

# *NIDO VACÍO Y CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR VENEZOLANO.*

*Empty Nest and Quality of Life on Venezuelan Ederly.*

**MARÍA DANIELA SÁNCHEZ**

Maestría en Psicología Clínica de la Universidad Rafael Urdaneta.

Maracaibo, Venezuela.

Email: [mdanielasanchez95@gmail.com](mailto:mdanielasanchez95@gmail.com)

Admisión: 09/09/21

Aceptación: 07/06/22

## **RESUMEN**

Esta investigación de corte cualitativo estuvo orientada a describir la experiencia de síndrome de nido vacío y calidad de vida del adulto mayor venezolano, con este fin se entrevistaron a profundidad 6 adultos mayores femeninos y masculinos con familiares emigrantes, se hizo uso del método hermenéutico-dialéctico y la triangulación de expertos para la interpretación y validación de información. Los resultados mostraron que el adulto mayor experimenta las pérdidas propias de esa etapa evolutiva con más intensidad por la crisis país, viviendo el deterioro de su calidad de vida y teniendo que hacer frente a la pérdida más significativa asociada a la desestructuración familiar por la emigración se sumerge en una serie de emociones negativas que son calmadas por la fe y el anhelo de una mejora del país que les permita lograr el reencuentro familiar.

**PALABRAS CLAVE:** Adulto mayor, calidad de vida, nido vacío, duelo.

## **ABSTRACT**

*This qualitative research was aimed at describing the experience of empty nest syndrome and quality of life of the Venezuelan elderly, for this purpose, 6 elderly female and male adults with migrant relatives were interviewed in depth, using the hermeneutical-dialectical method and the triangulation of experts for the interpretation and validation of information. The results showed that the older adult experiences the losses typical of this evolutionary stage with more intensity due to the country crisis, experiencing the deterioration of their quality of life and having to face the most significant loss associated with family breakdown due to emigration. Immerses in a series of negative emotions that are calmed by faith and the longing for an improvement of the country that allows them to achieve family reunion.*

**KEY WORDS:** Older adult, quality of life, Empty nest, grief.

## **INTRODUCCIÓN**

La emigración no es un fenómeno nuevo ya que ha acompañado al ser humano a lo largo de la historia, sin embargo, la actual configuración global del mundo le proporciona nuevas características y dimensiones, Araujo et al. (2007). Pues si bien muchos años atrás los desplazamientos de personas se veían motivados por la búsqueda de mejores condiciones climáticas y mejores terrenos para la agricultura, actualmente son las condiciones adversas en el ámbito político, económico, social y

cultural, unidas a la búsqueda de un futuro mejor entre las razones detrás de la migración moderna lo que constituye un fenómeno que está íntimamente conectado a procesos históricos, económicos, sociales y políticos de alcance global que genera un impacto, tanto en las sociedades de origen como en las de acogida.

De esta forma las migraciones históricamente han tenido un tránsito más común en América latina y el Caribe ya que se conforma por gran cantidad de países en vías de desarrollo, sin embargo, en Venezuela la aparición del fenómeno migratorio resulta relativamente nueva pero durante los últimos años el país se ha visto golpeado por una severa crisis multidimensional. Fue así como un país rico en petróleo, oro, hierro, aluminio, con reservas naturales extraordinarias, entre muchos otros atractivos, en el pasado un país de bienvenidas, actualmente despide a muchísimos de sus habitantes, a causa de una lamentable recesión económica, política y social, traducida en hiperinflación, escasez de alimentos, medicamentos, poca fluidez del dinero en efectivo, fallas en la administración de los servicios públicos (electricidad, agua, gas y transporte), el deterioro significativo del sector salud, problemas en la distribución de la gasolina y con la red de telecomunicaciones, educación, inseguridad y añadida recientemente la pandemia, son algunas de estas.

La planteada situación ha impactado sustancialmente en el venezolano desmejorando la calidad de vida a la que este estaba acostumbrado. Entendiéndose calidad de vida como el bienestar personal derivado de la satisfacción de necesidades en las esferas física, psicológica, social. Hornquist, 1982 (citado por Úrzua y Caqueo, 2012). La OMS 1994 (citado por Polomba, 2002) define calidad de vida como la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones. Es un concepto multidimensional y complejo que incluye aspectos personales como salud, autonomía, independencia, satisfacción y aspectos ambientales como redes de apoyo y servicios sociales, entre otros. Polomba (2002) también expone que a nivel político y social significa tener buenas condiciones de vida objetivas y un alto grado de bienestar subjetivo incluyendo la satisfacción colectiva de necesidades a través de políticas sociales en adición a la satisfacción individual de necesidades.

Dado lo anterior aparece forzosamente la migración pudiendo generar sentimientos de pérdida relacionados con la separación de la familia que son experimentados tanto en el que se va como en el que se queda, impactando la calidad de vida de ambas partes. La pérdida como factor prevalente en el ser humano se manifiesta no solo en la ausencia material sino también en la ruptura emocional, tras el abandono evidente. Hoy por hoy hay un sin número de teóricos que abordan el tema del duelo y sus diferentes manifestaciones; teniendo como referencia principal la concepción de Freud, 1917 (citado por Murillo, 2017), quien definió el proceso de duelo como la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc.

Por su parte Miggyrai, 2010 (citado por Rivera, 2017) expresa que toda pérdida significativa viene acompañada de un duelo, aunque el duelo por la pérdida es diferente al duelo por muerte, ya que este es irreversible. Los familiares que se quedan en el país de origen, quienes por determinadas circunstancias políticas o económicas no tienen claro cuándo podrán volver a ver al familiar que emigra, deben elaborar un duelo al ser este vivido como una situación de pérdida. El pariente que emigra no está muerto pero la dificultad de verlo y compartir con él hitos de importancia a nivel familiar y social hace que esta situación deba elaborarse como un duelo profundo con similares características y complicaciones que el duelo de muerte.

Esta investigación se centró en estudiar ese profundo dolor que vive el que se queda en el país sabiendo que va a estar lejos de su familiar que se va por lo que para entender mejor la problemática y colocarle una base teórica es preciso definir un fenómeno conocido como el síndrome del nido vacío haciendo la distinción de que no deja las mismas secuelas en los individuos el hecho de que los hijos se vayan de la casa a vivir en la misma ciudad o el mismo país, a que se muden a miles de kilómetros y los padres desconozcan incluso si podrán llegar a reencontrarse en algún momento lo que representa una pérdida que es vivida por ambas partes como un duelo.

El síndrome del nido vacío es el conjunto de síntomas, tanto ansiosos como depresivos que hacen su aparición cuando los hijos de una pareja abandonan el hogar para empezar su propio ciclo de vida (Ordoñez, 2016). Anteriormente aparecía cuando los hijos se casaban y dejaban el hogar por esta razón, sin embargo, en Venezuela actualmente este fenómeno aparece con mayor frecuencia a causa de la emigración. El mismo autor plantea que los vínculos afectivos que se establecen entre los progenitores y sus hijos elaboran un imaginario familiar en el cual los padres asumen el papel de cuidadores y referentes de valores que prepararán a sus hijos hacia una vida adulta, sin embargo en muchas ocasiones los padres no visibilizan la partida de sus hijos del hogar, confrontándose con sensaciones de vacío, tristeza, quejas somáticas, nostalgia etc. Estos síntomas suelen agravarse cuando concuerdan con alguna vivencia negativa como la jubilación o la menopausia de la madre ya que representan importantes cambios en el individuo. De la misma manera la pareja siente más esta transición si el hijo que se va es el que se había protegido.

