

## Cuando las parejas envejecen: calidad de la relación marital

*When marriages age: The quality of the relationships*

*Quando os casais envelhecem: qualidade do relacionamento conjugal*

**RESUMEN:** Ante el incremento del envejecimiento en Puerto Rico, se considera la necesidad de estudiar a este grupo para poder proveerle servicios adecuados según sus realidades. Se realizaron entrevistas profundas, a 10 personas con un promedio de 53.25 años de casados. Tematicas que se analizaron: el significado del matrimonio, la fortaleza de la relación, la comunicación marital, el conflicto marital, perdón, confianza y recomendaciones a futuros matrimonios. Los matrimonios reconocieron las complejidades de la relación desde una mirada positiva.

**Palabras clave:** Adulto mayor; Matrimonio; Calidad marital.

**ABSTRACT:** *With the increment of older population in Puerto Rico, exist the need to study this group to provide adequate services. depth interviews were performed to 10 married people with an average 53.25 years of marriage. Thematic that were analyze: the meaning of marriage in their lives, the strength of their relationship, marital communication, marital conflict, forgiveness, trust and the recommendations to future marriages. Finally, even though the spouses recognize the complexities in their marital relationship they also demonstrated to have a positive view on it.*

**Keywords:** *Older adults; Marriage; Marital quality.*

**RESUMO:** *Dado o aumento do envelhecimento em Porto Rico, considerou-se a necessidade de estudar este grupo objetivando fornecer os serviços adequados, de acordo com estas realidades. Foram realizadas entrevistas em profundidade com 10 pessoas, com uma média de casamento de 53.25 anos. Analisaram-se os seguintes tópicos: o significado do casamento, a força do relacionamento, comunicação conjugal, conflito conjugal, perdão, confiança e recomendações para futuros casamentos. Os casamentos reconheceram as complexidades do relacionamento de uma perspectiva positiva.*

**Palavras-chave:** *Idosos; Casamento; Qualidade matrimonial.*

El matrimonio es un escenario social que tiene la propiedad de ser una relación única y exclusiva. Un escenario que brinda a la pareja un sentido de continuidad, expectativas hacia el futuro y un ambiente de seguridad a sus protagonistas. Según la edad del cónyuge y los años de casados se podrá determinar las identidades, los lazos afectivos, el compromiso y la calidad de la relación de pareja (Helms, 2013).

Los matrimonios en etapa tardía son parejas felices (Noller, & Karantza, 2012). En muchos casos, son parejas que, por muchos años, se han mantenido estables, formando una relación madura, con fuertes lazos afectivos, desde una mirada positiva sobre sus vidas y la propia relación (Karney, & Bradbury, 2014). Por lo que la relación de pareja del adulto mayor está orientada hacia lo marital, es decir, la energía y el tiempo que invierten en el matrimonio se enfoca en el cónyuge (Lauer, R., & Lauer, J., 2004).

Las parejas en etapa tardía han aprendido a manejar el conflicto de manera adecuada, toman decisiones mutuas y mantienen una comunicación con calidad (Nussbaum, M.-D., & Fisher, 2011). También, valorizan la confianza, el respeto, y la comprensión de la pareja (Mares, & Fitzpatrick, 2004; Parker, 2002). Además, expresan abiertamente sus emociones a su pareja, sobre todo aquellas que son positivas (Carstensen, Fung, & Charles, 2003).

Para Iacub (2009), las construcciones de la pareja en la vejez no deben ser definidas por el rol de la abuelidad, sino que deben responder a sus propios estilos de vida al igual que el resto de los integrantes de la familia. No obstante, la construcción de la pareja en la vejez va a depender del género, el nivel educativo y socioeconómico que se tenga, así como sobre el significado que le otorguen al envejecimiento en sus vidas.

Por otra parte, la literatura reconoce que el estar en pareja durante la vejez tiene diversos beneficios para la salud (Noller, & Karantza, 2012; Pienta, Hayward, & Jenkins, 2000). Entre estos principalmente se encuentra: el poder envejecer juntos. Una realidad que es observable en aquellas relaciones que han mantenido una buena calidad de vida matrimonial, a través de sus etapas anteriores de vida como pareja (Umberson, Williams, Powers, Liu, & Needham, 2006).

Al asumir la vejez como pareja, implica desarrollar nuevas fortalezas y enfrentar nuevas tensiones dentro de la relación. Ante la diversidad de cambios que enfrentan los cónyuges, los que tendrán que adaptarse a la evolución natural de la vida, y a continuar construyendo nuevas metas hacia el futuro (Duck, & McMahan, 2010). Sin embargo, algunas parejas encuentran dificultades para adaptarse a estos procesos de transición por diversas razones. Lo que conlleva a un aumento en el nivel de insatisfacción marital (Parker, 2001; Vangelisti, & Perlman, 2006).

