

Cuba: Las cargas de las cuidadoras

Por Sara Más

saramas_2000@yahoo.com

La Habana, agosto (SEMIac).- Muchas transitan “la edad mediana” de la vida y hasta otras más avanzadas. Son mujeres que han trabajado mucho o lo siguen haciendo, dentro y fuera de casa, a veces completamente solas; otras, acompañadas.

No aparecen en estadísticas ni estudios cuantitativos y su función de cuidar a otras personas suele transcurrir en el anonimato. Pareciera que no tienen rostro, pero están en todas partes y son vitales por lo que hacen.

Las cuidadoras viven en el centro de la dinámica familiar y social, tienen hijos y hasta nietos, muchas se han casado más de una vez y suelen asumir el cuidado familiar como un mandato en sus vidas.

Cada vez son más las cubanas que encajan en ese perfil e integran el ejército de cuidadoras en un país que envejece, inexorablemente.

Melba Hernández es una de ellas. Graduada de veterinaria hace 25 años, ha tenido que hacer malabares para atender a su madre y a su abuela, sin abandonar su trabajo.

“Primero enfermó mi abuela, que falleció el año pasado por un cáncer de colon muy agresivo. Al mismo tiempo tuve que ocuparme de mi madre, quien padece una diabetes muy fuerte”, explica Hernández a SEMIac.

Ese panorama inesperado le hizo cambiar su ritmo de vida completamente. Gracias a la ayuda económica de su hermana, que vive en España hace varios años, Hernández pudo contratar una enfermera que la ayudara durante el día, para que ella no tuviera que dejar de trabajar.

“De otro modo, hubiera tenido que dejarlo todo y quedarme con ellas en casa. Pero entonces, ¿cómo iba a sostenerlas?”, explica esta mujer de 47 años.

Con 11 millones 210.064 de habitantes, el 18,69 por ciento de la población cubana tenía 60 años o más al cierre de 2013, lo que suma dos millones 95.784 personas, según datos del último Anuario Estadístico publicado por la Oficina Nacional de Estadísticas de Información (ONEI).

Quienes pueblan esta isla tienen, además, una alta esperanza de vida al nacer, que prácticamente alcanza los 78 años de edad en general, según el Anuario Demográfico de la ONEI de 2012. Para los hombres es de 76 años y para las mujeres, de 80.

Ante ese panorama, especialistas alertan acerca del crecimiento de la demanda de cuidados, que recae fundamentalmente en las mujeres y conlleva efectos de diverso tipo en los países que envejecen, sostenidamente.

Según investigaciones realizadas en Europa y Norteamérica entre pacientes con algún tipo de demencia, trastornos psiquiátricos, cáncer, sida y adultos mayores, el sistema informal es la fuente principal de cuidados hasta en el 85 por ciento de los casos.

Esas indagaciones indican que el 83,6 por ciento de los cuidados informales corren a cargo de mujeres, el 44,25 por ciento “amas de casa” y el 59 por ciento entre 45 y 65 años de edad.

Aunque no hay estadísticas disponibles sobre quiénes asumen las labores de cuidado familiar y de personas adultas en Cuba, la práctica y exploraciones aisladas confirman que esta labor la desempeñan, preferentemente, las mujeres.

“En la mayoría de los casos el cuidado lo asumen las esposas, las hijas, las nueras o las hermanas”, en opinión de la psicóloga Haydeé Otero Martínez, especialista de la facultad de Ciencias Médicas del Hospital Calixto García, en La Habana.

“A pesar de que seleccionamos los casos atendiendo a la persona dependiente, encontramos que ligada a ella y a su cuidado siempre estuvo una mujer”, indica Otero Martínez en su artículo “La mujer, el estrés y el cuidado de un familiar dependiente”, publicado en 2004 por la revista *Sexología y Sociedad*.

Luego de estudiar a 15 cuidadoras, incluidas tres mujeres a cargo de familiares con retraso mental profundo, cinco encargadas de personas ancianas y siete pendientes de personas enfermas, Otero Martínez concluye que, pese a la sobrecarga que viven, ellas no son conscientes de que excluyen a otros familiares de esas responsabilidades.

Detrás de esos comportamientos funcionan los roles que mujeres y hombres asumen, como herencia de la cultura patriarcal: ellos como proveedores por excelencia y ellas como cuidadoras, ya que socialmente se les encasilla como “mejor preparadas” para ello.

Como resultado, muchas se desdoblán en múltiples funciones y se desplazan de un espacio a otro, para encargarse de la alimentación, higiene, medicación, cuidado y atención de la salud ajena, generalmente en detrimento de la propia.

Especialistas advierten también que cada vez más hombres se incorporan como ayudantes principales o secundarios, en auxilio de sus parejas, aunque ellas siguen siendo mayoría en ese grupo.

A juicio de la psiquiatra Ada Alfonso, se trata de un problema social y de salud que necesita atención.

La fatiga psíquica y el desánimo llevan a que muchas renuncien a sus proyectos y motivaciones, descuiden su apariencia física, autocuidado y salud, pierdan autoestima, se anulen a sí mismas e, incluso, experimenten incapacidad para sentirse relajadas y aptas para la felicidad.

Al inventario de pesares se añade la disminución considerable de actividades placenteras,

incluidas las relativas a la sexualidad, otra esfera desatendida por las propias mujeres y sus parejas.

“Esa sobrecarga de las mujeres tiene también un impacto en su manera de vivir, de enfermar, de vivir su sexualidad y las relaciones de pareja”, alertó la especialista durante un taller convocado por la Red de Género y Salud Colectiva de la Sección de Medicina Social de la Sociedad Cubana de Salud Pública, a fines de 2013.

En términos de salud, un ingreso en el hogar y el propio trabajo de cuidado introducen tensiones en la vida familiar y de las mujeres, al igual que ocurre con el cuidado de personas ancianas, precisó la experta.

“Otro asunto para reflexionar es la salida del mundo laboral que muchas de ellas se ven obligadas a hacer para cuidar a sus padres ancianos y otros familiares, cuando pudieran estar francamente productivas”, agregó Alfonso.