

El aplazamiento de la maternidad y el aumento de la esperanza de vida, razones que explican esta realidad

Que cada vez tenemos los hijos más tarde parece una evidencia. Según los [últimos datos](#) publicados por el Instituto Nacional de Estadística (INE), la edad media en que ellas tienen su primer retoño se sitúa en los 32 años (y es muy posible que la cifra sea mayor en el caso de ellos). Si a este dato le sumamos el aumento de la esperanza de vida, la ecuación resultante ofrece un panorama poco alentador para el **grupo de personas** que se encuentra entre los 35 y los 55 años. Y es que es muy posible que se vean ante la tesitura de tener que **cuidar** a la vez de sus **padres** (y/o suegros) y de sus **hijos**. Son la llamada **generación sándwich**.

Fue la trabajadora social **Dorothy Miller**, en un artículo publicado en 1981, quien acuñó este término, que ha acabado haciendo fortuna, aunque, con el paso de los años, el concepto ha ido evolucionando a medida que lo hacía la misma sociedad. Cuando Miller habló por primera vez de la *generación sándwich* -hace ya algo más de 35 años- lo hizo para describir a las mujeres de entre 30 y 40 años que se encontraban *atrapadas* (como lo pueden estar las lonchas de jamón y queso entre dos rebanadas de pan) entre la atención de sus hijos y sus padres mayores.

Pero la progresiva, y celebrada, incursión de la mujer en el mercado de trabajo, entre otros aspectos, ha hecho que hoy en día la figura femenina no sea la única que quede circunscrita en el concepto de *generación sándwich*, si no que ahora **afecte a ambos sexos**, quedando la 'carga' algo más repartida.

“Todavía no se habla mucho del término porque la realidad que conlleva la vamos a empezar a vivir ahora”, explica a *La Vanguardia* la antropóloga **Verónica Muro**. “Yo no voy a tener que cuidar tanto de mis padres, pero mis hijos sí de los suyos”, agrega. La pregunta es por qué, ¿por qué las generaciones más jóvenes se verán indefectiblemente atrapadas en este pernicioso sándwich?

Hay varios factores que pueden explicar esta realidad. Entre éstos, el

hecho de ir posponiendo cada vez más la maternidad. “Mi madre me tuvo con 24 años”, esgrime Muro, “pero yo he tenido un niño con 35. La diferencia es abismal”. En paralelo, **la esperanza de vida ha ido en aumento**, con lo que es muy posible que muchas personas que hayan tenido los hijos tarde, puedan encontrarse ahora con la situación de tener que estar pendientes de sus mayores y, a la vez, de sus vástagos.

Además, hoy en día la edad de los hijos ya no es definitiva, en muchos casos, para poder predecir si todavía viven en casa de los padres o por el contrario se han emancipado. “Los jóvenes antes se iban de casa a los 20”, apunta Muro, algo que no sucede ahora.

Según [cifras de Eurostat](#), los españoles abandonan el hogar familiar hacia los 29 años, diez años más tarde que, por ejemplo, los jóvenes suecos. ¿La razón? Entre otros aspectos, el elevado paro juvenil. España e Italia tienen el dudoso honor de encabezar el ranking europeo en esta materia. Y es el pez que se muerde la cola: a más tarde se abandona el lecho familiar, más tarde se forma una familia, con lo que los hijos, a su vez, llegan efectivamente también más tarde.

A todo este escenario se suma otro aspecto: el **descenso de la natalidad**. ¿Y este dato qué relación guarda con la *generación sándwich*?, se preguntarán. Básicamente, que el hecho de que las familias se alarguen a la vez que se estrechan (o sea, que en la cena de Navidad cada vez coincidan más personas de distintas generaciones, debido al aumento de la esperanza de vida, y menos de la misma, por la baja natalidad) comporta que la *carga* de atender a los familiares mayores recaiga en menos personas.

Se dan situaciones de mucho estrés familiar

Albert Esteve

Demógrafo y director del Centre d'Estudis Demogràfics (CED) de la UAB

“En muchos casos **se dan situaciones de mucho estrés familiar**”, esgrime Albert Esteve, demógrafo y director del Centre d'Estudis Demogràfics (CED) de la Universitat Autònoma de Barcelona. “Antes podía pasar lo mismo [tener que cuidar de los mayores], pero tú tenías muchos hermanos, con lo que la responsabilidad se repartía”, añade.

Esteve advierte, sin embargo, que este planteamiento también puede tener su parte positiva, aunque tampoco obvia una posible vertiente negativa. “Puede ser que un biznieto herede todo lo de sus ocho bisabuelos”, apunta este demógrafo, quien recuerda que “todos tenemos ocho bisabuelos, es una ley universal”. “Depende de en qué familia

nazcas, es como un embudo: todo lo que se tire de arriba, va a parar al mismo sitio”, agrega.

En este sentido, todo dependerá de la distribución de los recursos que hayan hecho entre generaciones. “Si fueron generaciones poderosas, pues le irá bien a ese biznieto. En cambio, si fueron más escasas, pues no tanto”, reflexiona.

Viendo el panorama, **muchas personas mayores intentan dejar resuelto su futuro** para evitar convertirse en una *carga* para sus hijos. Pero claro, no todo el mundo tiene los recursos para poder hacerlo. En algunos casos, apunta Muro, también existe la visión de que cuidar de los padres “es una obligación de los hijos”. “Este pensamiento está muy arraigado en los pueblos”, señala, “y España es muy rural”.

Consecuencias graves para la salud

Evidentemente, **tener que cuidar de hijos y padres no sale gratis**. Tiene sus consecuencias. “No se puede aguantar, los niveles de estrés son altísimos”, asevera la psicóloga clínica **Mila Cahue**, quien recuerda que “la mayor carga recae siempre en las mujeres” a pesar de que cada vez hay más hombres “que están asumiendo cargas domésticas”.

“Se espera que sean ellas las que tengan que ocuparse de los mayores”, advierte, y en esta realidad ve reflejada la idea, “que no se hace explícita” y que cree que está muy arraigada en la sociedad, del supuesto **sacrificio que tiene que ejercer la mujer por norma**. “Son ellas las que tienen que anular su carrera, su vida profesional, las que van a las reuniones del colegio, que son reuniones de madres, no de padres”.

Los niveles de estrés son altísimos

Mila Cahue
Psicóloga clínica

Cahue lamenta que las ayudas sociales en este campo “todavía vayan muy lentas”. “Puedes tener que esperar dos o tres años para que te den una plaza en una residencia pública”, apunta, cuando “atender a una persona mayor te puede suponer, en muchos casos, muchos más gastos que atender a tus hijos”. Y se pregunta a la vez: “**¿Quién atiende a los que están cuidando?**”

Ante este panorama, a los miembros de la *generación sándwich* les augura un **futuro poco alentador**: “Tienen que soportar cargas de hormigón, una sobre otra, y eso al final se quiebra. Esto va a

La generación sándwich: la que tendrá que cuidar de sus hijos y sus padres

Publicado: Martes, 17 Octubre 2017 01:10

Escrito por Josep Fita

degenerar en depresión y ansiedad, por culpa del estrés, y va a hacer que al final no puedan cuidar de nadie”, sentencia.

Josep Fita, en lavanguardia.com.