Además, en esta etapa tardía, el cónyuge enfrenta nuevos retos que son significativos en sus vidas (Dickson, Christian, & Remmo, 2004). Entre estos nuevos retos se encuentran: (1) la negociación de los nuevos roles que deben asumir los cónyuges dentro de la relación; (2) el cómo desplazar el foco de atención de los hijos en la pareja; (3) la integración de los problemas de salud en su relación marital; (4) las dificultades, en algunos casos, de mantener el romance y el placer sexual por una pobre salud sexual; (5) los nuevos roles sociales, como por ejemplo la abuelidad o ser cuidador de un menor; (6) el manejo del estrés de la vida cotidiana; (7) la jubilación o el retiro; y finalmente (8) el deterioro de su cuerpo. Estos retos, influyen en la funcionalidad de la relación, provocando que se produzca una redefinición de la pareja en la etapa de adulto mayor (Nussbaum, & Coupland, 2004).

En relación a los procesos psicosociales de la relación marital de adultos mayores, la literatura enfatiza en la comunicación marital, la satisfacción y las expresiones afectivas (Guerrero, Andersen, & Afifi, 2007; Vangelisti, & Perlman, 2006). La comunicación marital en esta etapa comprende diversas complejidades, que se pueden contextualizar entre las fortalezas y las barreras de la comunicación marital.

Entre las barreras más significativas se encuentran los problemas de salud, que en algunas ocasiones afectan la comunicación (Duck, & McMahan, 2010; Nussbaum, & Coupland, 2004).

Asimismo, entre las fortalezas se considera tener tiempo para conversar, expresar compromiso y responsabilidad con la pareja (Mares, & Fitzpatrick, 2004). De manera que, para los cónyuges en etapa tardía lo importante no es la frecuencia, sino la calidad de la comunicación.

También, la comunicación marital se percibe como un componente significativo para la pareja, que se concibe como positiva y flexible (Knapp, & Vangelisti, 2006). Sin embargo, en una pareja con pobre comunicación en su historia de vida, en esta etapa tampoco la comunicación será adecuada. Por lo que, se puede afectar la relación, incrementándose con la edad el deterioro en la comunicación marital (Kelley, 2012).

Sobre la satisfacción marital, las parejas de adultos mayores expresan tener menos insatisfacciones o desacuerdos (Karney, & Bradbury, 2014). Posiblemente, esto responda a su realidad actual, que pueden compartir por mucho más tiempo como la pareja. Los patrones de interacción, ya sean negativos o positivos, pueden contribuir en la satisfacción marital en adultos mayores (Nussbaum, M.-D., & Fisher, 2011). Aspectos como los problemas crónicos de salud o enfermedades terminales en uno de los cónyuges pueden amenazar la unión de la pareja. Esto mayormente se observa cuando uno de los integrantes de la pareja esta saludable, y asume el papel de cuidador del cónyuge enfermo. Provocando una situación estresante en el matrimonio (Levesque, Ducharme, Zarit, Lachance, & Giroux, 2008).

Sobre las expresiones afectivas en la literatura se obtiene el trabajo de Villar, Villamizar, y López (2005) quienes analizan la experiencia del amor en parejas con matrimonio de larga duración. Encontrando que la estructura de la experiencia amorosa en personas mayores es similar, aunque no idéntica, a la de las personas jóvenes. Los cónyuges (adultos mayores) expresaron tener niveles altos de compromiso, un sentido de responsabilidad y de ayuda hacia la pareja, pero con menores niveles de pasión. Además, su noción sobre el amor responde a la estabilidad de su relación, por el largo tiempo que llevan como pareja.

Mientras que Nina (2012) considera que el amor en matrimonios de larga duración es un constructo multidimensional que responde al contexto histórico sociocultural en el que esté inmersa la pareja. Identificando en su estudio diversos atributos en las parejas mayores tales como: (1) el compromiso con la relación; (2) la responsabilidad con el cónyuge; y el (3) interés del bienestar físico y emocional de la pareja.

Con los cambios que enfrentan al envejecer, se tendrá mayor consciencia del significado de tener a una pareja en esta etapa de la vida. Por lo que, el amor en esta etapa se identifica como recíproco, con un alto sentido de responsabilidad, un sentimiento de confianza y de un compromiso mutuo.

Ante la escasa investigación psicológica sobre los matrimonios en etapa tardía, se realizó este estudio con el propósito de explorar la calidad de la relación marital de los adultos mayores en las parejas puertorriqueñas<sup>1</sup>.

## **Método**

### ***Participantes***

La muestra se compuso de 10 personas casadas legalmente, en su primer matrimonio, con un promedio de 53.25 años de casados. Entre las edades de 72 a 81 años, con un promedio de 77 años de edad, y tres hijos en promedio. En cuanto al nivel de educación de los participantes, el 75% tenía completado un grado universitario, y el 25% tenía un grado educativo universitario incompleto. El 87.5% indicó practicar la religión católica. Además, las personas participantes en su totalidad estaban retirados, y vivían en zonas urbanas.

