los cuerpos de las mujeres viejas no son atractivos (Cruikshank, 2003). El envejecimiento, desde esta perspectiva, mina una de las tradicionales fuentes de poder femenino: la belleza. El doble estándar del envejecimiento aparece en todo su esplendor en este aspecto (Sontag, 1972).

La gerontología feminista se plantea conocer la experiencia subjetiva del envejecer y el significado del cuerpo en este proceso, los problemas y las paradojas de la resistencia cultural (Twigg, 2004). Nuestra cultura nos enseña a sentirnos mal acerca del envejecer y a empezar a sentirlo pronto, escrutando en nuestros cuerpos ansiosamente los signos de decadencia y declive. Las estrategias de enmascaramiento y ocultamiento de la edad refuerzan el edadismo social al informar de que hay algo en el cuerpo y en la vida de las mayores que debe ser ocultado, confirmando que envejecer es algo vergonzante (Calasanti, 2004). En la cultura obsesionada por la juventud, los signos físicos del envejecer son señal de fracaso personal.

La respuesta feminista ha tratado de hacer frente a la devaluación social de ser vieja evitando negar la edad como tal, pero no resulta fácil resistir con éxito a la cosificación y las opresivas normas de la feminidad: el camino de envejecer “naturalmente” es altamente problemático (Twigg, 2004). Margaret Gullette plantea la necesidad de oponerse a las narraciones negativas del envejecimiento, resistiéndolas, lo cual implica elaborar diferentes lecturas, diferentes discursos, sobre el cuerpo, la edad, la belleza, pero ¿es realmente posible construir diferentes elaboraciones sobre el cuerpo viejo? (Gullette, 1997, 2004). En términos de la apariencia, ¿cuándo nos encontramos ante una resistencia y cuándo ante una capitulación? Por lo demás, aunque no sepamos cómo, necesitamos llevar a cabo una discusión profunda acerca de los cuerpos viejos. En los últimos años las narrativas de la decadencia han impedido cualquier otra forma de significado e interpretación del cuerpo, de tal manera que resulta imposible hacer otras lecturas más humanistas o plurales (Laz, 2003; Twigg, 2004). Es necesario redefinir los estándares de belleza y combatir los estrechos límites de lo que se considera atractivo; pasar de una cultura “anti-edad” a una cultura “proedad”. La industria anti-edad, con la proliferación de cremas, suplementos vitamínicos, programas de ejercicio, tintes, etc., para enmascarar los signos del tiempo, no es una muestra de resistencia cultural.

**Envejecimiento confortable.** Algunos mandatos de la cultura gerontológica que han tenido mucho éxito en los últimos tiempos, como el “envejecimiento activo” o el “envejecimiento satisfactorio”, pienso que requieren algunas matizaciones puesto que en ellos subyace la presunción de que para “no envejecer” hay que mantenerse activa –hacer cosas: viajar, ir a la universidad, hacer ejercicio– y conservar una apariencia física al menos como de una persona de mediana edad. Propuestas en las que se prima el valor del “hacer” sobre el de “ser”. El envejecimiento satisfactorio gira en torno a la idea de que el objetivo del buen envejecer es precisamente no envejecer, no ser “vieja” o, al menos, no parecerlo. Mantenerse activa es no ser vieja; las personas poco activas o sedentarias son consideradas viejas y, por lo tanto, menos valoradas. Se envejece cuando no se pueden mantener tales estándares de actividad. Desde esta perspectiva las personas mayores deben someterse a la “disciplina de la actividad” sin respetar el deseo de poder no hacer nada (Calasanti y Slevin, 2006; Friedan, 1993/1994; Holstein, 2006). Además, la filosofía del envejecimiento satisfactorio para las mujeres incluye la adherencia a muchos de los

ideales de la feminidad: estar saludable, delgada, ser discretamente sexy e independiente (Ruddick, 2000); es decir, mantener el estilo activo del grupo de “personas selectas” que tratan de no ser vistas como “viejas”. Estos planteamientos incluyen la negación de la edad, la asunción del mito de la belleza y el alejamiento de sí. Todo ello no cuestiona la evaluación negativa de la vejez, solo la retrasa, porque desde tales perspectivas la vejez no empieza a los 65 años sino a los 85. Frente a estas propuestas estresantes, la idea de un envejecimiento confortable hace hincapié en las ventajas que para envejecer ofrece la aceptación de la edad como un don que permite disfrutar del largo tiempo por delante y la incorporación de estilos de vida en los que se combina la participación y la vida interior.

