



# Sucesos estresantes en mujeres mayores desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner

Ricardo Díaz-Castillo<sup>1</sup>, Sergio González-Escobar<sup>2</sup>, Norma Ivonne González-Arratia López-Fuentes<sup>3</sup>, María Montero-López-Lena<sup>4</sup>

## Resumen

*Se sabe que los problemas de salud, los problemas familiares, la muerte de seres queridos y los problemas económicos, son los sucesos estresantes más frecuentes en adultos mayores, estos hallazgos han sido derivados de estudios descriptivos, lo que hace necesario profundizar sobre dichos sucesos en la vida de las personas mayores. Objetivo. Analizar, desde el modelo ecológico, los sucesos estresantes que experimentan un grupo de mujeres mayores mexicanas. Método. Veintiséis mujeres de entre 55 y 75 años de edad participaron en la técnica de grupos focales. Resultados. En el Ontosistema, se encontraron problemas intrapersonales, por ejemplo enfermedades como cáncer, diabetes, hipertensión y depresión, así como problemas de memoria. También, los cambios en el estilo de vida, principalmente por el envejecimiento. Otros sucesos estresantes en el Ontosistema fueron las experiencias traumáticas, relacionadas con la muerte de hijos, padres y hermanos, específicamente cuando existen enfermedades terminales. En el Microsistema, se observaron problemas en las relaciones interpersonales con hijos, pareja y padres. En el Macrosistema, las participantes expusieron la situación de violencia que se vive en el país, además, de los trámites de jubilación. Discusión y conclusión. Los resultados concuerdan con otros estudios en cuanto a la muerte de seres queridos y enfermedades como sucesos estresantes relevantes. Se identificaron contrastes respecto a los problemas económicos que no aparecieron como estresores, salvo en algunos casos, y se destacó la percepción de violencia.*

*Palabras clave:* Estrés; eventos de cambio de vida; mujeres; envejecimiento; investigación cualitativa.

## Abstract

It is known that health problems, family problems, death of loved ones and economic problems, are the most frequent stressful events in older adults, these findings have been derived from descriptive studies, which makes it necessary to deepen into these events in the life of the elderly. Objective. Analyze, from the ecological model, the stressful events that a group of older Mexican women experience. Method. Twenty-six women between 55 and 75 years of age participated in the focus group technique. Results. In the Ostosystem,

intrapersonal problems were found, for example diseases such as cancer, diabetes, hypertension and depression, as well as memory problems. Also, changes in lifestyle, mainly due to aging. Other stressful events in the Ostosystem were the traumatic experiences, related to the death of children, parents and siblings, specifically when terminal illnesses exist. In the Microsystem, problems were observed in interpersonal relationships with children, partners and parents. In the Macrosystem, the participants exposed the situation of violence that is lived in the country, in addition, of the retirement procedures. Discussion and conclusion. The results

ISSUE N°2  
DICIEMBRE  
2019

Recibido:  
22/06/2019

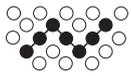
Aceptado:  
26/07/2019

(1) Estudiante del Doctorado en Ciencias de la Salud, Facultad de Enfermería y Obstetricia, Universidad Autónoma del Estado de México. Profesor de Asignatura, Universidad Estatal del Valle de Ecatepec. [psi.diaz.castillo@gmail.com](mailto:psi.diaz.castillo@gmail.com)

(2) Doctor en Investigación Psicológica. Profesor de Tiempo Completo, Centro Universitario Atlacomulco, Universidad Autónoma del Estado de México. [sergioglz4@hotmail.com](mailto:sergioglz4@hotmail.com)

(3) Doctora en Investigación Psicológica. Profesora de Tiempo Completo, Facultad de Ciencias de la Conducta, Universidad Autónoma del Estado de México. [nigalf@yahoo.com.mx](mailto:nigalf@yahoo.com.mx)

(4) Doctora en Psicología. Profesora de Tiempo Completo, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México. [monterol@unam.mx](mailto:monterol@unam.mx)



*Sucesos estresantes en mujeres mayores desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner*

agree with other studies regarding the death of loved ones and diseases as relevant stressful events. Contrast was identified with respect to economic problems that did not appear as stressors, except in some cases, and the perception of violence was highlighted.

Key words: Stress; life-changing events; women; aging; qualitative research.

## INTRODUCCIÓN

La última Encuesta Intercensal del Instituto Nacional de Estadística Geografía e Información (INEGI, 2015a) indicó que México actualmente cuenta con una población total de 119 530 753 personas, y que poco más del 10% (12 436 321) son adultas mayores, es decir, personas mayores de 60 (INEGI, 2015b; Instituto Nacional para la Personas Adultas Mayores, 2010). Sin duda el que en la actualidad cada vez vivan más adultos mayores es una señal del éxito de la medicina y la tecnología, ya que no sólo está aumentando el número de personas que rebasan los sesenta años, sino que son más longevos; por ejemplo, en México, la esperanza de vida alcanza los 74.9 años y se ha proyectado que para el 2030 alcanzará los 77 años, siendo mayor en la población femenina (INEGI, 2015c).