### ***Instrumentos***

Para cumplir con el propósito del estudio se realizaron entrevistas profundas, de manera que se obtuvo información desde las propias palabras de los participantes. Según Lucca, e Berrios (2003), la entrevista es una recolección de información detallada donde la persona informa, expresa, o comparte oralmente lo relacionado al tema. Esta entrevista se compuso de una totalidad de diez preguntas que giraban en torno a diversos aspectos como: la comunicación, los conflictos, el estrés, el perdón y las fortalezas, entre otros aspectos.

---

<sup>1</sup> El tema de la sexualidad no se aborda en este trabajo, debido a que es parte de otra investigación.

Algunas de las preguntas utilizadas en la entrevista fueron las siguientes: ¿Con su pareja, la comunicación ha cambiado a través del tiempo?, ¿Qué le causa estrés en su matrimonio? y ¿Cuáles son las estrategias que utiliza para solucionar los conflictos en su matrimonio?

También, a los cónyuges se les presentaba un inventario en el que se les solicitaba escribir una palabra, que mejor representara su significado del matrimonio. Asimismo, el inventario incluía una lista de áreas de conflicto marital y de estrategias para la solución de conflictos, sobre las cuales la persona participante seleccionaba aquellas que mejor expresaran su opinión.

Además, toda persona que aceptaba participar en el estudio, debía completar un cuestionario de datos sociodemográficos (género, edad, años de casados, nivel educativo y cantidad de hijos), y una hoja de Consentimiento Informado, aprobada por el Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación (CIPSHI) de la Universidad de Puerto Rico.

### ***Procedimiento***

Se realizaron varias reuniones en lugares públicos tales como centros de trabajos, centros comunitarios y universidades. También se proveyó de la información de contacto de la investigadora a todos los interesados en participar. Luego, aquellas personas que contactaron a la investigadora, se les realizaba una entrevista telefónica de cernimiento con el propósito de determinar que cumplieren con los requisitos del estudio. Como parte de los criterios de inclusión los participantes debían cumplir con los siguientes: (1) no estar en consejería o terapia psicológica; (2) no estar experimentando una situación de violencia doméstica; y (3) estar casados legalmente. Finalmente, se les coordinó una fecha y hora para realizar las entrevistas. Estas, se realizaban en escenarios de la universidad o en los hogares de los participantes. Todas las entrevistas fueron audio grabadas, y tuvieron una duración de treinta minutos.

## Resultados

Al analizar el significado del matrimonio para los cónyuges adultos mayores, se obtuvo una variedad de respuestas. Para los cónyuges participantes, el matrimonio significa: amor, compañerismo, entrega, felicidad, algo magnífico y unión.

Entre estas palabras se obtuvo que la de mayor frecuencia es la felicidad. Asimismo, al considerar las respuestas de los matrimonios participantes como unidad de análisis, se observó que no se expresó una noción común entre los integrantes de una misma pareja.

Sobre las respuestas al inventario de conflictos y estrategias para su solución, la mayoría de los cónyuges indicaron tener conflictos en áreas como: 1) salud; 2) situaciones económicas; y 3) sobre aspectos personales. Como también, manifestaron que cuando se producen situaciones conflictivas utilizan las siguientes estrategias para solucionar el conflicto: 1) evitar enojarse; 2) hacer cosas divertidas juntos; y 3) usar el humor.

En cuanto, las entrevistas estas fueron transcritas y analizadas mediante el análisis de contenido con el que se estudia la comunicación conforme a las categorías establecidas por la persona que se investiga (Krippendorff, 2004). Con la información obtenida, se establecieron siete categorías de análisis: (1) Relación Marital; (2) Fortalezas; (3) Comunicación; (4) Conflicto Marital; (5) Perdón; (6) Confianza; y (7) Recomendaciones a Futuros Matrimonios.

En general, los cónyuges adultos mayores manifestaron tener una mirada positiva sobre su relación marital<sup>2</sup>. Por ejemplo, uno de ellos describió su matrimonio como una “*eterna felicidad*” (M., 72), al reconocer que es lo mejor que le ha sucedido en la vida. Además, expresó: “*El matrimonio ha sido una felicidad en nuestras vidas, más que estamos en esta etapa de setenta y pico, y ochenta y pico, lo que nos hace felices*”.

Otros cónyuges reconocen la complejidad del matrimonio. Entre estos, una participante señaló: “*Muchos piensan que el matrimonio es algo fácil, el matrimonio no es fácil, el matrimonio conlleva mucha entrega, escucha, amor, calma, paciencia, perdón, son muchas las cosas que conllevan para uno poder mantener el matrimonio, porque los problemas siempre surgen, todo depende de cómo uno le haga frente a ese problema*” (F., 73).

---

<sup>2</sup> Se exponen las citas de los cónyuges, identificando el género (masculino/M. y femenino /F.) y la edad del participante entre paréntesis.