### **A modo de conclusión**

La gerontología crítica feminista se plantea transformar los significados que han prevalecido en la investigación y la teoría gerontológica, introduciendo interrogantes que permitan la comprensión de la complejidad del proceso. Uno de sus objetivos es buscar y mostrar imágenes afirmativas acerca de las mujeres mayores, sin negar la realidad de las pérdidas y los cambios que el envejecer conlleva. Es importante elaborar conceptualizaciones que se opongan a la noción de que la vejez es sólo declive, pero algunas posiciones de negación rotunda de ésta dificultan la comprensión y el análisis de la complejidad de la edad mayor, ¿cómo haremos para reconocer la pérdida como una realidad inherente al proceso de hacerse mayor, confirmando las posibilidades de crecimiento y prosperidad en la vejez, a pesar de ella? Martha Holstein afirma que negar la fragilidad física y la discapacidad en la edad mayor y elogiar sólo las fortalezas no parece el mejor camino para aprender a vivir plenamente y con orgullo, a pesar de tales limitaciones (Holstein, 2006). Las imágenes sociales de que disponemos sobre las mujeres viejas no muestran la diversidad de experiencias, gustos y opciones que han desarrollado en su vida: no encontramos la voz de las discapacitadas, de las mujeres que no dan la talla, de las mentes diversas. Se pretende mostrar modelos de envejecimiento de las mujeres que no incluyan la piedad, la conmisericordia, el ridículo, conocer sus experiencias cotidianas y la complejidad de sus vidas.

La exclusión de las mujeres viejas de la investigación académica, de los medios de comunicación y de los espacios culturales de visibilidad y poder, muestra la gerontofobia de nuestra cultura. Una meta de la gerontología crítica sería la elaboración de alternativas feministas a la invalidación patriarcal de las mujeres mayores, otorgándoles reconocimiento, autoridad y poder, dándoles espacio y palabra, promoviendo una investigación ajustada a la realidad de las vidas de las mujeres que permita construir rituales habilitadores y positivos de representación de la vejez. Es necesario, también, tener en cuenta la desigualdad económica entre los sexos. No se puede mirar la vejez de las mujeres sin tener en cuenta sus delirantes historias laborales y profesionales en las que el trabajo intermitente, el empleo a tiempo parcial, el trabajo clandestino sin

cotización a la seguridad social y otras formas de relación contractual en el mercado laboral han sido la norma. La imposibilidad de acceder a los recursos con que se encuentran las mujeres a lo largo del ciclo vital, y en especial en la edad mayor, permite comprender el fenómeno de su pobreza. Habrá que reconocer, pues, los efectos de la dependencia económica previa y de la discriminación del mercado laboral y el valor de trabajo afectivo y de sostenibilidad de la vida llevado a cabo por las mujeres y el coste de oportunidad que conlleva en la vejez.

Uno de los grandes temas pendientes en cuanto a la comprensión de la vida de las mujeres mayores pasa por el estudio de su sexualidad a la luz de la des/educación afectivosexual, religiosa y cultural que han sufrido, promoviendo la desaparición de las limitaciones que existen sobre su deseo, reconociendo los cambios que se producen con la edad y analizando en los estudios acerca de la sexualidad de las mujeres el papel del amor, el cariño y la ternura, haciendo espacio social y cultural a la validación de nuevas formas de intimidad sexual para las mujeres en la edad mayor.

La compleja y sutil vida de las mujeres mayores aparece como un amplio campo, abierto al pensamiento y la investigación crítica y reflexiva, en la que su voz y su experiencia se vislumbran como las herramientas necesarias. El objetivo de los estudios de las mujeres sobre la edad debería ser promover la libertad de las mayores para elegir los estilos de vida y las maneras de envejecer que deseen. Todas las transiciones hacia niveles superiores de pensamiento y de funcionamiento son difíciles y amenazantes, especialmente cuando ponen en cuestión antiguos modelos, pero, como señala Michelle Fine, no hay otra tarea que las investigadoras feministas podamos llevar a cabo: debemos provocar una curiosidad profunda, e incluso una intolerancia, hacia lo que se describe como inevitable, inmutable y natural. Afirmación que resulta de máxima vigencia cuando nos referimos a la investigación gerontológica feminista (Fine, 1992).