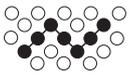
Al respecto, se ha documentado un fenómeno particular conocido como la feminización de la vejez, es decir, el incremento considerable de las mujeres de edades maduras y avanzadas en el conjunto de la población, y su número respecto al de los hombres de las mismas edades (Pérez, 2003). El INEGI (2016), señaló que en la relación de hombres y mujeres, el monto de varones es cada vez menor conforme avanza la edad, por ejemplo, en el grupo quinquenal de 60 a 64 años existe una relación de ocho a diez, mientras que en el grupo de 85 y más años, es de siete mujeres por cada diez varones, esto indica que cada vez hay mayor número de mujeres que llegan a una vejez avanzada, quienes presentan mayor incidencia de enfermedades como diabetes, cáncer, hipertensión, artritis (Instituto Nacional de Salud Pública, 2012; Secretaría de Salud, 2011), además, de problemas psicológicos como depresión, ansiedad, baja autoestima, soledad, en general, un malestar psicológico (Rodríguez, Kohn & Aguilar-Gaxiola, 2009; Sandoval & Richard, S/F; Secretaría de Salud, 2012).

Como se puede observar, el tema del envejecimiento y los

adultos mayores se ha convertido en un problema el cual urge atender, considerando que pueden experimentar diversas situaciones que pudieran resultar estresantes como; los cambios físicos del envejecimiento, las enfermedades, las pérdidas mortales, los problemas interpersonales o los problemas emocionales. Sandín (1999) definió a aquellas circunstancias que requieren un cambio en la rutina y que amenazan la actividad habitual de la persona, como los sucesos estresantes e identificó tres categorías; altamente traumáticos (desastres naturales o guerras), mayores (muerte de algún ser querido o enfermedades) y menores (tránsito o exceso de trabajo). Esta clasificación resulta muy general si se pretende profundizar en los sucesos que estresan a las personas, conociendo la dinámica de los sucesos, la interacción de la persona con el ambiente donde se presenta el suceso y finalmente la afectación que causan, por ello, la presente investigación está planteada desde la Teoría Ecológica del Desarrollo Humano de Bronfenbrenner (1977; 1986).

Dicho modelo, permite un mejor análisis de los sucesos estresante, porque considera que la persona interactúa con el ambiente en distintos sistemas (Onto, Micro, Meso, Exo y Macro y Crono) representados por distintos contextos sociales, en donde se presenten transacciones y ajustes que afectan, positiva o negativamente, su desarrollo. El Ontosistema es el primero de ellos y hace referencia específicamente al individuo y su medio interno, como sexo, edad, estado de salud. El Microsistema se refiere a la interacción recíproca entre el individuo y su entorno inmediato, por ejemplo, la relación madre-hijo. El Mesosistema, se refiere al contexto inmediato donde el individuo está incluido, como la familia. El Exosistema, está conformado por los sistemas anteriores, sin embargo, en este caso el individuo no se ve afectado de manera directa, por ejemplo, el estudiante que resulta afectado por las presiones de su profesor. El Macrosistema se refiere al contexto sociocultural donde se desenvuelve el individuo, como vivir en un país en guerra. Finalmente, el Cronosistema se relaciona con el tiempo al que pertenece el individuo dentro de su contexto, por ejemplo, que crezca en una temporada de bonanza o de guerra en su país.

Retomando los sucesos estresantes, en las personas mayores se han identificado a los problemas de salud, propios y de la familia, las preocupaciones financieras, las tensiones sociales y la muerte de un ser querido, particularmente hijos o pareja, como los principales (Barros, Forttes & Herrera, 2003; Clemente, Tartaglini & Stefani, 2009; Dorfman, Méndez & Osterhaus, 2009;



*Díaz-Castillo, González-Escobar, González-Arratia López- Fuentes, Montero-López- Lena*

Gómez & Segura, 2002; Hernández & Romero, 2010; Nelson-Becker, 2004; Park, 2006, Rahimi, Ali, Noor, Mahmood & Zainun, 2015; Stefani & Feldberg, 2006).

Los estudios han aportado hallazgos importantes sobre los sucesos estresantes en la vejez, empero, se observó que la mayoría de estos son descripciones estadísticas (Clemente, et al., 2009; Gómez et., 2002; Hernández et al., 2010; Park, 2006, Rahimi et al., 2015; Stefani et al., 2006). Además, que los sucesos estresantes no han sido analizados desde un modelo teórico que permita entender la interacción persona-ambiente. Por ello, existe la necesidad de conocer y profundizar en dichos sucesos y analizarlos, desde un modelo teórico.

## OBJETIVO

Identificar, analizar y describir los sucesos estresantes que experimentan un grupo de mujeres mayores mexicanas.

## MÉTODO

### Diseño de estudio

Se utilizó la técnica cualitativa de grupo focales (Kitzinger, 1995), la aplicación se realizó en un solo momento y sin la manipulación de variables, por ello, el estudio es transversal y con un diseño no experimental *expost-facto* (Kerlinger, 1979).

### Participantes

Se trabajó con una muestra no probabilística de tipo intencional a conveniencia conformada por 26 mujeres con promedio de edad de 64.88 (DE = 5.21) años. Las participantes fueron asignadas a uno de cuatro grupos de acuerdo con su edad. En el grupo 1 (55-60 años) participaron cinco mujeres; en el grupo 2 (61-65 años) siete; en el grupo 3 (66-70 años) nueve; y en el grupo 4 (71-75 años) cinco mujeres. En la Tabla 1 se pueden observar las características sociodemográficas de las participantes por grupos de edad. (Anexo)

### Sede

El estudio se llevó a cabo en las instalaciones de la Clínica Integral Universitaria (CIU) fundada en 2008. Es una clínica-escuela perteneciente a la Universidad Estatal del Valle de Ecatepec (UNEVE). La CIU ofrece los servicios de acupuntura, quiropráctica, rehabilitación y gerontología. La presente investigación

se realizó con usuarias del servicio de gerontología, el cuál atiende un promedio mensual de 3100 personas adultas mayores de 50 años de edad.