Por otra parte, los cónyuges del estudio incluso identificaron las fortalezas de sus matrimonios. Entre las principales fortalezas consideraron: el amor, el respeto, la comprensión, la comunicación, y sus creencias religiosas. Sobre ello, una de las participantes señaló “la fortaleza de mi matrimonio es el amor, debido a que nos queremos mucho” (F, 75). Mientras que, su pareja indicó: *“El respeto, y cómo nos llevamos luego de 55 años, pues tratamos siempre de salvar situaciones conflictivas con nuestro estado de ánimo”* (M., 77).

En cambio, otros cónyuges participantes consideraron como fortaleza su fe religiosa, *“para nosotros es muy importante acudir a la iglesia, es muy importante la oración.”* (F., 77).

Asimismo, otros cónyuges establecieron como fortalezas el apoyo de su pareja. *“En el matrimonio se puede brindar mutuamente apoyo del uno y del otro. Si no hay apoyo, no hay amor, no hay nada, ni confianza”* (F., 78). Otros cónyuges identificaron la comunicación en su relación marital, indicando que se debe hablar de todo: *“Siempre reunirse, conversar, preguntar y llegar a un término en el que todo el mundo quede bien. Eso es lo más saludable que yo he visto, es bien la comunicación en general. Para mí eso es bien importante la comunicación.”* (M., 81). Otro aspecto, que identificaron entre las fortalezas maritales, fue la comprensión. *“En nuestro matrimonio es muy importante la comprensión de la pareja, que se comprendan, porque yo creo que es una de las bases del matrimonio.”* (F., 77).

En cuanto, a la comunicación marital se establecieron tres atributos significativos sobre este proceso: (1) funciones; (3) reglas; y (4) cambios en el proceso de la comunicación. Entre las funciones que tiene la comunicación marital destacan la expresión de afectos y resolver malentendidos: *“Por mi conducta le llevo siempre a decirle frases bonitas, qué se yo... ‘sin ti no puedo vivir’. Nos hacemos expresiones mutuas, vamos a sitios, comemos, o sea eso es la felicidad.”* (M., 73). Además, se estableció que es necesario comunicarse abiertamente para evitar una mala interpretación o aclarar algo: *“Tratamos de resolver nuestros propios problemas con el diálogo, que a veces si yo la ofendo, y al ratito vuelvo con ella ‘perdóname, mira que esto es así...’ o ella a mí. Son cosas que ayudan a seguir adelante.”* (M., 81).

En cuanto a las reglas, los cónyuges estuvieron de acuerdo en mantener la privacidad de la comunicación con su pareja. Para los matrimonios participantes, esta sería la regla principal en su relación marital. En particular, consideraron no compartir con otra persona sobre su vida privada: *“Las cosas del matrimonio son del matrimonio.”* (F., 78).



Sobre ello, otro cónyuge expresó: *“Una de las cosas que yo le dije a ella cuándo estábamos recién casados, o de noviazgo era que cuándo hubiera problemas entre nosotros, era entre nosotros.”* (M., 79).

De manera que la información es exclusiva de la pareja, por lo que no se debe compartir los problemas con otros, mucho menos con los hijos: *“Nosotros teníamos una regla y era que nosotros nunca discutíamos nada delante de nuestros hijos. O sea, ellos se enteraban de las cosas después de que habían pasado, pero delante de los hijos, ni había coraje, ni había rencores.”* (F., 75).

Mientras que, para algunas de las participantes, el mantener la privacidad de la comunicación es un asunto que tan solo atañe a la pareja como sobre la vida sexual: *“Mientras sea de aspectos íntimos, las cosas íntimas pues no.”* (F., 77).

Otra de las reglas significativas para las parejas mayores, es poder hablar con su pareja cuando enfrentan problemas, y buscarle soluciones: *“Nos sentamos, y hablamos, nosotros nunca hemos dormido separados de la cama, Nunca, gracias a Dios, hasta ahora.”* (F., 75). De igual forma, en la búsqueda de solución de problema, un participante mencionó: *“Yo tengo metido en la cabeza no acostarme sin resolver problemas. Entonces, le busco la forma ‘mira esto es así, así, el dialogo, vamos a dialogar una cosa... a veces da resultado, pero a veces no...”* (M., 77).

También, para muchos la comunicación marital ha tenido transformaciones debido al paso del tiempo en la relación matrimonial: *“La comunicación ha variado porque se presentan otros problemas. Los problemas cambian, y las situaciones van cambiando. Cosas así hacen que cambie, pero buscamos soluciones que sean compatibles para ambos.”* (M., 73). En cambio, para otros, en menor grado, no se ha producido ningún cambio en la comunicación marital: *“No, sigue siendo igual la comunicación entre nosotros, siempre sigue igual.”* (F., 77). Aunque para unos pocos la comunicación se percibe como parte de la compenetración que existe entre ellos, al ser matrimonios de larga duración: *“Adivinamos uno al otro, ya sabe desde que nos levantamos...”* (M., 81).

No obstante, para muchos de los cónyuges es una etapa de vida con mucho tiempo para hablar con su pareja: *“Tenemos más tiempo para nosotros, ahora así que podemos pasar más tiempo hablando...”* (F., 78).