## REFERENCIAS

- Agulló, Tomás & Silveria, María (2001). *Mujeres, cuidados y bienestar social: el apoyo informal a la infancia y a la vejez*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Akman, Donne E.; Toner, Brenda B.; Stuckless, Noreen; Ali, Alisha; Emmott, Shelgah D. & Downie, Fiona P. (2001). Feminist issues in research methodology: The development of a cognitive scale. *Feminism & Psychology*, 11(2), 209-227.
- Altschuler, Joanne (2001). Meaning and centrality of caring activities among older women. *Journal of Women & Aging*, 13(3), 79-100.
- Álvarez Castillo, José Luis (2005). Las metas en la reducción del prejuicio automático: experimentando la discrepancia. *Psicothema*, 17, 71-75.
- Amoroso Miranda, M<sup>a</sup> Inés; Bosch Pareras, Anna; Carrasco Bengoa, Cristina; Fernández Medrano, Hortensia & Moreo Saenz, Neus (2003). *Malabristas de la vida. Mujeres, tiempos y trabajos*. Barcelona: Icaria.
- Arnedo, Elena (2003). *La picadura del tábano. La mujer frente a los cambios de la edad*. Madrid: Aguilar.
- Barrett, Anne E. (2005). Gendered experiences midlife: Implications for age identity. *Journal of Aging Studies*, 19(2), 163-183.
- Beauvoir, Simone de (1970/1983). *La vejez*. Barcelona: Edhasa.
- Briones, Elena & Taberner, Carmen (2005). Formación cooperativa en grupos heterogéneos. *Psicothema*, 17, 396-403.

- Butler, Robert (1969). Ageism: Another form of bigotry. *The Gerontologist*, 9, 243-246.
- Calasanti, Toni (2004). New directions in feminist gerontology: An introduction. *Journal of Aging Studies*, 18, 1-8.
- Calasanti, Toni M. & Slevin, Kathleen F. (2001). *Gender, social inequalities, and aging*. Walnut Creek, CA: Altamira Press.
- Calasanti, Toni & Slevin, Kathleen F. (Eds.) (2006). *Age matters. Realigning feminist thinking*. New York: Routledge.
- Calasanti, Toni; Slevin, Kathleen F. & King, Neal (2006). Ageism and feminism: From "Et Cetera" to center. *NWSA Journal*, 18(1), 13-30.
- Carrasco, Cristina (Ed.) (1999). *Mujeres y economía. Nuevas perspectivas para viejos y nuevos problemas*. Barcelona: Icaria.
- Castells, Manuel (1998). *La era de la información. Economía, sociedad y cultura*. Vol. 2 *El poder de la identidad*. Madrid: Alianza.
- Cole, Thomas R.; Achenbaum, W. Andrew; Jakobi, Patricia L. & Kastenbaum, Robert (Eds.) (1993). *Voices and visions of aging. Toward a critical gerontology*. New York: Springer.
- Coria, Clara, Freixas, Anna & Covas, Susana (2005). *Los cambios en la vida de las mujeres. Temores, mitos y estrategias*. Barcelona: Paidós.
- Covan, Eleanor Krassen (2005). Meaning of aging in women's lives. *Journal of Women & Aging*, 17(3), 3-22.
- Covey, H. (1988). Historical terminology used to represent older people. *The Gerontologist*, 28, 291-297.
- Crawford, Mary & Kimmel, Ellen (1999). Promoting methodological diversity in feminist research. *Psychology of Women Quarterly*, 23(1), 1-6.
- Cruikshank, Margaret (2003). *Learning to be old. Gender, culture, and aging*. Lanham: Rowman & Littlefield.
- Chodorow, Nancy (1978/1984). *El ejercicio de la maternidad. Psicoanálisis y sociología de la maternidad y paternidad en la crianza de los hijos*. Barcelona: Gedisa.
- Fine, M. (1992). *Disruptive voices: The possibilities of feminist research*. Ann Arbor, MI: University of Michigan Press.
- Freixas, Anna (1992). La menopausia en el contexto de la mediana edad. *Revista de Gerontología*, 4(2), 244-249.
- Freixas, Anna (1997). Envejecimiento y género: otras perspectivas necesarias. *Anuario de Psicología*, 75(2), 31-42.
- Freixas, Anna (2004). Envejecimiento y perspectiva de género. En Ester Barberá & Isabel Martínez Benlloch (Eds.), *Psicología y género* (pp. 325-352). Madrid: Pearson.
- Freixas, Anna (2006). *Demà més. Dones, vides i temps*. Barcelona: Institut Català de les Dones.
- Freixas, Anna (2007). *Nuestra menopausia. Una versión no oficial*. Barcelona: Paidós.
- Friedan, Betty (1993/1994). *La fuente de la edad*. Barcelona: Planeta.
- Gannon, Linda (1999). *Women and aging. Transcending the myths*. London: Routledge.
- Gergen, Ken J. (1978). Toward generative theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 1344-1360.
- Gilligan, Carol (1982/1991). *La moral y la teoría. Psicología del desarrollo femenino*. México: FCE.
- Gullette, Margaret Morganroth (1997). *Declining to decline: Cultural combat and the politics of the midlife*. Charlottesville, VA: University of Virginia.
- Gullette, Margaret Morganroth (2000). Age studies as cultural studies. En Thomas R. Cole, Robert Kastenbaum & Ruth E. Ray (Eds.), *Handbook of the humanities and aging* (pp. 214-234). New York: Springer.
- Gullette, Margaret Morganroth (2004). *Aged by culture*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Harding, Sandra (Ed.) (1987). *Feminism and methodology: Social science issues*. Bloomington: Indiana University Press.
- Heilbrun, Carolyn G. (1988/1994). *Escribir la vida de una mujer*. Madrid: Megazul.
- Heilbrun, Carolyn G. (1997). *The last gift of time. Life beyond sixty*. New York: Ballantine Books.
- Holstein, Martha B. (2006). On being an aging woman. En Toni Calasanti (Ed.), *Age matters. Realigning feminist thinking* (pp. 313-334). New York: Routledge.
- Juliano, Dolores (1992). *El juego de las astucias. Mujer y construcción de modelos sociales alternativos*. Madrid: horas y HORAS.
- Juliano, Dolores (1998). *Las que saben... Subculturas de mujeres*. Madrid: horas y HORAS.
- Killian, Timothy; Turner, Jean & Cain, Rebekah (2005). Depressive symptoms of caregiving women in midlife: The role of physical health. *Journal of Women & Aging*, 17(1/2), 115-127.
- Laws, Glenda (1995). Understanding ageism: Lessons from feminism and postmodernism. *The Gerontologist*, 35(1), 112-119.
- Laz, Cheryl (2003). Age embodied. *Journal of Aging Studies*, 17(4), 503-519.
- Long, Judy & Porter, Karen L. (1984). Multiple roles of midlife women: A case for new directions in theory, research and policy. En Grace Baruch & Jeanne Brooks-Gunn (Eds.), *Women in midlife* (pp. 109-159). New York: Plenum.
- Lledó Cunill, Eulàlia (2005). *De llengua, diferència i context*. Barcelona: Institut Català de les Dones.
- Macdonald, Barbara & Rich, Cynthia (1983). *Look me in the eye. Old women aging and ageism*. San Francisco: Spinsters.