### Recolección de la información

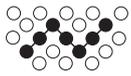
Como se mencionó se utilizó la técnica de grupos focales (Kitzinger, 1995), para obtener la información, se elaboró una guía temática sobre sucesos estresantes, para ello se utilizó la clasificación de Ben Porath, Waller y Butcher (1991; Cuadro 1). Previo a la discusión de los sucesos, se hizo una pregunta directa a las participantes “¿Qué es el estrés?” La aplicación de la técnica la realizó el primer autor del estudio en un salón íntimo, con buena iluminación y acústica, dos estudiantes de gerontología que realizaban su servicio social en CIU lo asistieron. Las aplicaciones de la técnica fueron videograbadas y su duración promedio fue de 49.08 minutos.

### Procedimiento

Se solicitó la autorización a las autoridades de la CIU, quienes brindaron el espacio para realizar la convocatoria y el desarrollo de la técnica. Las mujeres fueron invitadas a formar parte de la investigación. Se formaron los cuatro grupos y se agendaron las citas para realizar la actividad. En su momento, las participantes firmaron la carta de consentimiento informado, respondieron el cuestionario de datos sociodemográficos y se dio inicio con la técnica.

### Análisis de la información

Para el análisis sistemático de la información, se transcribió en su totalidad la discusión de los distintos grupos, la información fue codificada, clasificada de acuerdo con la teoría de Bronfenbrenner (1977; 1986), se realizó una segmentación, que se refiere extracción de lexías, que representaban las categorías de análisis, y, finalmente la información fue analizada en conjunto (Escobar & Bonilla-Jiménez, 2009; Kitzinger, 1995). Es importante mencionar que con el propósito de conocer el significado implícito de la experiencia vivida, se utilizó la fenomenológica-hermenéutica (Heidegger, 1989, en Barbera & Inciarte, 2012), la cual, mediante un proceso de deconstrucción (mirar más allá del significado cotidiano y normal de la vida) y construcción (ver el significado más grande en el ser) involucra el estudio del fenómeno orientado en el ir a la cosa misma. De esta manera el análisis permitió



### *Sucesos estresantes en mujeres mayores desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner*

interpretar las experiencias del fenómeno mediante la expresión lingüística de las participantes. (Ver tabla Anexo)

#### Consideraciones éticas

El estudio fue aprobado por el Comité Investigación y Ética del Centro de Investigación en Ciencias Médicas de la Universidad Autónoma del Estado de México y autorizado por las autoridades de la CIU. Las mujeres participaron de forma voluntaria, antes de participar, se les leyó la carta de consentimiento donde se les informó acerca de los procedimientos, como la videograbación de la técnica. También se les informó sobre sus derechos, por ejemplo; la confidencialidad de la información y el poder retirarse del estudio si así lo consideraban.

#### RESULTADOS

Dada la naturaleza del tema de los sucesos estresantes, se presentan algunas características importantes de las participantes obtenidos a través de un cuestionario ad hoc. Por ejemplo, en el grupo 1, sólo una mujer trabaja, el resto declaró no trabajar. En cuanto a las enfermedades, sólo una declaró tener hipertensión arterial. En cuanto a las muertes de seres queridos una de ellas perdió a su nieto.

En el grupo 2, tres mujeres son jubiladas, sólo una de ellas recibe una pensión. Respecto a las enfermedades, tres de las participantes tienen hipertensión, dos diabetes mellitus tipo II, una tiene esclerosis y osteoporosis y una más tiene una hernia lumbar. En este grupo, todas las participantes dijeron haber tenido una pérdida mortal reciente, entre los familiares fallecidos se encuentran; mamá, hermana, hermano, cuñada y sobrina.

En el tercer grupo, ocho mujeres dijeron estar jubiladas con pensión y sólo una jubilada sin pensión. Respecto a la presencia de enfermedades tres tienen hipertensión, dos tienen diabetes mellitus tipo I, tres diabetes mellitus tipo II, otra tiene ciática, otra problemas de columna y una más tiene osteoartritis. En cuanto a las pérdidas, siete mujeres dijeron haber tenido una pérdida mortal reciente, entre los familiares fallecidos se encuentran esposo, hijo, hermana y mamá.

En el grupo 4, tres mujeres están jubiladas, sin embargo, sólo una de ellas cuenta con pensión y dos declararon siempre haberse dedicado al hogar. Respecto a la presencia de enfermedades tres tienen

hipertensión, dos tienen obesidad, una tiene diabetes mellitus tipo I, una diabetes mellitus tipo II, otra tiene problemas de cadera y rodillas, otra tiene hígado graso y una más tiene migraña. En cuanto a las pérdidas, tres mujeres dijeron haber sufrido una, entre los familiares fallecidos se encuentran esposo, hermanos, papá, nieta, sobrinos y cuñada.

#### Significado de estrés

Previo a la exploración de los sucesos estresantes, se preguntó a las participantes “¿Qué es el estrés?”, con la finalidad de homogenizar el diálogo respecto al tipo de estrés y los sucesos estresantes. En este sentido, para las participantes el estrés: “Es estar inquieto, nervioso, angustiado” (P1, Grupo 1); “...es la ansiedad que tengo por hacer las cosas o por si tengo que ir a algún lugar, que tengo que pasar el metro” (P6, Grupo 3).