Aunque establecen que los temas de conversación se centran principalmente en los hijos y los nietos: *“Antes teníamos diferentes cosas de que hablar, pero ahora como no tenemos problemas financieros, no tenemos problemas físicos, así que hablamos de los niños, de cuándo vamos a estar con ellos o cuándo vamos a viajar para verlos.”* (M., 79).

Sobre los conflictos maritales que enfrentan, consideraron que estos son parte de la vida cotidiana en pareja: *“Todos los días siempre hay problemas. Sabes, no es que uno lo va a resolver o no lo va a resolver, pero trata de canalizarlo de una manera que no sea tan fuerte o tan perjudicado, tú entiendes.”* (M., 81).

Así como, reconocieron que los conflictos maritales son un problema no resuelto entre la pareja: *“Los conflictos son problemas que surgen en el cual ninguno de los dos se sienta a hablar, sino que se pelea y se pelea. No puede haber una comunicación concreta, y entonces ninguno se deja escuchar, porque cada cual defiende la parte que cree, como verdad.”* (F., 77).

También, los cónyuges participantes en este estudio estuvieron de acuerdo en que el conflicto es una vivencia ajena en su matrimonio, por entender que es un proceso con connotaciones altamente negativas.

Los cónyuges expresaron que el conflicto en la relación de pareja, es algo complicado, debido a que implica algo insoluble: *“Para mí, un conflicto es aquella cosa que no se puede resolver, que tiene que buscar ayuda y que no puede resolverlo con la pareja. Si tiene que buscar ayuda, entonces hay un conflicto.”* (M., 77).

Por otra parte, se identificaron diversidades de problemas en el matrimonio. Expresando que existen problemas menores o problemas complejos. Entre los problemas menores se encuentran las discrepancias: *“Existen problemas pequeños, pero siempre llegamos a una solución, ‘vamos a comer por ahí’ y nos olvidamos de lo que pasó.”* (M., 73). En cambio, los problemas complejos están relacionados con la toma de decisiones. Por ejemplo, un cónyuge mencionó: *“Entre mi pareja y yo, creo que el problema más complejo fue el tomar la decisión de mudarnos. Eso fue una decisión compleja que causó ansiedad y estrés.”* (M., 80).

En cuanto a las estrategias que utilizan para resolver los conflictos maritales, principalmente consideraron el hablar con la pareja. *“Hablando, él viene, me llama y me dice ‘mira, Matilde vamos a resolverlo de esta manera’ y lo resolvemos, gracias a Dios.”* (F., 72). Otro cónyuge indicó: *“Hablamos entre los dos y buscar una solución. Sí, eso es lo más efectivo para la comunicación.”* (M., 79).

Algunos de ellos mencionaron que existen diversos elementos que contribuyen a la solución de los problemas, resaltando el poder ceder en la comunicación. *“Bueno alguien tiene que ceder, pues uno cede al otro y ya...”* (M., 77). Aunque, también reconocieron que una barrera es la personalidad del cónyuge: *“Cuándo pasa algo, pues yo quietecita, le digo ‘déjame tranquilita’ y me voy para otro lado. Pero al momento él dice ‘vaya negra’, y ahí se me olvida... él me dice ‘tú eres media chabona, pero te quiero’...”* (F., 72).

Otro aspecto mencionado fueron los problemas que pueden provocar estrés marital. Para los cónyuges, las situaciones estresantes principalmente son aquellas que atañen a los problemas relacionados a la salud: *“Más que nada la enfermedad. El no estar disponible para hacer las cosas me refiero a cuándo tuve cáncer eso te cambia biológicamente y físicamente. Quisieras hacer algo, pero en realidad no puedes.”* (M., 80).

Como también, que uno de los integrantes de la relación tenga algún tipo de incapacidad física. Por ejemplo, en este estudio dos de los cónyuges tenían problemas auditivos lo que afectaba en algunas ocasiones la dinámica de pareja: *“Que no me escuchen cuando yo hablo. [risas] Como ayer que iba caminando y no me escuchaba porque no me oye.”* (F., 78).

Así como los problemas económicos que también pueden causar estrés en la relación marital: *“Una de las situaciones que tenemos, que a veces nos mortifican, es la entrada de dinero porque realmente nosotros tenemos que estar pagando el plan médico. Es demasiado, el plan médico nos está cubriendo prácticamente lo que le dan de sueldo a el de retiro.”* (F., 75). El estrés puede incluso surgir de las situaciones cotidianas, en particular se hizo referencia a los conflictos vecinales: *“Los vecinos son vecinos, pero este...a veces me causa un poquito de estrés que ella no duerma bien.”* (M., 81). Otros expresaron etapas de transiciones significativas en sus vidas: *“La decisión de mudarnos fuera de Puerto Rico, diría que eso fue difícil porque pensábamos si debíamos hacerlo o no.”* (M., 80).