En el caso Venezolano es la crisis que golpea duramente los hogares la que agrava el fenómeno, hay un vacío emocional pero también un vacío económico, de hambre, de necesidad, además de que es un proceso que está ocurriendo en el seno de unos hogares que por tradición, mantuvieron la unión y el compartir como estandarte de vida. La preparación que los padres deben tener para confrontar, manejar o evitar los síntomas derivados de la partida de los hijos se elaboran a partir del vínculo que se establece desde que los hijos nacen sumado a las expectativas de los padres en su futuro, además se debe considerar que el adulto mayor debe ser preparado para enfrentarse a una serie de limitaciones tanto físicas como psicológicas que se presentan en esta etapa de la vida. (Ordoñez, 2016). Otros autores plantean que el nido vacío es una desadaptación, un mal afrontamiento de una situación social actual, y que puede etiquetarse como un trastorno afectivo enmascarado de características depresivas donde reinan los sentimientos de tristeza y pérdida, Sotillo, 2000 (citado por Ordoñez, 2016).

Aunque si bien, la situación descrita afecta a la gran mayoría de ciudadanos venezolanos hay sectores más vulnerables, los adultos mayores que deberían estar tranquilos disfrutando de sus años dorados luego de haber aportado tanto a la sociedad, pero en vez de esto se encuentran en zozobra constantes por las carencias anteriormente mencionadas enfrentando la mayoría de casos cuadros depresivos por la ausencia de los familiares que emigraron con el compromiso de ayudarlos económicamente, intentando llenar un vacío emocional insaciable y con la promesa de un futuro reencuentro que quizá no llegue, siendo algunas de las secuelas de este preocupante escenario una salud mental deteriorada, un sentimiento de abandono creciente, un encuentro directo con la soledad, tristeza y ansiedad.

Envejecer es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable, en el que se dan cambios a nivel biológico, corporal, psicológico y social. Vega (2001) plantea que es un proceso en el que confluyen variables ambientales, biográficas y factores individuales por lo que no hay una única forma de envejecer, sino tantas como personas llegan a envejecer. Durante este periodo la competencia fisiológica disminuyen, al igual que la composición química del cuerpo, la masa muscular y aumentan las grasas.

Hay un descenso de la capacidad vital y otras medidas de la funcionalidad. Disminuye también el poder responder adaptativamente a las variaciones del medio ambiente, creándose más vulnerables a la enfermedad (Quintero, 2008).

Son múltiples los cambios que enfrenta una persona a lo largo de esta etapa en diferentes esferas o ámbitos, tanto en el área física, social, emocional y psicológica. En la jubilación se pierde el rol del trabajador, el ritmo de vida y la distribución del tiempo se ve alterada lo que puede generar sentimiento de frustración y distintos cambios de humor e irritabilidad que pueden afectar el contacto con familiares y amigos cercanos, puede haber aislamiento, tristeza y un cambio orientado hacia el sedentarismo. Con la vejez el sujeto atraviesa una serie de crisis producto de la negación de las modificaciones que esta implica, aunque indudablemente la forma como afronte el adulto mayor esto no es igual para todos los casos, estas reacciones dependerán del apoyo social con el que cuente el individuo además también de las condiciones del país donde se encuentre (Belsky, 2001).

Así mismo se mencionan investigaciones encontradas y asociadas a la problemática aquí planteada, el estudio de Reyes (2003) arrojó que desde el punto de vista psicológico los ancianos requieren permanente apoyo y afecto, siendo las necesidades afectivas las que menos satisfacen, generándole sentimientos de soledad y minusvalía. Mientras que desde el punto de vista biológico experimenta una serie de cambios fisiológicos y padece algunas enfermedades crónicas que disminuyen su capacidad de respuesta física e independencia, igualmente presentan carencia de recursos económicos que limitan la satisfacción de sus necesidades. Por otra parte socialmente se produce un decremento de sus interacciones. Finalmente se pudo determinar que existe una baja correspondencia entre las políticas y programas que para la tercera edad diseñan y ejecutan las instituciones gubernamentales, con las necesidades y problemas reportados por la investigación.

Por su parte Meneses (2019) derivó en su estudio que las madres venezolanas con hijos emigrantes se ven en un cuadro de nido vacío afectadas por la desintegración familiar lo cual produce sensación de vacío, dolor profundo y depresión. El nido vacío en las madres venezolanas de hijos que se han ido del país ocurre por diversas causas externas y forzadas por lo que deben luchar contra la soledad, para evitar el malestar, la tristeza y la depresión. Los resultados sugieren que el síndrome de nido vacío se produce de una manera más intensa debido a la cultura matricentrada venezolana.

Enmarcada dentro del campo humano- social la investigación buscó concientizar y promulgar la atención, y cuidados que necesitan estos nobles individuos dado que esta problemática vista desde la óptica de la vejez por lo general pasa desapercibida, sirviendo también de punto de partida para el desarrollo de futuros estudios asociados al tema planteado, ya que tanto la emigración como la situación país constituyen un contenido de relevancia actual cuyas ramificaciones posiblemente no saldrán del foco de estudio pronto. Por ello se realizó un estudio profundo queriendo conocer cómo viven estas dificultades esta población y lo que significan en sus vidas, haciendo especial énfasis en el afrontamiento de la separación, en lo que significa la pérdida de sus afectos y de su calidad de vida, por lo que se busca responder a partir de lo ya planteado y desde el enfoque de la investigación cualitativa la siguiente interrogante: ¿Cómo es la experiencia del síndrome del nido vacío y la calidad de vida del adulto mayor en Venezuela? Interrogante de la cual se deriva el siguiente propósito de investigación, describir cómo es la experiencia del síndrome del nido vacío y la calidad de vida del adulto mayor en Venezuela.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se contextualizó dentro de la metodología cualitativa como un estudio interpretativo, descriptivo, analítico, estructural y situacional con la finalidad de tener una aproximación de la realidad del evento estudiado, el síndrome del nido vacío y la calidad de vida del adulto mayor. Se realizó dentro del paradigma interpretativo pues este asume la existencia de realidades múltiples buscando capturar el punto de vista de los actores principales. Está enmarcado dentro del modelo cualitativo que se refiere a la recogida de información basada en la observación de comportamientos naturales, discursos o respuestas abiertas para la posterior interpretación de significados, es decir que se basa en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social. Se selecciona entonces esta metodología porque busca construir un conocimiento desde el análisis orgánico, puro del individuo, y las cualidades de este, basado en su discurso, en su forma de ver y de vivir la vida, en su subjetividad. Igualmente es de tipo naturalista pues en ella se estudiarán fenómenos que ocurren dentro de su ambiente natural, así mismo el método empleado, consonó con el presente estudio es el fenomenológico ya que busca alcanzar el saber desde la percepción del evento estudiado, libre en sus interpretaciones de preconcepciones o precogniciones, basado en la experiencia o conciencia subjetiva de los objetos de estudio.

