

# Ser muller e ser maior

Cando a idade e o xénero  
suman desigualdades

Sabela C. Mallo

[Sabelacarme.mallo@usc.es](mailto:Sabelacarme.mallo@usc.es)

Universidade de Santiago de Compostela



# De que imos falar?

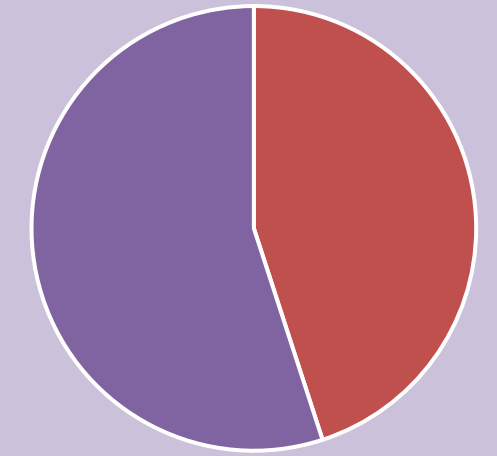
1. Envellecer sendo muller
2. Cando se xunta a idade e o xénero
3. Impacto
4. Que podemos facer?
5. Conclusións



# 1. Envellecer sendo muller

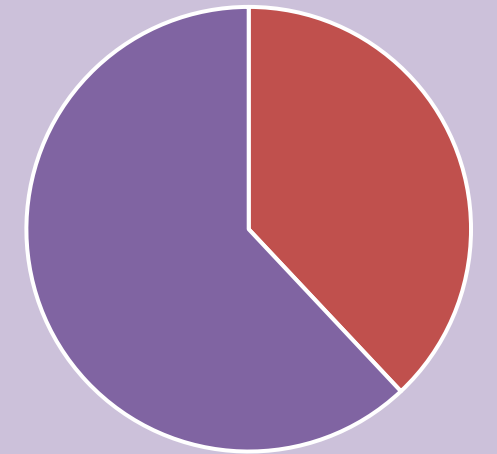
- Hai máis mulleres maiores que homes (datos incluso máis elevados en Galicia) pero viven peor:
  - Menor **nivel educativo** en comparación cos homes.
  - Maiores taxas de **depresión, discapacidade e enfermidades crónicas**.
  - **Menos cotizacións e pensións:** vidas que xiran **arredor dos outros/as**.
  - **Viven soas**.
  - Maior **dependencia de axudas sociais:** usuarias do 70% dos servizos de atención domiciliaria e centros de día.

+65, 55% mulleres



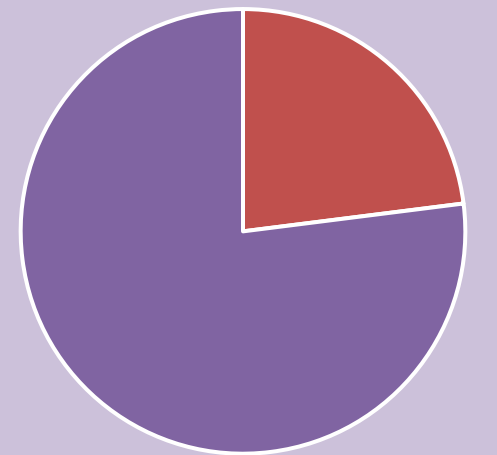
■ homes ■ mulleres

+80, 62% mulleres



■ homes ■ mulleres

+100, 77% mulleres



■ homes ■ mulleres

## 2. Cando se xunta a idade e o xénero

- O valor social da muller ligado á **beleza, xuventude e capacidade para ser nais e esposas**.
  - As canas, enrrugas e a experiencia poden ser percibidos como atractivos para os homes, pero non nas mulleres.
- A **invisibilidade** das mulleres aumenta coa idade:
  - Menos incluídas en **investigación**: falta de datos desglosados por sexo/xénero e idade.
  - Moi poucas **campañas e proxectos** centrados neste colectivo (Ex. sexualidade, violencia de xénero...).



# 2. Cando se xunta a idade e o xénero

## Como se discrimina ás mulleres maiores?

- **Emprego:**
  - Menores pensións
  - Límites de idade á hora de contratar.
  - Retiro forzado.
  - Salarios máis baixos.
  - Negación de ascensos.
  - Menos oportunidades de formación.
- **Servicios de saúde:**
  - Restarlle atención as súas queixas.
  - Peor atención médica.
- **Vida pública:**
  - Dificultades para acceder a postos de liderazgo.
  - Falta de programas e campañas.