Sobre el tema del perdón a la pareja, se estableció que es un elemento significativo en sus matrimonios: *“El perdón es olvidar todo, olvidar todo lo que ha pasado. No recordar, porque si se perdona, se perdona, es como hay un dicho por ahí que dice ‘yo perdono, pero no olvido’. Eso conmigo no, si perdono, perdono y se acabó.”* (M., 79).

Para estos participantes, del perdón depende que la relación se mantenga estable y con calidad: *“El perdón es muy importante en una relación para que perdure toda la vida porque como siendo imperfectos cometemos errores. Hay cosas que él tiene que perdonarme a mí, como yo tengo que perdonarlo a él para seguir funcionando como un matrimonio estable.”* (F., 72).

De igual forma, los cónyuges expresaron la importancia de la confianza en el matrimonio. El poder confiar en la pareja también puede contribuir a la calidad de la relación entre los cónyuges: *“La confianza es todo. Para mí el matrimonio es una unión, es una fusión de hombre y dama, ¿entiende? Y si hay esa fusión, pues lo hay todo...”* (F., 75).

En cuanto a las recomendaciones que expresaron para personas que desean casarse en un futuro, se mencionaron tres aspectos principales: 1) las parejas deben conocer el compromiso que están asumiendo en sus vidas: *“Que lo piense bien. Hay que pensarlo bien, porque es un compromiso que hay que cumplirlo de por vida.”* (M., 79); 2) las parejas deben estar comprometidas seriamente con la relación.

Sobre este punto, una de las esposas expreso: *“Los dos tienen que trabajar el 100% (no el 50%) para que ese matrimonio funcione. Todos tenemos altas y bajas pero la cosa es saber trabajar, hablar y llegar a viejo con esa persona.”* (F., 77); y que 3) las parejas deben tener metas comunes en la vida matrimonial. En relación a ello, uno de los participantes comenta: *“Encontrar algo en común para que los dos puedan estar juntos. Cuando están juntos mirar cuál va ser la meta... por lo que puedan trabajar juntos y alcanzarla.”* (M., 80).

## Discusión

Investigar sobre el matrimonio de adultos mayores implica estudiar personas que han envejecido juntos. En este estudio, los cónyuges demostraron un alto nivel de intimidad en sus relaciones de pareja; sus narrativas demuestran que los cónyuges mantienen una conexión con su pareja, luego de compartir por mucho tiempo diversos momentos y etapas de la vida (Nussbaum, Miller-Day, & Fisher, 2011).

En el estudio, las parejas de adultos mayores expresaron tener una percepción positiva sobre el matrimonio, que relacionan con ciertos sentimientos o emociones (Carstensen, Fung, & Charles, 2003).

El matrimonio mayormente les produce felicidad, aunque reconocen las complejidades de la relación matrimonial. Esta percepción positiva del matrimonio influye en el proceder con la pareja (Hall, 2006). Por lo que se valida el argumento de que los matrimonios en la etapa tardía son parejas felices, con una mirada mayormente positiva sobre su relación (Noller, & Karantza, 2012; Nussbaum, & Coupland, 2004).

También, se pudo identificar que son matrimonios satisfechos, al considerar que en su relación existe un amor correspondido, cercanía emocional, comprensión, valores compartidos y buena comunicación (Helms, 2013; Villar, Villamizar, & López, 2005).

En donde, los cónyuges tienen una responsabilidad y un compromiso con la pareja como parte de su construcción del matrimonio. Sin embargo, resultó interesante que los integrantes de cada pareja expresaran diferentes nociones sobre el matrimonio, aunque no contradictorias. Debido a que cada cónyuge enfatizó en algún aspecto según sus experiencias o vivencias previas desde una mirada positiva. Lo que hace pensar que, para ser felices, no necesariamente se debe pensar de igual forma, sino que son pensamientos que se integran creando una cultura de pareja (Nina, 2012).

Además, se pudo reconocer una diversidad de fortalezas que contribuyen a enriquecer el bienestar psicológico de la pareja. Entre las fortalezas, se destacan el amor que se tienen, el respeto a la pareja, la comprensión, el apoyo mutuo, comunicación y las creencias religiosas. Este resultado es similar con estudios anteriores, con excepción del elemento de las creencias religiosas (Mares, & Fizpartick, 2004).

Esta construcción sobre el matrimonio brinda un sentido de pertenencia mutua a la pareja (Duck, & McMahan, 2010). Lo que les permite crear un mundo íntimo, propio y exclusivo en donde el sentido de pertenencia se nutre emocionalmente de la pareja, de los hijos, de los nietos y de las amistades cercanas. De manera tal, que se intensifica la calidad de las relaciones interpersonales al reconocer el rol de la comunicación y las destrezas comunicativas, con el fin de mantener su matrimonio en la vejez.

También, los cónyuges consideraron a la comunicación como un elemento significativo en su cotidianidad. En este trabajo, la comunicación en la pareja de adultos mayores, no se vio afectada por los problemas de salud o financieros de algunos de sus integrantes contrario a otros estudios en la literatura (Kelley, 2012).