Como informantes clave se seleccionaron intencionalmente 6 adultos mayores, 3 femeninos y 3 masculinos con edades comprendidas entre los 60 y 80 años, con diferente grado de instrucción, bachilleres y profesionales universitarios, residenciado en el estado Zulia, un estado fronterizo con Colombia que padece más de cerca los conflictos consecuencia de la crisis y quienes tienen familiares que emigraron del país. Para la recolección de información se hizo uso de la entrevista profunda, directa y semiestructurada, acompañada de la observación detallada, la cual abarcó varias áreas, desde la calidad de vida se indagó sobre aspectos personales como la salud física y emocional, autonomía, satisfacción y aspectos ambientales como redes de apoyo, servicios sociales, siendo protagónico como aspecto indagatorio el impacto de la problemática política y social del país y el conflicto migratorio que genera el síndrome de nido vacío en los informantes y las consecuencias emocionales que este trae consigo. Se realizó una sesión con cada informante para obtener todos los datos necesarios, llevándose a cabo el proceso en un ambiente cómodo, privado y controlado para lograr que los entrevistados se sintieran libres de expresar sus opiniones y responder cada interrogante, entrevistas que fueron grabadas en un dispositivo móvil (celular) con el consentimiento de los informantes.

Se eligió entonces como método para el análisis de la información el hermenéutico dialéctico ya que consiste en la interpretación de signos sensibles, palabras, gestos, comportamiento, incluso textos, siempre conservando la singularidad del contexto del que forma parte. Lo que se hizo posible a través de un proceso conocido como categorización, realizado por 2 psicólogos clínicos y especialistas en investigación cualitativa (investigador y tutor) para cumplir con el mismo se realizó la transcripción minuciosa del discurso de los participantes, organizándola en tablas, lo que luego fue transformado en datos, tomando los contenidos comunes de cada línea, se definieron unidades temáticas y posterior a esto se agruparon en categorías en función a su naturaleza o contenido, estableciendo relaciones entre los datos recogidos que condujeron a nuevos significados y generaron interpretaciones.

El mencionado análisis se amplió a través de la triangulación de investigadores en la que tres especialistas en el área fueron voluntariamente partícipes de un debate donde se leyeron los datos recogidos y compartieron opiniones, generando discusión aportaron información valiosa para el proceso. Finalmente los resultados de la investigación fueron expresados en gráficos que permiten visualizar de manera clara y rápida la relación entre los datos, los cuales se plasmaron visualmente

de acuerdo con la historia de los sujetos y los factores que influyen en la realidad observada, a fin de organizar, simplificar y hacer más comprensible los hallazgos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

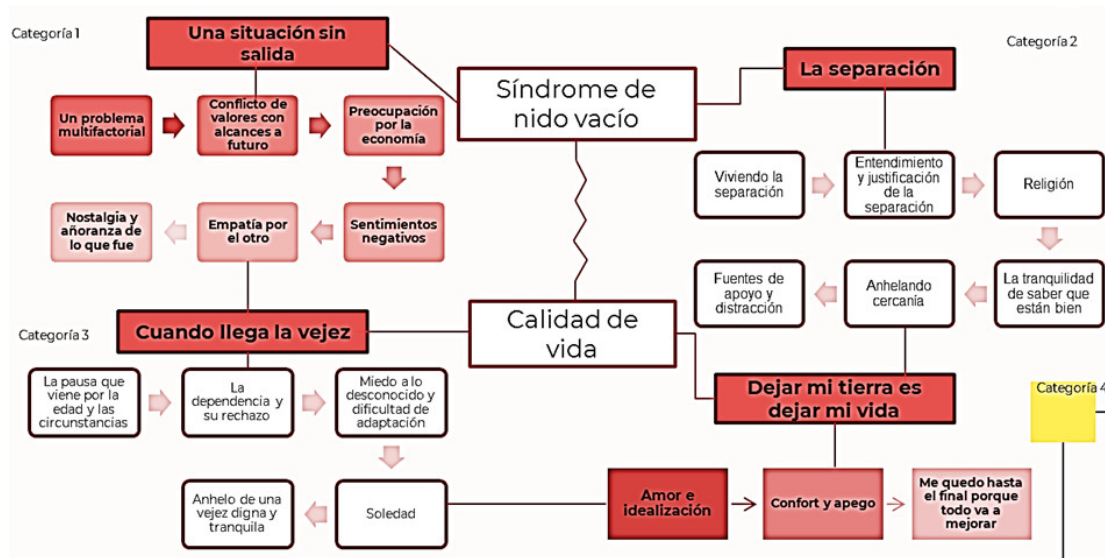


Figura 1. Experiencia de síndrome de nido vacío y calidad de vida.

Como resultado del proceso de categorización se lograron definir cuatro grandes ejes comunes en el discurso de los seis informantes que condujeron a analizar a fondo el propósito concreto de ésta investigación plasmados en la figura número uno, teniendo entonces, una primera categoría titulada “Una situación sin salida”, la segunda categoría encontrada se titula “La separación”, la tercera categoría se denomina “Cuando llega la vejez” y la última “Dejar mi tierra es dejar mi vida. Así mismo es importante acotar que se respalda teóricamente todo lo aquí planteado tanto con el resultado de la triangulación de expertos como con el marco teórico de la investigación.



Figura 2. Una situación sin salida.

### Categoría 1

Dentro de esta categoría se encontró como tema principal la identificación y descripción que hacen los informantes de la realidad social y económica que se viven en el país, que impacta sustancialmente y genera un déficit en la calidad de vida de los mismos, se constituye por el aporte de cada uno de los informantes y plasma con claridad los padecimientos, sentimientos, preocupaciones, miedos que los individuos experimentan a diario como consecuencia de la crisis del país. La primera subcategoría es “Un problema multifactorial”, en la misma el análisis del discurso plantea que la crisis tiene múltiples ramificaciones tanto en lo económico, laboral, político, rama de alimentación, servicios públicos, seguridad, abastecimiento de gasolina, educación y ahora la reciente pandemia, no es un problema único.

#### **Rafael, 80 años.**

Es algo desastroso, no se le ve salida a la situación económica, no hay trabajo, no hay empleo, no hay producción, todo por el suelo (20-21)\*

#### **Elsy, 60 años.**

Hay muchas, la educación, por ejemplo, a nivel de empresas todo eso está muriendo, está agonizando, el problema de la gasolina, la comida, muy costosa más que todo aquí en el Zulia. (120-122)\*

La siguiente subcategoría identificada fue “Conflicto de valores con alcances a futuro”, en esta los participantes rescatan la importancia que tiene en la problemática que atraviesa el país el déficit de valores que presentan los venezolanos en la actualidad, con preocupación expresan el dolor que les genera observar como los individuos egoístamente solo piensan en su bienestar, ganar con trampas sin mostrar ni una pizca de solidaridad o empatía por el dolor del otro.

Tomando en cuenta que vienen de una época en donde la moral, el respeto, el compañerismo y las buenas costumbres estaban muy presentes, ahora observan escandalizados esta realidad atribuyendo como causa de la misma un déficit de la educación que se imparte tanto en el colegio como en los hogares y que viene gestándose desde años atrás pero tuvo su estallido a causa de la

crisis lo cual pudiese repercutir en el futuro del país, dada la fuga de talentos el país se está quedando sin profesionales valiosos, dado el poco sentido de pertenencia por el país que existe en las nuevas generaciones, también la mala alimentación de los niños de hoy que repercute en el adulto del mañana por lo que consideran que no hay posibilidad de consolidar una generación de relevo sana y educada.