- Matud, M<sup>a</sup> Pilar; Hernández, Juan Andrés & Marrero, Rosario J. (2002). Work role and health in a sample of spanish women. *Feminism & Psychology*, 12(3), 363-378.
- Northrup, Christiane (2001/2002). *La sabiduría de la menopausia*. Barcelona: Urano.
- Ovrebø, Beverly & Minkler, Meredith (1993). The lives of older women: Perspectives from critical political economy and the humanities. En Thomas R. Cole, W. Andrew Achenbaum, Patricia L. Jakobi & Robert Kastenbaum (Eds.), *Voices and visions of aging* (pp. 289-308). New York: Springer.
- Ray, Ruth E. (1999). Researching to transgress: The need for critical feminism in gerontology. *Journal of Women & Aging*, 11(2/3), 171-184.
- Ray, Ruth E. (2004). Toward the croning of feminist gerontology. *Journal of Aging Studies*, 18(1), 109-121.
- Rich, Adrienne (1980/1983). *Sobre mentiras, secretos y silencios*. Barcelona: Icaria.
- Rich, Adrienne (2005). *Artes de lo posible. Ensayos y conversaciones*. Madrid: horas y HORAS.
- Ruddick, Sara (2000). Virtues and age. En Margaret Urban Walker (Ed.), *Mother time. Women, aging and ethics* (pp. 45-60). Lanham: Rowman & Littlefield.
- Sáez-Buenaventura, Carmen (1988). *Sobre mujer y salud mental*. Barcelona: laSal.
- Sontag, Susan. (1972, 23 septiembre). The double standard of aging. *Saturday Review*, pp. 29-38.
- Tannenbaum, Cara B.; Nasmith, Louise & Mayo, Nancy (2003). Understanding older women's health care concerns: A qualitative study. *Journal of Women & Aging*, 15(4), 103-116.
- The Boston Women's Health Book Collective (2006). *Our bodies, ourselves: Menopause*. New York: Simon & Schuster.
- Twigg, Julia (2004). The body, gender, and age: Feminist insights in social gerontology. *Journal of Aging Studies*, 18(1), 59-73.
- Woodward, Kathleen (Ed.) (1999). *Figuring age. Women, bodies, generations*. Bloomington: Indiana University Press.
- Worell, Judith (1996). Opening doors to feminist research. *Psychology of Women Quarterly*, 20(4), 469-485.
- Worell, Judith & Etaugh, Claire (1994). Transforming theory and research with women: Themes and variations. *Psychology of Women Quarterly*, 18, 433-440.
- Ziemba, Rosemary A. & Lynch-Sauer, Judith M. (2005). Preparedness for taking care of elderly parents: "First, you get ready to cry". *Journal of Women & Aging*, 17(1/2), 99-113.