Los cónyuges enfatizaron la necesidad de sentirse involucrado con la pareja mediante conductas comunicativas verbales o no verbales (Guerrero, Andersen, & Afifi, 2007). Además, reconocieron las transformaciones de la comunicación marital a través de su historia de vida, este dato es cónsono con la postura dialéctica de las relaciones de pareja, en donde se parte que las relaciones no son absolutas, sino que están en un constante cambio (Lauer, & Lauer, 2004; Vangelisti, & Perlman, 2006). Por lo que la transformación de la relación produce nuevas metas y necesidades, motivando a reevaluar y redefinir la relación (Nussbaum, & Coupland, 2004).

En este estudio, resultó novedoso obtener varias dimensiones de la comunicación marital que se identificaron como significativas (las funciones, las reglas y los cambios). Sobre este aspecto, al revisar la literatura especializada, no se obtuvo algún estudio que sustente estos datos, quizás esto sea un fenómeno cultural de nuestras parejas en etapa tardía. No obstante, se confirma la importancia de la comunicación en la calidad de la relación marital, en donde ser escuchado de manera activa o divulgar abiertamente con un pensamiento contribuye al desarrollo de la identidad de pareja (Vangelisti, & Perlman, 2006).

En particular, las reglas de comunicación expresadas son acuerdos importantes entre los cónyuges que les hace sentir cómodos en su diario vivir (Lauer, & Lauer, 2004). Son reglas que brinda a los cónyuges una estructura a la relación de pareja, de manera que la interacciones se desarrollan y se sostienen por la existencia de estas reglas (Knapp, & Vangelisti, 2005). Por ello, estas reglas determinan las conductas comunicativas que son obligatorias en la relación de pareja. Las reglas más importantes se centraron en tres aspectos principales: (1) la privacidad de la comunicación; (2) dialogar cuando se tiene problemas; y (3) no informar a los hijos de sus problemas. La violación a estas reglas, pasan a ser una transgresión al mundo emocional de la pareja, como también se pueden afectar otros aspectos como serían a la confianza, lealtad, honestidad y credibilidad del cónyuge (Karney, & Bradbury, 2014). El hecho de que algunas de las esposas expresaran que no se debe hablar sobre su vida sexual a personas ajenas a la relación, es un dato que valida estudios anteriores en donde las parejas buscan la privacidad de su vida sexual y desean mantenerla confidencial (Mares, & Fitzpatrick, 2004).

Un resultado que destaca es que las parejas expresaran no tener conflictos en sus matrimonios, por entender que es un elemento que se compone de atributos negativos. Esto sustenta la construcción del pensamiento popular de que el conflicto es algo negativo.

Como también, los cónyuges señalaron, como estrategia para la solución de los problemas, el poder establecer un diálogo con la pareja. Esta estrategia principalmente es una herramienta constructiva en el proceso de la comunicación (Noller, & Karantza, 2012).

Los cónyuges identificaron como eventos estresantes en la relación marital aquellos factores externos, como son: situaciones económicas o laborales. Estos estresores son elementos que pueden consumir la energía de los cónyuges, restándole a la vida en convivencia (Nussbaum, & Coupland, 2004).

Aunque el estudio no indagó sobre las estrategias que utilizan para afrontar el estrés, el poder lidiar con ello, demanda respuestas que dependerán de su naturaleza y de las circunstancias en las que se produce (Vangelisti, & Perlman, 2006).

Otros aspectos estudiados fueron la confianza y el perdón, como elementos que forman parte de las conductas comunicativas que se asume en la relación marital. Los cónyuges destacaron que la confianza implica creer en la persona con quién se comparte la vida conyugal, siendo esencial para una comunicación adecuada (Lauer, R., & Lauer, J., 2004).

Además, reconocieron la necesidad de utilizar el perdón principalmente en situaciones conflictivas (Karney, & Bradbury, 2014). Como, también, reconocieron la importancia de perdonar para poder mantener y darle continuidad a la relación.

Resultado interesante las recomendaciones señaladas para futuros matrimonios, debido a que en las mismas se destaca una comunicación abierta y positiva, en un contexto de respeto. Esto hace suponer que los cónyuges adultos mayores promueven el desarrollo de una relación saludable. En donde, los integrantes de la relación puedan escucharse, tener metas comunes, tratar de resolver los problemas conjuntamente y asumir los compromisos como un acuerdo mutuo.

Para futuros estudios, se recomienda estudiar la satisfacción marital en esta etapa de vida, comprender el impacto de la salud del adulto mayor en la comunicación marital y la expresión de las emociones. Con este estudio, se denota que las parejas en etapa tardía tienen una mayor consciencia sobre las realidades de la vida matrimonial. En donde, la relación se sostiene por las decisiones que han tomado en las diferentes etapas de la vida, reconociendo diversos elementos que son vitales para la calidad de la relación marital.