**Rafael, 80 años.**

Bueno como todos preocupados que no se le ve salida a esta situación a mediano plazo, a lo mejor me muero y no se le ve solución a la situación del país. Nadie quiere hacer por el país todo es un personalismo, hago porque me conviene, porque voy a estar bien yo pero la población nada que ver. (3-36)\*

**Magally, 67 años.**

Yo vengo de trabajar en barrios y antes el gobierno les daba a los colegios su vaso de lactoviso, la comida pero hoy en día no, los padres muchas veces no se lo daban a los niños porque tenían la manera pero hoy en día no, los niños no se alimentan bien, no tienen su alimento, su vaso de leche, su proteína ni las verduras, no están, que no todos los niños tienen la posibilidad de nutrirse hoy y eso repercute en el hombre del mañana, ¿Quién nos va a reemplazar?, además de cómo está la educación de debilitada. Eso sí me preocupa y trato de no darle fuerza (198-205)\*

La siguiente subcategoría es “Preocupación por la economía” y refiere que la cuestión que más apremia a los individuos es la situación económica que les impide tener un poder adquisitivo para sustentar una vida digna, lo cual representaría para ellos poder librarse de la recurrente preocupación por la búsqueda de la alimentación, pero por el contrario su realidad es la incertidumbre de no saber si tendrá los recursos para solventar esa necesidad básica, igualmente la falta de recursos económicos impide que los mismos puedan vigilar su salud, con el pasar de los años es inevitable que vayan apareciendo dolencias que son propias de la edad y que muchas veces implican la realización de exámenes, atención médica y compra de fármacos, a lo que esta dificultad no les permite acceder. Reconocen que en el país el sistema de salud pública se encuentra sumamente deteriorado por tanto la alternativa es la atención privada, la cual se encuentra en este momento fuera de las posibilidades económicas de cualquier venezolano, preocupación que se intensifica por la presencia de la pandemia.

**José, 62 años.**

La que más me preocupa es la cuestión de la salud, lo de la pandemia, pero también cualquier cosa, que usted tenga que consultarse algo, verse algo y el dinero, si usted no tiene problemas muy bien pero cuando uno tenga que utilizar servicios médicos, ya en los hospitales si no van por la pandemia no atienden, los sueldos y los seguros no te dan para hacerte un simple examen de sangre, de triglicéridos y se le va uno el sueldo, esos detalles entre tantos, por otra parte lo que es la alimentación, es demasiado, demasiado, antes lo que te resolvía era la verdura pero ya no, la verdura ya no ayuda tampoco, muy costosa también. (31-38)\*

**Elsy, 60 años.**

La económica la que más me afecta. (124)\*

La siguiente subcategoría “Sentimientos negativos” hace referencia a los sentimientos negativos que experimentan los individuos ante lo que viven a diario y la separación siendo la rabia, la frustración



y la impotencia alguno de ellos. Todos manifiestan que las condiciones adversas que sufren en el país les impiden tener una vida digna y plena, forzando la desarticulación familiar y trayendo como consecuencia un profundo dolor emocional, tristeza, sentimiento de vacío, soledad, impotencia. Un informante plasma su sentir explicando que se siente exprimido por la situación del país y por la pandemia, siendo algo que dieron a entender en su discurso todos los participantes. Hay una situación de encierro, de nostalgia asociada síntomas depresivos que no en todos los casos llega a ser un cuadro de depresión mayor sino que se queda en esos síntomas depresivos que son experimentados por cada individuo en su manera singular.

**José, 62 años.**

Si, la tristeza, soledad, miedo, frustración, bueno a veces con cierta frecuencia, a veces y uno trata de sobre llevarlos, de no dejarse invadir, pero siempre de vez en cuando le dan a uno sus sentimientos. (153-155)\*

Ellos están tranquilos allá...No están preocupados como acá que cuando uno sale no llega deprimido sino exprimido, esos son unos precios te sacan hasta la última locha. (181-183)\*

**Jesús, 61 años.**

Uno le da como impotencia de querer hacer las cosas y que las cosas sean como antes y no poder hacerlas entonces uno se siente frustrado. (159-160)\*

Esta subcategoría se titula "Empatía con el otro" en donde se plantea un contraste entre la realidad de los informantes y de los ciudadanos que están en una situación más compleja, si bien las dificultades que se viven afectan a todos, siempre hay quien está más perjudicado por la crisis entonces aparece ese sentimiento de humanidad, solidaridad, preocupación, compasión por otros individuos que están en situaciones peores, que no tienen que comer, están enfermos y necesitan medicamentoso o alguna intervención quirúrgica, por quien no tiene apoyo, y al mismo tiempo agradecen estar en una mejor situación.

**Jesús, 61 años.**

Bueno, yo me pongo en el lugar de los vecinos, de esa gente que no tiene un trabajo o aquellos que tienen un trabajo y no le alcanza el sueldo, que no ganan para mantenerse, no es nada fácil, esa situación, es una situación bastante difícil que las personas aquí aun teniendo un trabajo no les alcanza y yo me imagino que en su gran mayoría de los trabajadores de este país piensan en emigrar por lo mismo, por la misma situación de que el trabajo lo tienen, pero no le alcanza. (117-122)\*

**José, 62 años.**

Esperamos, esperamos por el bien de todos, porque uno es un caso aislado, pero hay mucha gente que está en peores situaciones. (93-94)\*

La última subcategoría que conforma este eje discursivo se titula "Nostalgia de lo que fue", la misma hace alusión al recuerdo positivo que guardan los informantes de lo que era el país en el pasado, y un anhelo de volver a aquellos tiempos donde siguiendo la línea discursiva expresan todo era diferente, donde estaban cómodos, felices, sin preocupaciones.

**Rafael, 80 años.**

30 años atrás todo era chévere, la producción de alimentos era suficiente, se

aportaban productos, había calidad de vida, pertenecíamos a la clase media, no hacía falta nada sino voluntad para trabajar y echar hacia delante. (29-31)\*

**Elsy, 60 años.**

Me sentía de lo mejor, uno tenía tantas cosa bonitas, mi niñez, cuando me case, las muchachas fueron creciendo, que si yo hubiese sabido que todo esto iba pasar hubiese disfrutado más de lo que yo tenía antes, porque ya que uno pierde las cosas es que uno le da valor a las cosas pero antes me gustaba como era Venezuela, Venezuela es tremendo país. (102-107) \*



Figura 3. Una situación sin salida.

*Categoría 2*

La siguiente categoría identificada dentro del discurso es “La separación”. Esta busca plasmar el dolor emocional que representó para los informantes la despedida de los seres amados, lo que significó para ellos saber que estarían lejos, el vacío y el profundo dolor que la partida dejó en sus vidas que lo asemejan a el dolor de la pérdida de una parte de ellos mismos, plasma también como hace frente cada individuo la separación según los recursos particulares con los que cuenta cada uno. De la misma se desprenden una serie de subcategorías siendo la primera “Viviendo la separación” la cual plantea específicamente las diferentes formas en las que los individuos hacen frente a ese proceso. Se encontraron dos formas de afrontar la partida, una más funcional que otra aunque ninguna exenta de dolor.

La separación tiende a ser problemática en algunos casos, cargada de tristeza, depresión, rabia, impotencia, sentimientos que no desaparecen, están presentes cada día de la vida, solo que unos días se viven con más intensidad pero siguen presentes, mientras que en otros casos hacer frente a ese vacío que deja la despedida es más funcional, más saludable, el individuo se hace responsable de su calidad de vida y actúa, es activo, se mueve.

El afrontamiento que los informantes le den a la separación también está íntimamente relacionado a las creencias de cada individuo, los recursos personales con los que cuenta cada uno en su singularidad

y su historia de vida. Para los que entienden la separación de los hijos como una fase inevitable de la vida es más sencillo, para ellos permitir que los hijos se vayan significa dejarlos ser libres, a diferencia de los individuos para los cuales ser padre y madre ha significado todo en sus vidas, donde hay más control y sobreprotección.