Las participantes diferencian, un estrés cotidiano o normal de un estrés agudo: “...aquí el estrés es común, porque siempre estamos a prisa, siempre estamos corriendo, y como dice la compañera, el estrés de los enfermos no, porque ese es como tristeza.” (P3, Grupo 2). De esta manera, el estrés normal está relacionado con situaciones cotidianas: “...no podemos hacer las cosas rápido...” (P3, Grupo 2); “...nunca nos alcanza el tiempo para hacer lo que teníamos que hacer...” (P4, Grupo 4). En cambio, el estrés agudo, se relaciona con sucesos que implican mayor desgaste emocional: “...es esa desesperación, ese sentimiento que no sabe uno de que es, la desvaloración de uno mismo, de cansancio, de aislamiento, tristeza...” (P1, Grupo 4); “A mí me da por llorar, siento que mi corazón me duele...” (P3, Grupo 3). Considerando lo anterior, se hizo énfasis en que se discutiría sobre aquellos sucesos que generan el estrés agudo. A continuación se presentan los resultados por categoría.

#### Problemas intrapersonales

La presencia de enfermedades es la situación que, en el plano interpersonal, más afecta a las participantes: “...a mí me dio cáncer, eso fue muy fuerte para mí, me sentí culpable de no haberme cuidado...” (P2, Grupo 2); “...yo tuve una depresión, entonces es una situación muy desesperante porque ya no tengo el control de mí...” (P2, Grupo 2); “...me diagnosticaron un aneurisma... tengo mucho miedo de que me operen pero también me da mucho miedo de que me vaya a pasar algo...” (P2, Grupo 3); “...cuando me dicen tiene artrosis...” (P5, Grupo 3); “Mi enfermedad... es lo que me tiene



*Díaz-Castillo, González-Escobar, González-Arratia López- Fuentes, Montero-López- Lena*

muy preocupada...” (P1, Grupo 4); “...llevo cuatro cirugías de intestino...” (P5, Grupo 4). También se presentaron problemas cognitivos, específicamente de memoria: “...me afecta mucho la memoria, se me olvidan mucho las cosas...” (P2, Grupo 2); “...se me olvidan mucho las cosas y me preocupa mucho el pensar que un día me vaya a dar Alzheimer, y me duele...” (P7, Grupo 2).

Otros problemas intrapersonales fueron de índole emocional, por ejemplo, la sensación de soledad: “...llego a tener ese momento en que me siento sola...” (P9, Grupo 3); “...tengo 23 años sola, entonces hay momentos en que me deprimó...” (P4, Grupo 3), la inseguridad personal; “...desde que dejé de trabajar he sentido como miedos...” (P4, Grupo 3), la preocupación por el futuro: “...ya estamos grandes, mi esposo y yo, el quedarme sola...” (P4, Grupo 4). Es importante señalar que estas situaciones se presentaron particularmente en los grupos de mujeres de mayor edad.

#### Problemas interpersonales

La relación con los hijos es causante de estrés, aunque dicha relación se presenta en diferentes contextos, por ejemplo, cuando los hijos aún viven en casa; “...me estresa mucho que son dos hijos solteros los que están ahí viviendo conmigo...” (P5, Grupo 1). También, por las diferencias de ideas en la relación intergeneracional: “...me preocupa porque está sola (hija), yo soy muy tradicionalista, una familia es lo mejor...” (P7, Grupos 2); “...quiero que se case (hija), que tenga una familia y hoy en día los jóvenes ya no viven eso, entonces para mí es conflictivo...” (P3, Grupos 2).

En otros casos el estrés se presenta cuando los hijos se van de casa: “...mis hijas se han independizado, entonces para mí es fuerte porque se van de la familia...” (P3, Grupo 2). En cambio, en otros casos se presenta porque los hijos regresan a casa después de haber salido de ella: “...mi hija se regresó a vivir conmigo, se separó de su esposo y se regresó a la casa con su hijo, entonces, si luego si me estresa... es como una invasión” (P1, Grupo 1).

La relación con la pareja también causa estrés, sobre todo por diferencias de opiniones y relaciones de poder: “A mí me estresa mi esposo, él es el que toma las decisiones...” (P2, Grupo 1); “...a veces discuto con mi esposo porque, si él dice es azul aunque sea rojo ha de ser azul...” (P3, Grupo 3). Destaca la relación con la ex pareja, cuando viven en la misma casa aunque ya no tengan una relación: “...ya no estamos juntos pero él (ex

pareja) vive ahí y yo quisiera dejar de preocuparme...” (P1, Grupo 4); “...ya no sé si estoy casada o no estoy casada... vivíamos bajo el mismo techo pero como extraños.” (P2, Grupo 2).

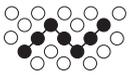
También causa estrés la relación con otros familiares como los padres: “tengo un papá de 87 años, él tiene un carácter muy difícil... se ha enfermado me tengo que estar ahí pero hasta me ha corrido...” (P5, Grupo 2); o, con los hijos y los nietos: “...mi hijo tiene 10 años viviendo conmigo y tengo dos nietos... ya se va a ir entonces si voy a extrañar a mis nietos...” (P5, Grupo 3); “...uno de mis nietos vivió cuatro años conmigo, de repente mi hija me dice, sabes que mamá este niño se va... me siento muy sola porque para todo andaba yo con él...” (P3, Grupo 3).

Otras fuentes de estrés son; la relación con la familia extensa; “...mi familia es muy problemática y eso a mí me afecta mucho... me cargo problemas que nos son míos...” (P3, Grupo 1) y la participación limitada en la familia: “...tuve un altercado con un familiar, me enojó tanto la acción de ellos que aventé golpes y ahora me siento mal... yo quería hablar y me callaban... no me permitían hablar.” (P7, Grupo 3); “...yo quiero opinar algo, no mamá no digas, no mamá cállate...” (P4, Grupo 3).