Estas discriminacións amplifícanse no caso de:

- **Mulleres maiores viúvas/solteiras:**
  - Illamento, soidade.
  - Dificultades económicas (pensións baixas).
  - Estigma (cada vez menos frecuente).
- **Mulleres maiores con discapacidade:** maior risco de privación de liberdade, obrigarlles a vivir en institucións, negarlles apoios, etc.
- **Outras interseccionalidades:** migrantes, con baixos recursos económicos, do colectivo LGTB....

# 2. Cando se xunta a idade e o xénero

- **Infrarepresentación** en cine, literatura, publicidade...Papeis secundarios, personaxes planos. Roles permitidos:
  - **Vella rosmona:**
    - Arisca, sen rede social e con algún trastorno mental ou demencia.
    - Vive soa ou con familia, e normalmente é unha carga para esta.
    - Representada de forma patética ou cómica.
    - Inclúe o estereotipo de “tola dos gatos”.
  - **Vella bruxa:**
    - Antagonista clásica.
    - Obstáculo para mulleres máis novas.
    - Malvada, busca poder, riqueza ou xuventude.
    - Pouco atractiva, trazos moi marcados e vestimenta escura.
  - **Avoa entrañable:**
    - Coidadora.
    - Sen sexualidade.
    - Pasiva.
    - Falta de intereses e personalidade.



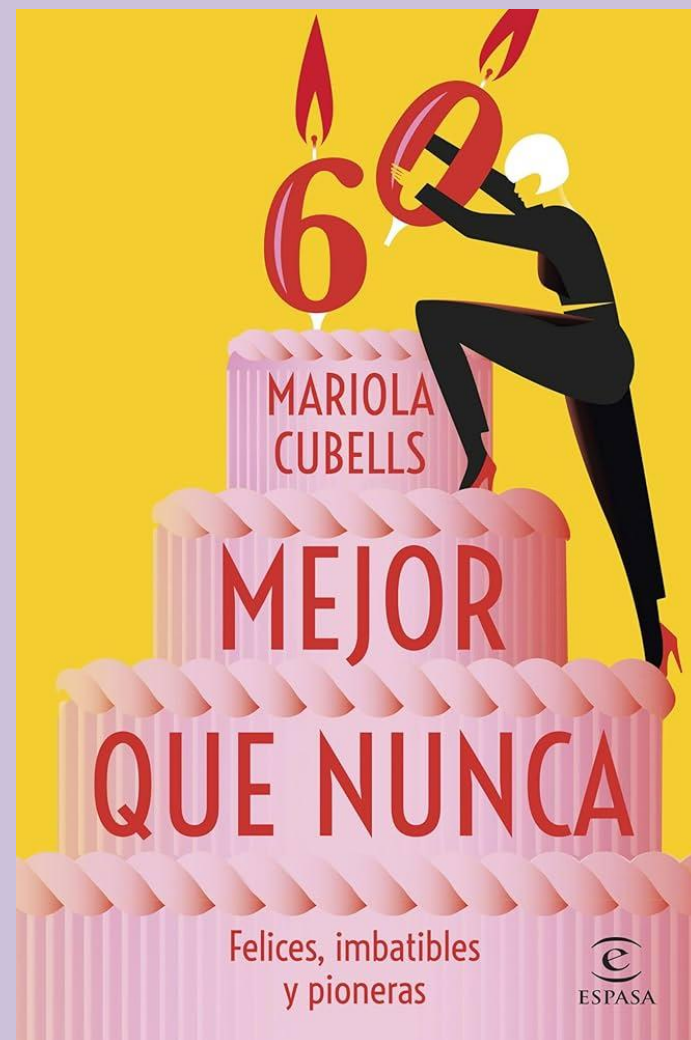
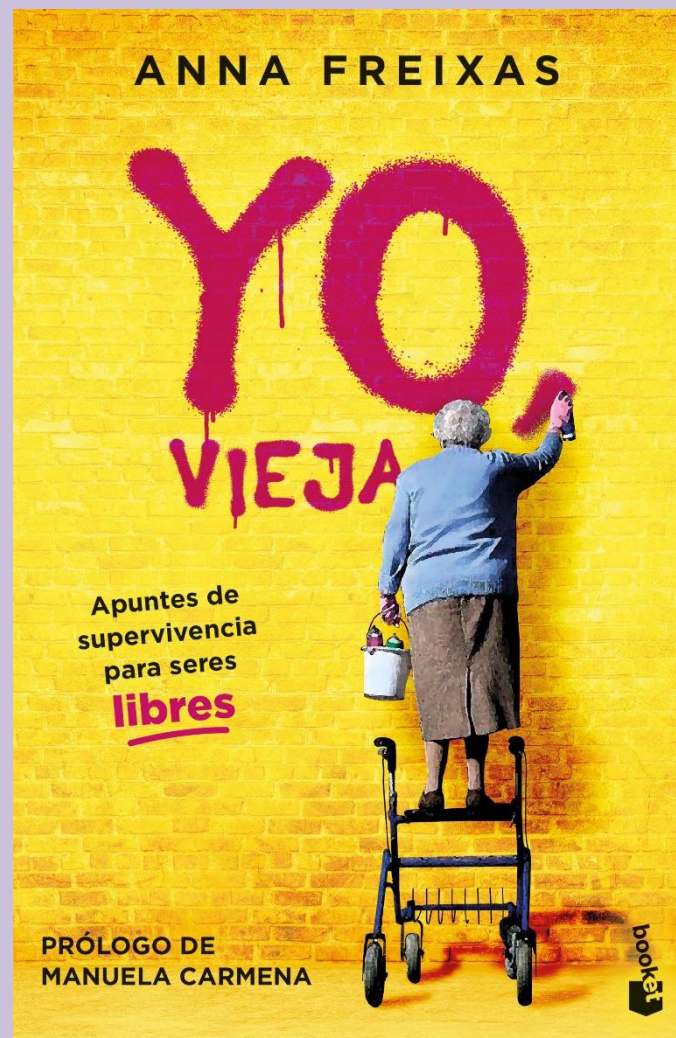
# 2. Cando se xunta a idade e o xénero