**Maricela, 61 años.**

Imagínate triste, deprimida, porque no es fácil desentenderse de un hijo, así de la noche a la mañana y yo he sido una madre muy aquí, en mi hogar ellos nunca se vieron en la calle ni me dieron quejas y de la noche a la mañana se despega uno de mi es como si parte de uno se fuera con él. (25-28)\*

**Magally, 67 años.**

Bueno, yo no sé si fue mi forma de ser, mi formación que yo tengo, uno debe de tener una mente, como te digo... Una actitud positiva y yo creo mucho en eso, si yo me tiro a llorar y a desesperarme todo eso le va a llegar a ella. (114-116)\*

La siguiente subcategoría es “Entendiendo y justificando la separación” y hace referencia a las explicaciones que crean los padres para entender, justificar y sobre llevar el dolor de la separación asociadas al bienestar y la tranquilidad económica que les genera a ambas partes salir del país pues estando afuera el hijo tiene estabilidad económica y brinda ayuda económica a la familia que se queda, entonces está presente el sufrimiento pero por encima de ese dolor esta la conciencia de una realidad compleja que nadie busca mejorar por lo que se acepta la partida de los hijos como una solución a un conflicto, distinto a lo que ocurría hace unos años donde era más poderoso el dolor, el apego emocional y la negación que sigue existiendo pero ahora hay una racionalización, teniendo más valor para los padres la tranquilidad y el porvenir de los hijos afuera que se convierte en la tranquilidad de los padres dentro del país dándole una utilidad a la separación.

También en algunos casos para los padres dejar a los hijos libres se asocia a un acto de solidaridad y sacrificio aunque existen dudas y miedos dejan de pensar en ellos mismos y aceptan que sus hijos dejen el nido para que no padezcan las adversas circunstancias que se presentan en el país, aun cuando el dolor que genera el vacío que dejan es indescriptible es más poderoso el amor y el deseo de que el ser amado esté bien, que crezca y se desarrolle a el deseo de tenerlo al lado, cortándole la libertad o limitando sus opciones.

**Rafael, 80 años.**

Estuve de acuerdo porque cada ser humano tiene su propia personalidad y no fui egoísta en eso, en truncarle, se fueron ya mayor de edad, ya sabían la decisión que tomaron. (63-65)\*

**Jesús, 61 años.**

Tu sabes que los padres quieren lo mejor para los hijos y viendo la situación país se sabe que aquí para los jóvenes no hay futuro o hay pocas oportunidades, mejor dicho, hay pocas oportunidades entonces yo lo vi bien porque podría ser que allá en el exterior consiguieran un mejor futuro que el que les esperaba aquí en Venezuela entonces más bien los apoye, les busque los pasajes y bueno este, me pareció bien, lo vi bien. (34-38) \*

Elsy, 60 años.

Ahorita me está ayudando una hija que esta fuera del país. (8)\*

La siguiente subcategoría que se desprende del análisis es “Religión” que actúa como un factor protector que los ayuda a entender y sobre llevar el dolor que les genera la separación y la pérdida del país que recordaban, del lugar donde crecieron y fueron felices durante muchos años. La figura de Dios y la fe está presente en el discurso de todos los informantes, quienes se refugian en creencias cristianas para dar explicación a el proceso que viven, se abandonan en los brazos de la religión refiriendo que son los designios divinos los que por alguna razón colocan esta prueba de la cual con mucha fe saldrán en el momento que Dios decida, oran constantemente por sus seres queridos siendo un hábito que los hace sentir cerca de ellos, calmando de alguna forma la ansiedad y la angustia por la separación, la fe es un apoyo para ellos.

**Maricela, 61 años.**

Pero mis oraciones siempre están con él. (23)\*

Aunque la voluntad de Dios, ¡el tiempo de Dios es perfecto mi amor! él sabrá porque lo tendrá aquí, el tiempo que lo tendrá aquí y el día que lo vaya a sacar, quien lo tiene que sacar es Dios, más nadie, no creo que el hombre ya pueda. (62-64) \*

**Magally, 67 años.**

Le digo “Bueno que el padre eterno te acompañe, si Dios te ha dado esa oportunidad de irte de buscar otros horizontes, que te vaya bien, que el sr te acompañe, te respalde en todo, te presente a las mejores personas, las mejores oportunidades”. Porque si yo me pongo aquí a pensar negativo, ideas erróneas que al final no van a contribuir. (116-120)\*

La siguiente subcategoría “La tranquilidad de saber que están bien” plantea como la constante comunicación con los seres queridos, el conocimiento de que tienen un lugar donde estar, personas que los apoyan, trabajo, ya no solo la idea sino la certeza de saber que están bien, genera una tranquilidad que calma en alguna medida la tristeza y la angustia, sin embargo, no la saca de raíz, estas emociones están arraigadas en los informantes y solo desaparecerán el día que puedan estar juntos nuevamente.

**Jesús, 61 años.**

Bueno si ha cambiado porque gracias a Dios a ellos les ha ido bien más que todo a la mayor que ella se casó por allá, consiguió un buen esposo y le está yendo bien entonces hay esa comunicación diaria, y uno ve que allá están trabajando y que le está yendo bien. (47-50)\*

**Magally, 67 años.**

Claro si la extraño y pienso en ella pero a la vez duermo tranquila porque ella está en una buena casa, buena familia. (95-96)\*

La siguiente subcategoría es “Anhelando cercanía”, referida al anhelo, deseo profundo que verbalizan los informantes de estar cerca de sus hijos, de verlos, de reencontrarse, de compartir, preferiblemente dentro del país, bajo otra situación, pero de no ser posible por la realidad enfrentada, se conforman con un encuentro en otro lugar, sin importar que este sea temporal, volver a verlos es la esperanza que los dirige.

**Rafael, 80 años.**

De no poderlos tener cerca de mi (llanto), quiero tenerlos conmigo. (108)\*

**José, 62 años.**

Pero bueno si es aquí, si es aquí si es afuera como sea siempre uno tiene la esperanza de volverse a ver. (129- 130)\*

**Maricela, 61 años.**

No me he adaptado, quiero verlo, siento mucho que me hace falta mi hijo, siento que me vayan a dar una mala noticia, siento que se quede por allá y yo no verlo más, e igual se sentirá el conmigo porque él es un muchacho muy cariñoso... (31-33)\*

La última subcategoría de este orden de ideas se titula “Fuentes de apoyo y distracción” se refiere a como los informantes buscan ese apoyo que necesitan en otras personas familiares o amigos que les quedan dentro del país, pueden ser varios pero por lo general hay una figura de apoyo central, significativa para ellos que pudiese ser la pareja, otro hijo e incluso una mascota, pueden buscar también focalizar su atención en la rutina, en el trabajo, haciendo alguna actividad recreativa y entretenida para ellos como leer o ver televisión, cuidando del hogar, las plantas, sus espacios, ese patrimonio que con tanto orgullo expresan haber construido, todo esto para llenar un poco el vacío que dejaron sus hijos, disminuyendo de alguna manera esa soledad y la tristeza que llevan dentro.

**Maricela, 61 años.**

A mi trayectoria de mi edad me he enamorada más de mi casa de mis matas, converso con ellas y ahí paso el tiempo, visitando a mis amigas, ellas vienen, como he sido buena vecina he tenido muy buenas amistades. (14-16)

**José, 62 años.**

Entre los dos nos reconfortamos (La esposa y el) porque es imposible que uno no piense, a menos que uno configure completamente el cerebro para solo pensar en la casa, comer, uno siempre esta y de pronto le llega. (159-161)



Figura 4. Una situación sin salida.