#### Cambios en el estilo de vida

Específicamente en los grupos de mujeres de mayor edad se encontró que el “no poder hacer las cosas como antes” es causante de estrés: “...me desespera no poder hacer las cosas que antes si podía hacer, por ejemplo, subirme y limpiar...” (P2, Grupo 3); “A mí me estresa el ya no hacer las cosas como antes las hacía... yo me reía del quehacer, me reía de todo y ahora todo se ríe de mí...” (P4, Grupo 4).

La jubilación resultó ser suceso estresante para algunas participantes: “...yo me jubilé tiene 12 años, fue muy difícil, no me hallaba en ningún lado...” (P1, Grupo 2); “Pues yo dejé de trabajar hace poquito y me sentí muy mal en la casa...” (P7, Grupo 3). También, el hecho de dejar de trabajar por necesidad, es decir, cuando existe una enfermedad: “...me dijeron los médicos que ya no podía trabajar, porque me estaban detectando esclerosis múltiple...” (P6, Grupo 2). Así mismo, la jubilación, cuando se da por la necesidad de cuidar a otras personas: “...me siento todavía como que desubicada, hace poquito que me jubilé... porque mi hija estaba en un embarazo de muy alto riesgo...” (P4, Grupo 2); “...cuidar las enfermedades de mi



### *Sucesos estresantes en mujeres mayores desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner*

esposo... fueron enfermedades terminales que hizo que yo constantemente me sintiera estresada, empezó con un paro cardiaco...” (P6, Grupo 3).

Finalmente, destaca el cambio de actividades y la carga que genera el cuidar de una persona, lo que a su vez genera problemas de salud: “...me la dejaron (hermana) y nadie me apoya... todo eso me está deteriorando hasta en mi salud porque yo soy diabética e hipertensa, mis niveles de azúcar ahorita no se me han controlado...” (P1, Grupo 3).

#### Tensiones debidas al estatus socioeconómico

Se observó que en algunos casos el recurso económico no es suficiente, aunque eso sucedió en los grupos de las mujeres de menor edad: “Yo creo que todas tenemos en algún momento tensiones precisamente porque no alcanza el dinero...” (P5, Grupo 1); “Si he trabajado y a mí el trabajo me encanta pero son nada más momentáneos, o sea, es al día...” (P5, Grupo 2).

Sobresale un caso donde a pesar de contar con una pensión que le permitiría satisfacer sus necesidades, esto no es así, ya que tiene que compartirla: “Yo soy jubilada, cobro mi pensión y la comparto con mi nieta y a veces si me preocupa porque luego me dice, me pidieron 250 para un material o me pidieron tanto y ahí si me preocupa porque yo veo como le hago pero yo tengo que darle para su escuela...” (P2, Grupo 4).

En general, se observó que si bien la economía de las participantes no era abundante, si contaban con los recursos para satisfacer sus necesidades. No obstante, existen gastos extraordinarios que son estresantes, porque no están planificados y rompen el equilibrio económico: “...yo no tengo una economía mala, pero como tengo que hacer trabajos de la casa, eso me estresa...” (P4, Grupo 3); “...siempre va a haber que ya se rompió, que ya se descompuso, que hay que arreglar y esos ya son gastos extras...” (P5, Grupo 1). Es importante señalar en que 12 de las 26 participantes, declararon no tener problemas económicos incluso con los gastos extra.

#### Problemas que ocurren a otras personas

Los problemas de la familia son causantes de estrés, particularmente por la presencia de enfermedades, por ejemplo, los nietos: “...mi nietecita tiene una enfermedad respiratoria, la mandaron al INER (Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias)... me estresa el ver que los niños están enfermitos y no

veo avance para su salud.” (P5, Grupo 1).

También, pensar en el futuro de los hijos es causante de estrés: “...de mis hijos me preocupa porque digo, tienen una carrera y a lo mejor ya no tienen un trabajo fijo y puros contratos...” (P5, Grupo 4). Además, se estresan por problemas a otros miembros de la familia como los padres: “...estuvo (papá) conquistando una muchacha... me imagino cosas a futuro, esta señora pues más que nada se quedó por interés pues porque mi padre tiene una casa...” (P5, Grupo 2); los hermanos y los sobrinos: “...están sin trabajo pues a ver cómo le hago para que tengan trabajo...” (P5, Grupo 3), e incluso los amigos: “...los problemas de los mismos amigos a veces también te hacen sentirte mal porque a veces no puedes estar mucho para poder apoyarlos...” (P4, Grupo 2).

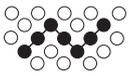
Es importante destacar la situación de violencia intrafamiliar como causante de estrés, más aún cuando la víctima es la hija: “... yo no acepto que mi hija esté viviendo con su esposo y que le pegue... rezo por ella diario, que esté bien, que no le vaya a pasar nada.” (P2, Grupo 4).

#### Experiencias traumáticas

Respecto a las experiencias traumáticas destacó la muerte de los seres queridos como la experiencia más estresante, particularmente cuando se trata de un hijo: “Para mí, ha sido lo peor que me ha pasado en esta vida, la muerte de un hijo, es lo peor que puede existir.” (P9, Grupo 3), de la pareja: “...cuando falleció mi esposo yo perdí la noción de todo...” (P3, Grupo 4) o de los padres: “Hace como cinco años falleció mi mamá... no me pudo esperar, ella se fue...” (P6, Grupo 2).