Representación positiva das mulleres maiores no cine

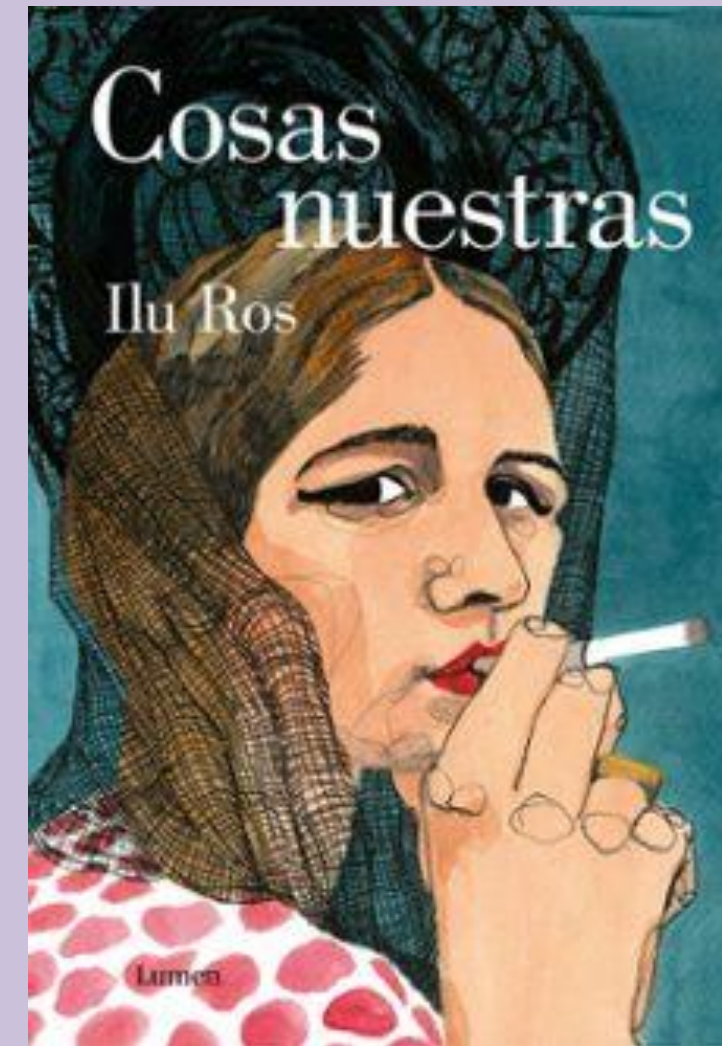


# 2. Cando se xunta a idade e o xénero

Representación positiva das mulleres maiores na literatura



Ensaaios



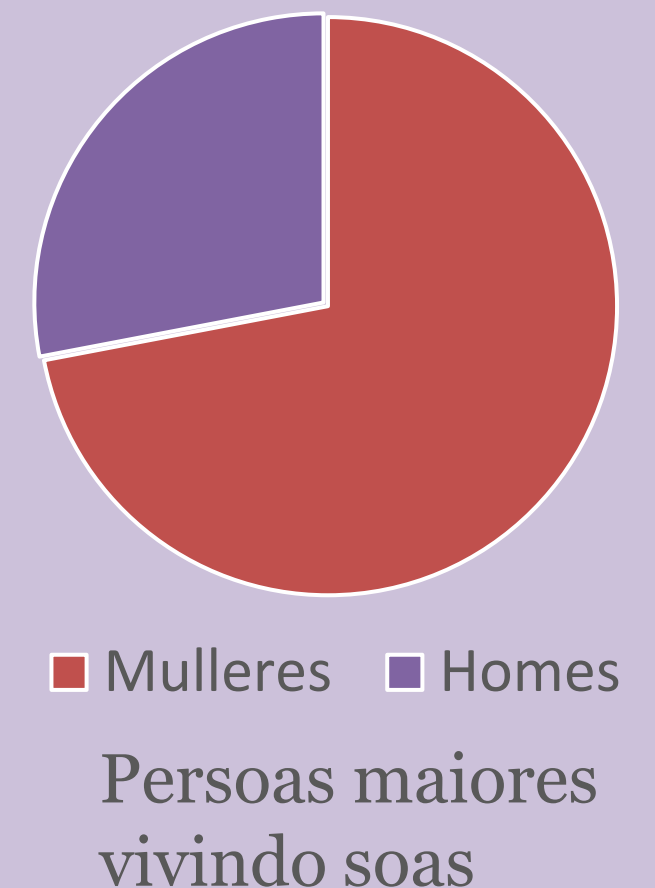
Novela gráfica



Relatos

# 3. Impacto

- **Maior dependencia económica e risco de pobreza:** pensións moi inferiores como consecuencia da dedicación ás tarefas de coidado:
  - Datos do Instituto Nacional da Seguridade Social: os homes cobran algo +de 5.000 euros ao ano máis que as mulleres (1258 vs 835 eur).
- **Consecuencias da violencia de xénero na saúde física e mental:** somatizacións, dores crónicas, depresión, ansiedade, estrés....
- **Menor acceso a servicios de saúde e peores diagnósticos e tratamentos:**
  - As súas queixas achácanse a idade, sen facerlles probas médicas complementarias.
  - Menos investigación.
  - Menos campañas e programas. Invisibilidade da sexualidade das mulleres maiores.
- **Maior risco de soidade, falta de apoios e coidados.**
  - Enquisa INE: 72% das persoas que viven soas son mulleres. Motivos:
    - Maior esperanza de vida.
    - Viuedade.
      - Non se volven a casar tan habitualmente como os homes que quedan viudos.
    - Menores recursos económicos para buscar apoio externo cando precisan coidados.
    - Menor acceso ás TICs.



***“Ya lo tenía difícil como mujer,  
imagínate ahora como mujer y vieja”***

Dominga González, 76 anos  
Costureira

25N, 2023

**#VellaEMullerTiñasQueSer**

*“No entiendo por qué el sexo de  
las mujeres de mi edad se toma a  
broma”*

Jane Fonda, 86 anos  
Actriz

25N, 2023

**#VellaEMullerTiñasQueSer**

***“Queremos ser mulleres, cumprir anos  
con dignidade e que se recoñeza o noso  
labor social!”***

Mati Álvarez, 57 anos  
Ama de casa

25N, 2023

**#VellaEMullerTiñasQueSer**

***“A mí que alguien me explique cómo se supone que se tiene que comportar una mujer de mi edad”***

Pili, 58 anos  
Ama de casa

25N, 2023

**#VellaEMullerTiñasQueSer**

***“Why should I play sisters and mothers while guys like Jack Nicholson and Clint Eastwood, who are older than me, have on-screen lovers half their age?”***