*Categoría 3*

La siguiente categoría identificada dentro del discurso es “Cuando llega la vejez” y se refiere a una serie de procesos que vive el adulto mayor venezolano cuando llega esta etapa de la vida en estos

tiempos de crisis social y económica. La primera subcategoría “La pausa que viene por la edad y las circunstancias” hace referencia a ese periodo en donde los individuos bajan la velocidad a su ritmo de vida haciendo una pausa en la productividad se dedican al hogar, a descansar, que viene dada por el proceso natural de la edad y en este caso particular señalan también las circunstancias que se viven en el país, incluso a la pandemia del Covid- 19 como la causa que les impide llevar una vida más activa. Aparece la indefensión acompañada de las creencias limitantes de no poder hacer algo por mejorar su realidad social y económica, evidencian el deseo de querer hacer pero se desaniman sin lograr ejecutar ese deseo.

**Elsy, 60 años.**

Ahorita no estoy en la casa, haciendo nada era comerciante, pero a raíz de la pandemia, pero antes de la pandemia yo trabajaba trayendo mercancía de Maicao pero desde que cerraron la frontera y los problemas de país y todo eso, que se ha parado por ese lado el comercio y ahorita no estoy haciendo nada. (2-6)\*

Bueno a veces me paro animada, pero a veces me paro derrotada, a veces me paro hago proyectos hago esto, voy a hacer esto, pero llega el día y no sé, todo como que se me desvanece, no se... (94-96)\*

La segunda subcategoría que se desprende de este eje discursivo lleva por nombre “La dependencia y su rechazo” y analiza la preocupación de los informantes por la dependencia en la que por la situación país muchas veces caen, aparece el miedo a convertirse en una carga luego de estar acostumbrados a cumplir un rol productivo, hoy en día se ven en la necesidad de que sus hijos y familiares les tiendan la mano económicamente para poder subsistir ya que ninguno posee ingresos económicos que le permitan llevar una vida digna. Se evidencia una dependencia emocional y económica, apareciendo también un rechazo a esa dependencia, una resistencia a convertirse en una carga pero esa falta de acción que presentan algunos de ellos, los deja en algunos casos en ese lugar que buscan evitar, encontrándose con la tristeza y la depresión.

**Elsy, 60 años.**

Este año fue que lo sentí más como más fuerte, al principio yo pese que iba a ser todo como más rápido, que la situación del país iba a mejorar que todo iba mejorar y yo me iba a valer otra vez por mis propios medios pero al ver que todo se alarga, se alarga, ya mi hija tiene años fuera del país, años enviándome y siento que este año me pego más. Quiero trabajar, quiero hacer algo porque no quiero seguir así dependiendo de ella y ya uno se va sintiendo como inútil así. (10-15)\*

**Maricela, 61 años.**

Yo siempre me he independizado yo misma pero hoy en día como estamos en esta situación mis hijos me ayudan, van y vienen me traen y ahí vamos sobreviviendo en este país. (18-20) \*

La siguiente subcategoría es “Miedo a lo desconocido” donde se encontró un discurso que plantea un miedo a lo nuevo, al territorio no conocido. Es relevante como se desvanece en los informantes el anhelo de reencontrarse con sus seres queridos si ello implica dejar la tierra que conocen de forma permanente, solo es una opción para ellos si la salida es temporal, por encima del deseo de ver nuevamente a sus hijos se encuentra el miedo, la incertidumbre, la angustia de no saber qué puede

esperarlos afuera y lo que pueda pasarles a su edad estando fuera de su país, tienen consciencia de la xenofobia que existe hacia los venezolanos. Algunos ya han ido de visita o intentado emigrar pero refieren no haberse acostumbrado.

**Maricela, 61 años.**

No ya a estas alturas prefiero quedarme aquí en mi casa, lidiar con mis matas, mis hijos y mi hogar, ya a mi edad coger caminos que uno no sabe que pueda pasar por ahí. (42-43)\*

**Elsy, 60 años.**

Yo prefiero quedarme porque no sé, estoy adaptada ya aquí, yo he viajado para Barranquilla, Santa Marta, Medellín, y no me he acostumbrado y por la familia que tengo aquí. (61-63) \*

Avanzando en el análisis del contenido discursivo llegamos a la siguiente categoría titulada “Soledad” esta hace referencia a ese sentimiento de soledad que se desencadena en los informantes ante la problemática planteada, está presente constantemente, es vivido negativamente ocasionando tristeza y es evadido, existe una búsqueda por llenar el vacío de alguna manera, por huir de ese sentimiento por lo que se generan apegos a otras relaciones (otros hijos, parejas), sin embargo es una soledad que no se calma con cualquier compañía, por lo que incluso la perciben estando acompañados de muchas personas, expresando en el fondo igualmente se sentirse solos.

**José, 62 años.**

No, no bueno como todo, a veces se siente soledad pero uno agarra, y conversa, trata de sobre llevar las cosas, a veces si me siento solo. (125-126) \*

**Elsy, 60 años.**

Claro me he sentido sola, si bastante, me siento sola, mas es el tiempo que me siento sola. (144-145)\*

Para cerrar el análisis de esta categoría llegamos a la siguiente subcategoría “Anhelos de una vejez digna y tranquila” que hace referencia al deseo de los informantes de tener una vida tranquila, sin preocupaciones a una edad donde ya consideran haber sembrado y entregado todo al país, ahora quisieran poder disfrutar, ninguno se refirió a lujos ni ostentidades solo desean una vida en calma, con las necesidades básicas cubiertas, en su hogar con su familia completa y unida esa es lo que definen como realización en palabras de alguno de ellos “eso sí sería felicidad”.

**Jesús, 61 años.**

Como todo ser humano que siembra una familia, la cultiva, en aquel tiempo uno tenía sus muchachos les daba estudios, “no cuando este viejito mi familia me mantiene”, para eso uno siembra. Uno se imaginaba una vejez feliz, contenta, con sus hijos, con su familia... (151-155)\*

**Elsy, 60 años.**

Bueno si te digo sinceramente me veo en una silla mecedora tejiendo, y viendo seguir creciendo mis nietos y a mis hijos, que te puedo decir con paz amor, tranquilidad, esperanza y que Dios decida por uno. (89-91)\*

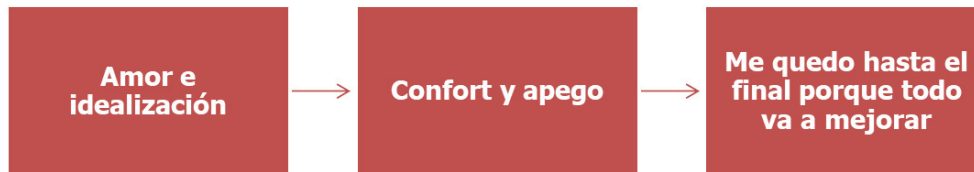


Figura 5. Dejar mi tierra es dejar mi vida.

#### Categoría 4

La última gran categoría que se puede distinguir dentro del discurso de los informantes se tituló “Dejar mi tierra es dejar mi vida”, esta categoría busca explicar lo que representa para las personas de avanzada edad dejar el país donde, nacieron y se desarrollaron, donde sembraron y cultivaron, un lugar que les dio todo, momentos de alegrías pero también fue su hogar y soporte en la tristeza, un lugar donde son quienes son, donde se sienten respetados, reconocidos, amados, donde vivieron y disfrutaron. Irse para ellos significaría dejar una vida.