Cuando la muerte del ser querido se presenta bajo condiciones de enfermedad, deterioro y dolor, es particularmente estresante porque el estrés no sólo se debió a la pérdida, sino al proceso de muerte: “... murió a los 97 años pero mi mamá era una persona muy activa, se cayó y se rompió el brazo... mi mamá se sintió perdida...” (P3, Grupo 3); “...mi mamá tenía 91 años y tenía Alzheimer ya no nos reconocía y ya casi no hablaba...” (P5, Grupo 3); “...mi sobrino, él tenía 21 años... eran los riñones, insuficiencia renal.” (P4, Grupo 1).

Cuando además de presentarse la muerte por una enfermedad con un proceso de muerte doloroso, se presentan culpas resulta particularmente doloroso: “... hace cinco años falleció mi mamá, me costó trabajo, yo estuve cuidándola durante seis meses porque quedó



*Díaz-Castillo, González-Escobar, González-Arratia López-Fuentes, Montero-López- Lena*

muy mal... yo la cuidaba y cuando me vengo fallece, inclusive hasta mi papá me dijo que por mi culpa.” (P5, Grupo 2).

Destaca el caso de una participante que tuvo múltiples pérdidas: “...la pérdida de mi hermanita que tiene ya tres años... de la hermanita que le estoy contando es la quinta porque anteriormente en ese mismo año, en diferentes meses murieron los otros hermanos y luego mi nietecita...” (P1, Grupo 4).

#### Categoría extra: Violencia e inseguridad

Se presentó una categoría extra que no había sido considerada. La violencia e inseguridad que se vive en el País destacaron como factores de estrés que alteran el bienestar de las participantes, sobre todo por haber sido víctima directa: “...el asalto que tuve si me afectó mucho porque no me quedé con miedo, me quedé con pánico, yo no podía salir a la calle... no quería hacer nada, decía es que esta no soy yo...” (P4, Grupo 1). Aunque también es causante de estrés el haber sido víctima indirecta; “...mi hijo murió en un asalto, queda ese miedo, queda ese pavor de decir si ahora ya los otros hijos... uno se queda con el estrés, con el miedo, ay Dios mío cuídalos.” (P7, Grupo 3); “...me avisaron que mi hermano en Cuernavaca lo habían apuñalado...” (P6, Grupo 3).

Incluso, el conocimiento de la violencia e inseguridad que se vive en sus colonias es causante de estrés: “... cuando sé que asaltan a alguien cerca de casa o cuando alguien fallece por algún asalto” (P1, Grupo 1); “... como que me da terror andar en la calle, me da mucho miedo.” (P4, Grupo 3); “...mi estrés es con mi nieta que a veces no llega, y me estreso me preocupo, me da miedo que le haya pasado algo...” (P2, Grupo 4) “... una vecina, fue un feminicidio aquí en San Agustín y ahora tengo pánico que vengan mis nietas y alguien las vaya a secuestrar y vayan a desaparecer porque no es el único que ha habido hay muchos feminicidios aquí en Ecatepec...” (P5, Grupo 1).

#### DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

El presente analizó los sucesos estresantes que experimentan las mujeres mayores. Al respecto, los resultados concuerdan con estudios previos (Park, 2006), particularmente, al identificar a los problemas de salud, así como, en la muerte de la pareja y los hijos, como los sucesos más estresantes. Sin embargo, en el presente estudio no destacó la situación económica

como causante de estrés, de esta manera, este resultado discrepa con los reportados por otros autores sobre los problemas económicos como fuente de estrés (Hernández et al., 2010; Dorfman et al., 2009; Rahimi et al., 2015).

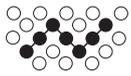
En relación con los problemas familiares, que fueron señalados por Hernández et al. (2010), el presente estudio profundizó en ellos e identificó que se presentan particularmente con los hijos y en diferentes situaciones. También, entre estos problemas familiares se encuentran los de la pareja, la ex pareja y los padres.

Respecto al análisis desde la teoría ecológica del desarrollo humano de Bronfenbrenner (1977; 1986), el presente estudio identificó distintos sucesos estresantes que se instalan en los sistemas; Onto, Micro, Meso, Exo, Macro y Crono. En el Ontosistema, se identificaron problemas intrapersonales como las enfermedades que destacan como los principales sucesos estresantes, es importante mencionar que las enfermedades se presentaron principalmente en las mujeres de mayor edad.

Relacionado con lo anterior, se encuentra el funcionamiento del cuerpo, al respecto, particularmente las mujeres de los grupos de mayor edad, consideran estresante el ya no hacer las cosas como antes, es decir, el declive en las funciones corporales se ve principalmente afectado en las mujeres mayores de 65 años. También, en el plano interpersonal destacan los factores emocionales como sensación de soledad o inseguridad personal. Es importante hacer hincapié en el caso de los duelos por la muerte de seres queridos, particularmente por el malestar y el dolor que deja la pérdida.

En el Microsistema los sucesos estresantes se presentan sobre todo en el entorno familiar, por ejemplo, la interacción conflictiva con hijos, con pareja, la ex pareja y padres. También en el Microsistema se ubicó el cambio en el estilo de vida por cuidar nietos, padres o hermanos.