Faye Dunaway, 67 anos  
Actriz

25N, 2023

**#VellaEMullerTiñasQueSer**

*“En México cuando quieren insultar a una le dicen que está vieja. Yo no le tengo miedo a la vejez, le tengo miedo a algo más peligroso: al derrumbe de una mujer, a la falta de interés por la vida”*

María Félix, 79 anos  
Actriz

25N, 2023

#VellaEMullerTiñasQueSer

*“Se dice que las mujeres mayores podemos tener  
apariencia juvenil [...]. Yo creo que lo que  
tenemos que conseguir es querer ser viejas y  
poder parecerlo”*

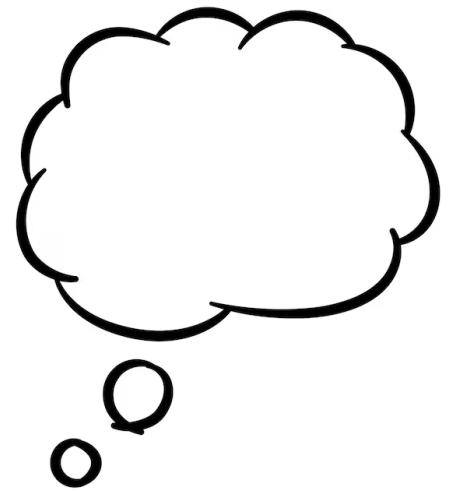
Anna Freixas, 77 anos

Psicóloga e escritora feminista

25N, 2023

#VellaEMullerTiñasQueSer

# 4. Que podemos facer?



Se eres unha **muller maior...**

- **Informarse e formarse** sobre como se discrimina e invisibiliza ás mulleres maiores.
- **Compartir** a experiencia con outras mulleres, creando redes de apoio formais e informais.
  - **Interxeracionalidade:** transmitir ós coñecementos ás xeracións máis novas.
- **Cultura:**
  - Ser **críticas** co que vemos/leemos: que imaxe están contruindo?
  - Consumir produtos cunha **representación positiva e diversa** das mulleres maiores.
- **Denunciar** o idadismo e a violencia de xénero no día a día. Por exemplo:
  - Reclamar unha boa atención nos servizos de saúde.
  - Propoñer programas e actividades destinadas a mulleres maiores.
- **Cóidate:** mantete **activa** a nivel físico, social e cognitivo. Estimula a curiosidade.

Se eres un **home maior...**

- **Escoita** as experiencias das mulleres maiores e ofrécelles apoio.
- Aprende a **saír** dos roles e estereotipos da **masculinidade tradicional:**
  - Busca redes de apoio, expresa as túas emocións, asume tarefas de coidado (da casa, das túas persoas queridas...)

# 5. Conclusións

- Dentro do noso contexto, as mulleres maiores forman a **primeira xeración que** tras saír dunha ditadura viviu grandes conquistas feministas:
  - O dereito ao divorcio.
  - A despenalización e acceso ao aborto.
  - A posibilidade de permanecer solteiras sen tanta presión social.
  - O acceso xeneralizado aos estudos universitarios.
  - A liberdade de non ser nais.
  - A ruptura progresiva de roles e estereotipos de “anxo do fogar”.**Exemplo e referente** para as xeracións que viñeron despois.
- A pesar de todas dificultades que atravesaron son **altamente resilientes**:
  - **Crean redes de apoio** (amigas, veciñas, familia...)
  - **Participan activamente** en diversos tipos de actividades.
  - Teñen unha gran predisposición a **aprender**.



# Gracias!

Sabela C. Mallo

[Sabelacarme.mallo@usc.es](mailto:Sabelacarme.mallo@usc.es)

Universidade de Santiago de Compostela



- Os **homes** pola contra:
  - Impacto da **masculinidade tradicional**.
  - Índices máis alto de **mortalidade** cando hai fraxilidade.
  - Maiores taxas de **suicidio**.
  - **Rede social** máis reducida.
  - **Maior gasto en saúde**.
  - **Maior calidade de vida percibida**.
  - Alta preocupación por manter a **independencia**.