De esta se desprenden tres subcategorías. La primera subcategoría encontrada es “Amor e idealización” y viene a plasmar el amor natural que sienten los informantes por el país, por su tierra, es un enamoramiento de bases sólidas, un sentido de pertenencia profundo, no hay odio, ni resentimiento por el contrario hay un gran agradecimiento por todas las bondades que durante toda la vida les brindó a su generación, es un amor tan grande que incluso eleva al país a una posición idealizada. Hay una puesta del todo hacia el país, hacia un país que está en el deterioro, sin condiciones de ofrecer lo que en el pasado les pudo dar, pero es más poderoso ese recuerdo bonito y el agradecimiento que guardan que despierta en ellos un sentido de pertenencia, un arraigo profundo.

##### **Rafael, 80 años.**

Demasiado, lo amo demasiado, demasiado, demasiado. Quiero a mi Venezuela.  
(114)\*

##### **Elsy, 60 años.**

Bueno lo que dice que yo a Venezuela no la cambio por nada es verdad,  
Venezuela es tremendo país. (79-80)\*

La siguiente subcategoría “Confort y apego” hace referencia a la zona de confort en la que se encuentran los informantes aun conscientes de todas las problemáticas que padecen y sin esperanza de una solución a corto o mediano plazo, sin saber por su edad si les alcance el tiempo para llegar a ver una mejoría, sin embargo ninguno expresa el deseo de querer salir y buscar un nuevo horizonte, el recuerdo que tienen de una vida holgada y sin preocupaciones es suficiente para ellos. Los individuos poseen apegos emocionales y materiales dentro del país, los recuerdos, las calles, los lugares, el calor humano, los amigos, la familia, las mascotas pero también lo material casas, carros, fotos, papeles, y se aferran a ello con mucha fuerza, no se sienten cómodos con la idea de dejarlos.

El país a pesar de los conflictos les brinda a los evaluados una especie de tranquilidad que estando en otro lugar no van a tener, el hecho de tener el resguardo de su hogar y de los bienes materiales que construyeron los hace sentir seguros, en la mayoría de los casos para ellos no representa una opción dejar lo que construyeron durante toda su vida para ir a otro lugar desconocido pues eso representaría salir de la tranquilidad de su rutina diaria, teniendo que trabajar sabiendo que para las personas de



su edad afuera no hay muchas oportunidades y les disgusta la idea de ser una carga para sus hijos, prefieren elegir quedarse con la tranquilidad que les da Venezuela y depender de sus hijos desde acá les resulta más llevadero.

**Jesús, 61 años.**

De la situación que estamos viviendo, todavía se puede vivir aquí en este país, con condiciones pero todavía se puede vivir. (164-165) \*

**José, 62 años.**

No, bueno lo único que ahorita a uno lo limita de irse es todo lo que uno tiene aquí, la casa, los carros, esto, aquello, lo que ha construido y tampoco dejarlo botado sería lo ideal. (85-87)\*

La última subcategoría se titulada “Me quedo hasta el final porque todo va a mejorar” y refiere el deseo de los informantes de permanecer en el país hasta el final de sus días sin importar las circunstancias que enfrenten, así mismo plasma la existencia de una ferviente convicción de que todo mejorará que viene dada por ese profundo deseo de revivir al país del pasado y que les impide imaginar una realidad afuera, es una apuesta a la esperanza, al cambio que según ellos llegara algún día por el bien de todos los habitantes de su tierra, un deseo de que todo vuelva a ser igual, pero sin embargo aún cambie la situación, nunca será como antes por lo que encontrarse con esta realidad podría generar una gran decepción. Aparece nuevamente en el discurso la religión, los informantes se aferran a esa fe en la divinidad, en Dios, el encargado de solucionar todos los problemas que existen en el momento indicado.

**Jesús, 61 años.**

Bueno yo pienso que esta situación va a cambiar, que si va cambiar hay que tener la mente positiva, ser positivo de que si va cambiar. (85-86)\*

**Maricela, 61 años.**

Si me voy significaría todos mis sueños de aquí dejarlos. No yo le pido a Dios que no, que si me voy a morir que sea aquí y que me entierren en mi tierra. (103-104)\*

**Magally, 67 años.**

Y sé que en cualquier momento mejora, este es mi país, aquí uno tiene voz y voto. (153-154) \*

Todo lo anterior concuerda con la investigación de Reyes (2003) que plantea que desde el punto de vista psicológico los ancianos venezolanos requieren permanente apoyo y afecto, siendo las necesidades afectivas las que menos satisfacen, generándole sentimientos de soledad y minusvalía. Mientras que desde el punto de vista biológico experimenta una serie de cambios fisiológicos y padece algunas enfermedades crónicas que disminuyen su capacidad de respuesta física e independencia, igualmente presentan carencia de recursos económicos que limitan la satisfacción de sus necesidades. Por otra parte socialmente se produce un decremento de sus interacciones, además existe una baja correspondencia entre las políticas y programas que para la tercera edad diseñan y ejecutan las instituciones gubernamentales, con las necesidades y problemas reportados por la investigación.

Así mismo puede relacionarse con el estudio de Meneses (2019) que expresa que las madres venezolanas sienten un dolor tan profundo con la separación, que manifiestan haber perdido todo; aun así, sienten un alivio por darse cuenta que sus hijos están mucho mejor en el país donde residen, pero

por su cultura matricentrada, expresan que nunca podrán superar el hecho de no estar cerca de ellos, por amor a ellos acepta que ya no estén juntos, buscan que ellos siempre estén mejor sin importar por lo que ellas emocionalmente pudiera estar pasando entendiendo que era necesario que se fueran. Esto configura una conformidad racional que no afecta la experiencia subjetiva de modo determinante.

Así mismo esta autora plantea que el síndrome de nido vacío en la madre venezolana con hijos emigrantes, establece una diferencia significativa en comparación con otros nidos vacíos, ya que la madre venezolana por el tipo de familia matricentrada que posee, forma lazos íntimamente estrechos que le hacen sentir un dolor profundo y depresión cuando sus hijos se van del país, ya que han perdido su plan de vida, su percepción de sentirse útil y su deseo de tenerlos siempre cerca de ella. Sin embargo, a pesar de su dolor, ella logra comprender que sus hijos están mejor en el país que residen, ya que tienen mayor seguridad, y un futuro mejor que no pueden conseguir en su país de origen pero la partida provoca que se sumerja en un dolor excesivo como si estuvieran desmembrando su cuerpo. Buscan entretenerse de alguna manera para no recordar la vida que mantuvieron junto a sus hijos evitando el dolor.

Por su parte Miggyrai, 2010 (citado por Rivera, 2017) expresan que toda pérdida significativa viene acompañada de un duelo, aunque el duelo por la pérdida es diferente al duelo por muerte, ya que este es irreversible. Los familiares que se quedan en el país de origen, quienes por determinadas circunstancias políticas o económicas no tienen claro cuándo podrán volver a ver al familiar que emigra, deben elaborar un duelo al ser este vivido como una situación de pérdida. El pariente que emigra no está muerto pero la dificultad de verlo y compartir con él hitos de importancia a nivel familiar y social hace que esta situación deba elaborarse como un duelo profundo con similares características y complicaciones que el duelo de muerte.