## Referencias

- Carstensen, L. L., Fung, H., & Charles, S. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 27(2), 103-123. Recuperado en 01 julio, 2016, de: doi: 10.1023/A:1024569803230.
- Dickson, F. C., Christian, A., & Remmo, C. J. (2004). An exploration of marital and family issues among later-life adults. En: Vangelisti, A. (Ed.). *Handbook of Family Communication*, 153-174. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Duck, S., & McMahan, D. (2010). *Communication in Everyday Life*. Thousand Oaks: Sage.
- Guerrero, L. K., Andersen, P. A., & Afifi, W. (2007). *Close encounters: Communication in relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Helms, H. (2013). Marital relationships in the 21th century. En: Peterson, G. W., & Bush, K. R. (Eds.). *Handbook of Marriage and Family*, 233-254. New York, USA: Springer Publishing Company.
- Iacob, R. (2009). Nuevas Parejas en la Vejez. *Revista de Psicología da IMED*, 1(1), 137-146. Recuperado en 01 julio, 2016, de: file:///C:/Users/Dados/Downloads/Dialnet-NuevasParejasEnLaVejez-5154999.pdf.
- Karney, B., & Bradbury, T. (2014). *Intimate Relationships*. New York, USA: Norton & Company.
- Kelley, D. (2012). *Marital Communication*. MA: Polity Press.
- Knapp, M., & Vangelisti, A. (2006). *Interpersonal Communication and Human relationships*. Pearson Education, Inc.
- Krippendorff, K. (2004). *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. Thousand Oaks: Sage.
- Lauer, R., & Lauer, J. (2004). *Marriage and Family. The quest for Intimacy*. Boston, USA: McGraw Hill.
- Levesque, L., Ducharme, F., Zarit, S. H., Lachance, L., & Giroux, F. (2008). Predicting longitudinal patterns of psychological distress in older husband caregivers: further analysis of existing data. *Aging Mental Health*, 12(3), 333-343. Recuperado en 01 julio, 2016, de: <https://doi.org/10.1080/13607860801933414>.
- Lucca, N., & Berrios, R. (2003). *Investigación Cualitativa: Fundamentos, diseños y estrategias*. Cataño: Ediciones SM.
- Mares, M. L., & Fitzpatrick, M. A. (2004). Communication in close relationships of older people. En: Nussbaum, J. F., & Coupland, J. (Eds.). *Handbook of communication and aging Research*, 231-249. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Nina, R. (2012). El significado del amor en matrimonios de largo tiempo. *Revista Análisis*, XIII(1), 75-93. Recuperado en 01 julio, 2016, de: <http://biblio.trabajosocial.unlp.edu.ar/meran/opac-detail.pl?id1=8725#.Wn4roa6nHik>.



- Nina, R. (2013). Nuestros años dorados: Las relaciones de pareja ante el envejecimiento. En: Montes de Oca, V. (Ed.). *Enfoques en investigación y docencia de la Red Latinoamericana de Investigación en Envejecimiento (LARNA)*, 115-140. México: Instituto de Investigaciones Sociales, UNAM.
- Noller, P., & Karantza, G. (2012). *The Wiley-Blackwell Handbook of Couples and Family Relationships*. United Kingdom: Wiley-Blackwell.
- Nussbaum, J., & Coupland, J. (2004). *Handbook of Communication and Aging Research*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Nussbaum, M.-D., & Fisher, C. (2011). *Comunicación e Intimidad. Las relaciones íntimas a lo largo de la vida*. Editorial UDC/Aresta.
- Parker, R. (2001). Making Marriage last. *Family Matters*, 60, 74-88.
- Parker, R. (2002). Why marriages last. *Research Paper*, 28, July. Australian Institute of family studies.
- Pienta, A., Hayward, M., & Jenkins, K. (2000). Health Consequences of Marriage for the Retirement Years. *Journal of Family Issues*, 21(5), 559-586. Recuperado en 01 julio, 2016, de: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/019251300021005003>.
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Liu, H., & Needham, B. (2006). You Make Me Sick: Marital Quality and Health Over the Life Course. *Journal of Health and Social Behavior*, 47(1), 1-16. Recuperado en 01 julio, 2016, de: doi: 10.1177/002214650604700101.
- Vangelisti, A., & Perlman, D. (2006). *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. New York, EUA: Cambridge University Press.
- Villar, F., Villamizar, D., & López, S. (2005). Los componentes de la experiencia amorosa en la vejez: personas mayores y relaciones de pareja de larga duración. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 40(3), 166-177. Recuperado en 01 julio, 2016, de: [https://doi.org/10.1016/S0211-139X\(05\)74849-6](https://doi.org/10.1016/S0211-139X(05)74849-6).

Recebido em 28/11/2017

Aceito em 30/12/2017

---

**Ruth Nina** - Psicóloga Social e Investigadora. University of Puerto Rico, Rio Piedras, UPR-RP.  
Department of Psychology. Áreas de Interés: Pareja, Familia y Diversidad Cultural.  
E-mail: [rvnina10@gmail.com](mailto:rvnina10@gmail.com)