Para identificar el Mesosistema, se expone en un caso las interacciones entre los sistemas. La situación de violencia que se vive (Macrosistema), afecta la estabilidad de la persona (Ontosistema), ya que se ha enterado que una de sus vecinas (Microsistema) fue víctima de un feminicidio y esto afecta la relación con su familia extensa (Exosistema) ya que ha decidido que no la visiten, por temor a que les suceda algo. En este caso se observa como existe interacción entre sistemas y como la situación de violencia resulta un factor de estrés en varios de ellos.



*Sucesos estresantes en mujeres mayores desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner*

En el Exosistema, principalmente se presentan problemas con la familia extensa, esto en diferentes condiciones, en algunos casos por las relaciones conflictivas con hermanos y sobrinos, pero también en la relación con los hijos cuando ya no viven en casa y han formado su propia familia, ya sea por su bienestar en el presente o el futuro. También se presentan problemas cuando alguno de los miembros de la familia enferma.

Respecto al Macrosistema, destacó la situación de violencia, la cual es una constante en México y que se ha vuelto parte de la cotidianidad, por lo que representa un factor de estrés externo, que afecta a las personas, sobre todo cuando han sido víctimas directas o indirectas. Es importante señalar que esta categoría no estaba originalmente establecida.

La situación de violencia, que fue identificada en el Macrosistema, también forma parte del Cronosistema, ya que nunca antes se habían presentado índices tan elevados de violencia en México y a estas mujeres les ha tocado experimentarlo cuando se encuentra en la última etapa de su vida, con las condiciones que ello implica.

Por todo lo anterior, se concluye que utilizar la clasificación de Ben Porath et al., (1991) para la exploración de los sucesos estresantes y la Teoría de Bronfenbrenner (1977; 1986) para su análisis, fue óptima, ya que permitió profundizar en las experiencias estresantes vividas por un grupo de mujeres mayores. Así mismo, es importante señalar que el enfoque cualitativo y en particular la técnica de grupos focales representaron una ventaja para la generación del conocimiento sobre los sucesos estresantes en la vejez, y conocer las particularidades del fenómeno, además, resultó particularmente ilustrador considerando que los estudios realizados a nivel regional se han limitado en la descripción estadística (Clemente, et al., 2009; Gómez et., 2002; Hernández et al., 2010; Stefani et al., 2006).

Considerando las características sociodemográficas de la población envejecida en México, el estudio se centró en la población femenina, y documentó la diversidad de estresores que enfrentan las mujeres de edad avanzada, quienes además, en ocasiones lo harán solas. Esto da pie a la planificación de intervenciones psicogerontológicas que favorezcan la superación de los sucesos estresantes en la vejez.

Pese a lo anterior, se considera como una limitación no contar con una muestra de hombres que permitieran comparar los sucesos experimentados. Así mismo, el

estudio tuvo la limitación del número de participantes, ya que si bien se contó con una muestra que permitió clasificar a las mujeres por grupos etarios, es deseable contar con más participantes, lo que permitiría una mayor saturación de la información y un conocimiento más específico. Por lo anterior, se recomienda que futuros estudios, consideren a la población masculina para su estudio, así como incluir un mayor número de participantes que permitan confirmar los resultados expuestos.

#### Financiamiento

Esta investigación fue financiada por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT) con la beca 290197/259511 otorgada al primer autor para sus estudios de Doctorado.

#### Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

#### Agradecimientos

Se agradece al Lic. Javier Ramírez y al Lic. Edgar Blanco, autoridades de la Clínica Integral Universitaria de la Universidad Estatal del Valle de Ecatepec y el servicio de gerontología, respectivamente. Así mismo, se agradece a las alumnas Perla Camacho Zúñiga y Montserrat Castro Mota, por su apoyo técnico. Finalmente, se agradece a las participantes del estudio.



*Díaz-Castillo, González-Escobar, González-Arratia López- Fuentes, Montero-López- Lena*