## CONCLUSIONES

La interrogante generadora de esta investigación fue: ¿Cómo es la experiencia del síndrome del nido vacío y la calidad de vida del adulto mayor en Venezuela? La cual se ha analizado minuciosamente así como todos los fenómenos e implicaciones colindantes a la problemática por lo que se puede concluir que el adulto mayor venezolano vive la crisis del país como una situación sin salida, sin soluciones a corto plazo, teniendo una calidad de vida desgastada, para ellos los problemas del país están ocasionados por múltiples factores, pero colocan el déficit en la educación y los valores de la sociedad como uno de los más importantes causantes de todo este desequilibrio. Viven la situación país invadidos por la preocupación de no poder llenar sus necesidades básicas de alimentación y salud lo que tiene un impacto negativo en su calidad de vida, también se preocupan por el futuro del país. En cuanto al área emocional experimentan constantemente emociones como angustia, miedo, tristeza, y los embarga un sentimiento de nostalgia inmenso al evocar el recuerdo que tienen del país donde crecieron y por el que tienen un amor inmenso.

Del mismo modo el adulto mayor venezolano está en una constante exposición a la pérdida, en primer lugar a diario se enfrenta al déficit de sus facultades físicas y mentales como consecuencia del proceso natural de la edad que es significativo para él y los coloca en un estado de vulnerabilidad emocional y física, la pérdida del rol como individuo independiente, trabajador, proveedor y social como lo vivía en su juventud, a esto se le suma la salida de los hijos del hogar lo que también es una fase inevitable de la vida pero que en el país se vive apresuradamente por causa de las problemáticas internas y tiene mayores secuelas emocionales ya que los hijos no se mudan a la vuelta de la esquina, salen de la casa para emigrar muy lejos lo que significa la vivencia de un síndrome de nido vacío que

es más intenso en estas circunstancias, se vive y se elabora como un duelo, la pérdida de su calidad de vida y por último se tiene una pérdida más, la del país que conocieron, que aman e idealizan y que en la actualidad no existe.

Cada individuo desde su singularidad y recursos personales, creencias e historia de vida afrontara lo expuesto de diferente manera. Se identificaron en el estudio dos formas de vivir la separación y afrontarla, hay quienes la viven con una profunda tristeza, paralizados ante las circunstancias, dependiendo emocional y económicamente de sus hijos y familiares mientras otros igualmente sienten el vacío, la nostalgia de estar separados pero hacen frente a estos sentimientos de una manera más funcional, trabajando por mejorar su calidad de vida, son más activos y ven la separación desde un punto de vista más optimista.

Por otra parte los adultos mayores venezolanos viven el síndrome del nido vacío de forma más intensa y profunda por desenvolverse en una sociedad caracterizada por tener lazos familiares más estrechos donde los hijos se independizaban parcial o completamente más tarde que en otras sociedades, también dado que en este caso la salida de los hijos del hogar es por emigración, lo que dificulta el contacto familiar (físico y en algunos casos hasta telefónico por los mismos conflictos expuestos anteriormente) posterior a la independencia, así mismo por ser una salida forzada la problemática país contribuye en la complejización de la separación y de todos los procesos que atraviesan los evaluados, pero al mismo tiempo en algunos casos esta situación empuja a los informantes a focalizar la atención en la realidad vivida y las problemáticas inherentes a esta lo que actúa como distractor de la vivencia del dolor pero sin embargo son tantas las pérdidas a las cuales se enfrenta el adulto mayor venezolano por lo que está más expuesto a desarrollar en algún momento un proceso de duelo.

Así mismo asociado a la pérdida del país que conocían los individuos pueden experimentar quedándose dentro del país una experiencia migratoria y de duelo migratorio, aparece el sentir de que no se habita en el mismo país que tanto añoran asociados a nostalgia y tristeza, y a el deseo de querer regresar a él. Por otra parte es posible visualizar como todos los informantes colocan al país en una posición idealizada aferrados al recuerdo, a la convicción y el deseo de que este regrese a la normalidad lo que podría terminar por hacerles daño ya que así ocurra un cambio las cosas no volverían a ser como en el pasado lo que podría decepcionarlos.

Por último se encontró que para los informantes dejar su tierra significa abandonar todo, la vida misma, existe un sentimiento de amor al país, un arraigo que los hace tener la firme convicción de que lo mejor está por venir. Los adultos mayores Venezolanos son personas nobles, buenas, con un sentido de pertenencia gigante hacia su país que obedece a el agradecimiento que tienen por lo bondadoso que este fue con ellos en el pasado, las metas que les permitió cumplir y todo lo que les permitió construir. Esta experiencia que tuvieron durante toda su vida solo les permite elaborar amor hacia sus raíces y aunque pueden irse, por ese afecto eligen quedarse en Venezuela, que para ellos representa su lugar, su espacio, su comodidad y su tranquilidad, su país.

Derivado de todo lo anterior se recomienda a los informantes consolidar una comunicación sólida con sus familiares fuera del país lo que les permite establecer un acercamiento que ayude a calmar la angustia de estar lejos, así mismo consolidar su red de apoyo social representa un soporte nutritivo para ellos, además se recomienda para evitar el malestar e incomodidad que les genera la dependencia económica de los hijos si es posible buscar alguna actividad sencilla que les pueda generar algún tipo de ingreso económico y proporcionarles independencia. Por otro lado en los casos más complejos de síndrome de nido vacío o cuando se desarrolle un duelo complicado asociado a todas las problemáticas

que enfrentan buscar apoyo psicológico. Por último a los entes gubernamentales se les recomienda que presten atención y llenen las necesidades que presentan los adultos mayores principalmente a lo que respecta a alimentación, y salud, vigilando que puedan tener una vejez digna y tranquila.

#### REFERENCIAS

- Araujo, S., Arienza, J., Herrera, G., Malgesini, G., Nyberg, N., Van Hear, N. y Engberg, P. (2007). *La Migración un Camino entre el Desarrollo y la Cooperación*. Editorial Centro de Investigación para la Paz.
- Belsky, J. (2001). *Psicología del Envejecimiento*. Ediciones Paraninfo. Madrid, España.
- Meneses, R. (2019). *Síndrome de nido vacío en madres venezolanas con hijos emigrantes*. (Tesis de Maestría). Universidad Rafael Urdaneta. Venezuela.
- Murillo, J. (2017) *El Dolor Emocional Ante la Pérdida: Duelo por Homicidio-Crisis Migratoria*. (Tesis Pregrado). Universidad Cooperativa de Bucaramanga, Colombia.
- Ordoñez, A. (2016). *Psicología Del Desarrollo: Signos y Síntomas del Síndrome del Nido Vacío en el Adulto Mayor*. Tesis de Grado, Universidad Técnica de Machala. <http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/8439>
- Polomba, R. (2002). *Calidad de Vida: Conceptos y Medidas*. Santiago, Chile
- Quintero Osorio, M. (2008). *La Salud de Los Adultos Mayores: Una Visión Compartida*. Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela.
- Reyes, L. (2003). *Investigación Gerontológica y Políticas Sociales de Atención al Adulto Mayor en Venezuela*. *TELOS* 5(2), 2014-227. <http://ojs.urbe.edu/index.php/telos/article/view/1130>
- Rivera, V. (2017). *Madres Huérfanas Tras Hijos Emigrantes Producto de la Inseguridad en el Contexto Caraqueño*. (Tesis Pregrado) Universidad Católica Andrés Bello. Venezuela.
- Urzúa M, A. y Caqueo-Urizar, A. (2012). *Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto*. *Terapia psicológica*, 30(1), 61-71. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000100006>
- Vega, J.L. (2001) *Desarrollo Adulto y Envejecimiento*. Editorial Síntesis. Madrid, España.

#### NOTAS ESPECIALES

\*Los datos complementarios están disponibles en la base de datos del Centro de Investigaciones psicológicas de la Universidad Rafael Urdaneta ([civepsi@uru.edu](mailto:civepsi@uru.edu)).