## REFERENCIAS

1. Barbera, N. & Inciarte, A. (2012). Fenomenología y hermenéutica: dos perspectivas para estudiar las ciencias sociales y humanas. *Multiciencias*, 12(2), 199–205.
2. Barros, C., Fortte, A. & Herrera, S. (2003). Situaciones estresantes que afectan al adulto mayor y formas de enfrentarlas. *Revistas de Trabajo Social*, 72, 161–167.
3. Ben Porath, Y.S., Waller, N.G. & Butcher, J.N. (1991). Assessment of coping: An empirical illustration of the problem of inapplicable items. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 162–176.
4. Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32(7), 513–530.
5. Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development. *Research Perspectives*, 22(6), 723–742.
6. Clemente, A., Tartaglini, M. & Stefani, D. (2009). Estrés Psicosocial y Estilos de Afrontamiento del Adulto Mayor en Distintos Contextos Habitacionales. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 18(1), 69–75.
7. Dorfman, L., Méndez, E. & Osterhaus, J. (2009). Stress and Resilience in the Oral Histories of Rural Older Women. *Aging*, 21(4), 303–316.
8. Escobar, J. & Bonilla-Jimenez, F. (2009). Grupos focales: una guía conceptual y metodológica. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 9(1), 51–67.
9. Gómez, J. & Segura, P. (2002). Estrés en pacientes gerontopsiquiátricos descripción de factores estresantes biopsicosociales. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 31(1), 57–66.
10. Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. México, Distrito Federal: Mc Graw Hill.
11. Hernández, Z. & Romero, E. (2010). Estrés en Personas Mayores y Estudiantes Universitarios: Un Estudio Comparativo. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 56–68.
12. Instituto Nacional de Estadística Geografía e Información (2015a). Encuesta Intercensal 2015. Disponible en <http://www.inegi.org.mx/default.aspx>
13. Instituto Nacional de Estadística Geografía e Información (2015b). Principales resultados de la Encuesta Intercensal 2015: Estados Unidos Mexicanos. México: INEGI.
14. Instituto Nacional de Estadística Geografía e Información (2015c). Mortalidad: Esperanza de vida al nacimiento según sexo, años seleccionados de 1990 a 2030. Disponible en: <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/sisept/Default.aspx?t=mdemo129&s=est&c=23598>
15. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2016). Estadísticas a propósito del Día Internacional de las Personas de Edad (1 de octubre). Aguascalientes, México. Disponible en [http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/edad2016\\_0.pdf](http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/edad2016_0.pdf)
16. Instituto Nacional de Salud Pública (2012). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados nacionales. Disponible en: <http://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>
17. Instituto Nacional para la Personas Adultas Mayores (2010). Por una cultura del envejecimiento. México Distrito Federal: Secretaría de Desarrollo Social. Disponible en [http://www.inapam.gob.mx/work/models/INAPAM/Resource/Documentos\\_Inicio/Cultura\\_del\\_Envejecimiento.pdf](http://www.inapam.gob.mx/work/models/INAPAM/Resource/Documentos_Inicio/Cultura_del_Envejecimiento.pdf)
18. Kitzinger, J. (1995). Qualitative Research: introducing focus group. *British Medical Journal*, 11(3), 299–302.
19. Martínez, M. (S/F). Los grupos focales discusión como método de investigación. Disponible en <https://investigacionparalacreacion.files.wordpress.com/2010/09/los-grupos-focales1.pdf>
20. Nelson-Becker, H. (2004). Meeting life challenges: a hierarchy of coping styles in African American and Jewish American older adults. *Diversity and Aging in the Social Environment*, 10(1), 155–174.
21. Park, C. (2006). Exploring relations among religiousness, meaning, and adjustment to lifetime and current stressful encounters in later life. *Anxiety, Stress, and Coping*, 19(1), 33–45.
22. Pérez, J. (2003). Feminización de la vejez y estado del bienestar en España. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 104, 91–121.
23. Rahimi, R., Ali, N., Noor, S., Mahmood, M. & Zainun, K. (2015). Suicide in the elderly in Malaysia. *The Malaysian Journal of Pathology*, 37(3), 259–263.
24. Rodríguez, J., Kohn, R. & Aguilar-Gaxiola, S. (2009). Epidemiología de los trastornos mentales en América Latina y el Caribe. Disponible en: <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/740/9789275316320.pdf?sequence>
25. Sandín, B. (1999). Estrés y salud: Factores que intervienen en la relación entre estrés y la enfermedad física. En J. Buen día (Ed.), *Familia y psicología de la salud*. Madrid: Pirámide.
26. Sandoval, J. & Richard, M. (S/F). La salud Mental en México. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/SaludMentalMexico.pdf>
27. Secretaría de Salud (2011). Perfil epidemiológico del adulto mayor en México 2010. Disponible en: [http://www.epidemiologia.salud.gob.mx/doctos/infoepid/publicaciones/2011/monografias/P\\_EPI\\_DEL\\_ADULTO\\_MAYOR\\_EN\\_MEXICO\\_2010.pdf](http://www.epidemiologia.salud.gob.mx/doctos/infoepid/publicaciones/2011/monografias/P_EPI_DEL_ADULTO_MAYOR_EN_MEXICO_2010.pdf)
28. Stefani, D. & Feldberg, C. (2006). Estrés y estilos de afrontamiento en la vejez: Un estudio comparativo en senescentes argentinos institucionalizados y no institucionalizados. *Anales de Psicología*, 22(2), 267–272.

*Sucesos estresantes en mujeres mayores desde la teoría ecológica de Bronfenbrenner*

Tabla 1. Características sociodemográficas de las participantes.

	<b>Grupo 1</b>	<b>Grupo 2</b>	<b>Grupo 3</b>	<b>Grupo 4</b>
<b>Datos sociodemográficos</b>	<b>(55-59 años de edad)</b>	<b>(60 a 65 años de edad)</b>	<b>(66 a 70 años de edad)</b>	<b>(71 a 75 años de edad)</b>
<b>Promedio de edad</b>	57.40	62.29	67.78	71.80
<b>Estado civil</b>				
Soltera	2	1	-	-
Casa	2	4	3	3
Viuda	1	-	2	1
Divorciada	-	2	4	1
<b>Escolaridad</b>				
Primaria	1	2	-	2
Secundaria	3	2	7	2
Preparatoria	-	2	2	1
Universidad	1	1	-	-
<b>Religión</b>				
Católica	5	6	9	4
Cristiana	-	1	-	-
Sin religión	-	-	-	1



*Díaz-Castillo, González-Escobar, González-Arratia López- Fuentes, Montero-López- Lena*

Cuadro 1. Categorías de sucesos estresantes utilizada como guía de discusión.

<b>Categoría</b>	<b>Definición</b>
a) problemas intrapersonales,	Preocupaciones de salud o teniendo que tomar decisiones importantes
b) problemas interpersonales	Dificultades con miembros de la familia, con la pareja o con los amigos.
c) cambios en el estilo de vida;	Modificaciones en el modo de vivir o alejarse del hogar.
d) tensiones debidas al estatus socioeconómico	Problemas en el trabajo o dificultades financieras
e) problemas que ocurren a otras personas	Problemas experimentados por familiares de amigos
f) experiencias traumáticas	Accidentes automovilísticos, enfermedad grave o muerte de un ser querido.